

Praxis des Wandels - Angst

Lügen haben kurze Beine. Dieses Sprichwort gilt besonders, wenn wir versuchen, uns selbst zu belügen. Die Illusion überlagert nur kurzzeitig die Wahrheit, die Themen wandern ab ins Unterbewusstsein und tauchen stärker als zuvor wieder auf. Diesmal subtiler, denn sie mussten die Lücken des Verstandes finden, um zum Vorschein zu kommen. So tarnen sie sich oft und benutzen Situationen, die nicht in direkten Zusammenhang stehen, um sich am Ende doch wieder als das selbe Thema darzustellen, das wir mit geschickter Technik versucht haben, aus unserem Leben zu entfernen. Was wir verleugnen, das verstärken wir.

Grundsätzlich gilt es, alles anzuerkennen, was uns im Leben immer wieder vor Herausforderungen stellt. Menschen, Situationen, Emotionen und Gefühle zeigen sich uns so lange, bis wir aufhören, sie zu verdrängen und nicht mehr vor ihnen davonlaufen. Sie sind unsere Lehrer. Wir haben sie in diesem oder anderen Leben erschaffen und sie wollen erlöst werden. Diese Arbeit können wir nur selber tun und die Zeit dafür ist Jetzt. Durch den Prozess von Erkennen, Annehmen, Loslassen und Integrieren befreien wir die blockierten Lebensenergien, die mit diesen Themen verbunden sind und finden in unsere vollständige Kraft zurück. Wir entblättern immer mehr unseren wahren Kern und entdeckten unseren Ursprung: Liebe.

Es gibt einen Unterschied zwischen Emotionen und Gefühlen. Letztere nehmen wir eher im Herzen wahr, sie sind von feiner Natur, erhebend und sanft im empfinden. Gefühl und Intuition arbeiten Hand in Hand und dienen uns als Entscheidungshilfe und Navigator durch unser Leben. Emotionen sind starke Kräfte, die wir körperlich in den unteren Energiezentren empfinden. Wut, Hass, Angst, aber auch Leidenschaft, Trieb und Wille sind meist im Bauchbereich wahrnehmbar. Sie haben so viel energetische Kraft, dass wir üben müssen, sie zu kontrollieren. Oft überwältigen sie uns und übernehmen kurzzeitig die Führung. Es ist auf der Erde eine grosse Herausforderung, die Emotionen zu meistern, und wir haben in so vielen Inkarnationen Manipulation und Schmerz in den unteren Chakren angesammelt, dass sie stark blockiert sind. Doch diese Zeit des Wandels auf der Erde fordert uns auf, Herr über die Emotionen zu werden, sie als das anzuerkennen, was sie sind und sie vollständig zu transformieren. Wir wurden abertausende von Jahren durch Manipulation gesteuert und haben darauf mit negativen Emotionen reagiert, sodass wir unsere unteren Energiezentren nicht mehr unter Kontrolle haben. Sie sind abgetrennt von unserem Herzzentrum, dem stärksten Magnetfeld unseres Körpers und den oberen Chakren. Der Solarplexus, das Zentrum unserer Göttlichen Macht, wurde zum fremdgesteuerten dominanten Bereich des Willens unseres Egoprogrammes.

Dieses Kontrollprogramm, das unsere Chakren blockiert, arbeitet im genetischen Code (DNA) und wirkt über Implantate in unserem Energiesystem. Über die Erzeugung von

Angst wird unsere Schöpferkraft kontrolliert, um die ein oder andere Agenda auf der Erde zu manifestieren. Wir haben über so viel Leben in diesen Manipulationsprogrammen festgesteckt, dass es uns als ganz normal erscheint. Das Leben war schon immer so, die Welt ist wie sie ist und die Geschichte und die Wissenschaft bestätigt das ja alles. Der Mensch wiegt sich so lange in scheinbarer Sicherheit, bis er aus seiner Komfortzone herausgeschüttelt wird. Denn wenn wir unser Leben nicht mehr unter Kontrolle haben, reagieren wir mit Angst.

Wo Angst in unserem Leben herrscht, sind wir nicht im Vertrauen und vor allem auch nicht in der Liebe. Wir haben gerne alles unter Kontrolle, planen voraus, schützen uns und legen Vorräte an, sparen Geld und wollen unbedingt ein sicheres Eigenheim, Rente, Fonds, überprüfen Jeden und Alles und gehen bald nicht mehr ohne Knieschützer, Fahrradhelm und 10-fach Impfung auf's Klo. Angst besitzt die Eigenschaft, Illusionen in unserem Geist zu erzeugen. Angst verzerrt die Realität und spielt uns durch unseren manipulierten Verstand Situationen vor, die nicht real sind. Wir verlassen bei jedem Angstgefühl das perfekte Jetzt, um aus einer möglicherweise negativen Vergangenheit eine mit Sicherheit negative Zukunft zu formen. Wir bewegen uns in einer angstgesteuerten Welt, die uns das verzerrte Bild unserer eigenen Wirklichkeit vorspiegelt.

Ursprünglich war Angst ein Schutzmechanismus, der das individuelle Überleben in der Materie sicherte. Dies sollte in unserem jetzigen Dasein die einzige Funktion sein, die wir ihr zugestehen. Im Falle der akuten Gefahr empfinden wir Angst und reagieren. Es bleibt keine Zeit zum Denken und wir vollbringen Leistungen, die wir mit unserem Tagesbewusstsein nicht erreichen könnten. Die Emotion Angst setzt also unbändige Kraft in unserem Körper frei, die uns zu Höchstleistung anspornt. Wenn sie aber unser Leben übernimmt, verfehlt sie ihre Aufgabe als Werkzeug und spielt sich als dominanter Wesensanteil auf. Das Schutzprogramm Angst hat sich unkontrolliert in unser gesamtes Leben eingeschlichen. Der Diener hat sich zum Herrscher erkoren.

Wenn wir uns in einem Abschnitt unseres Lebens darüber bewusst werden, dass wir mehr sind als nur ein Mensch, dass wir eine Seele besitzen, mehrere Leben gelebt haben, ein oder mehrere innere Selbste besitzen und uns dafür entscheiden, nach dem Sinn unseres Daseins zu suchen, geht diesem Erwachensprozess ein Weckruf voraus. Eine Situation, die uns komplett aus der Bahn wirft und dazu bringt, umzudenken und die Dinge von einer anderen Perspektive aus zu betrachten, ansonsten kommen wir nicht weiter und müssen aufgeben. Das kann eine Krankheit sein, der Verlust von geliebten Menschen oder einer wichtigen Arbeit, oder ein Ortswechsel, der uns vor grosse Herausforderungen stellt. Oft reagieren wir darauf mit Angst. Jede Veränderung, die wir aus der Sicht unseres menschlichen Egos nicht unter Kontrolle haben, erzeugt Angst. In diesem Fall ist die Angst ein Impuls, der uns auf die Suche nach unserem wahren Göttlichen Selbst schickt.

Folgen wir dem Ruf unserer Seele, ohne der Angst zu erliegen, finden wir zu unserem Ursprung und dem Sinn des Lebens zurück. Der Prozess erweckt in uns auf energetischer und körperlicher Ebene Aufstiegsprogramme, die uns zeitweise verwirren können. So

steigt unsere spirituelle Kraft, die am unteren Ende unserer Wirbelsäule ruht, innerhalb des Energiekanals auf und durchströmt das energetische Versorgungssystem der Meridiane und ihrer Tore, den Chakren. Diese Kraft ist unter dem Namen Kundalini bekannt. Auf ihrem Weg löst sie alle Blockaden, die den freien Fluss unseres Energiesystems behindern. Bilder, Emotionen und Wahrnehmungen aus vielen Lebenssituationen tauchen scheinbar aus dem Nichts auf, damit wir sie erkennen und auflösen. Nur so können wir am Ende des Prozesses über unsere vollständige multidimensionale Göttliche Macht verfügen.

Diese Lebensenergie versorgte uns bis zu diesem Zeitpunkt minimal mit Information und Kraft, um unser 3D Leben am Laufen zu halten, doch mit dem Zündungsereignis, das uns auf die spirituelle Suche schickt, erwecken wir unsere wahre multidimensionale Lebenskraft. Die DNA startet ein Programm des Körperumbaus. Der normale Stoffwechsel der Zellen verändert sich. Es werden vermehrt Lichtphotonen in die Zellen transportiert (ATP). Die Mitochondrien (Kraftwerke der Zellen) fordern mehr Energie, und wir entwickeln eine andere Form der Ernährung. Die Hormonproduktion wird umgestellt, die Zirkeleddrüse wird reaktiviert, die Synapsen des Gehirns verschalten sich neu, die normalen Sinne erweitern sich, die Reproduktion der Zellen steigert sich und unser Immunsystem wird angeglichen. Das alles erzeugt wiederum Angst in uns, denn wir erleben emotionale und körperliche Symptome die wir nicht einordnen können. Wir verlieren scheinbar die Kontrolle über uns. Unser Egoprogramm wird diesen Prozess nicht zulassen und regiert mit Abwehrmechanismen, die uns vom Entdecken unserer wahren spirituellen Natur abbringen wollen. Angst ist die mächtigste Waffe des manipulierten Egos, und die Transformation unserer Ängste ist unerlässlich für den Weg des spirituellen Aufstiegs.

Wir sind die Schöpfer unseres Lebens. Wir besitzen Gott gegebene Manifestationskräfte. Wenn wir unsere Gedanken fest auf ein Ziel ausrichten und ein starkes Gefühl damit verbinden, erschaffen wir Realität. Daher ist es entscheidend, gedanken- und Gefühlshygiene zu betreiben, um das zu manifestieren, was wir wollen und nicht das, was wir nicht wollen. Negativer Gedanke + Negative Emotion = Negative Manifestation! Im Gegensatz dazu: Positiver Gedanke + Positives Gefühl = Positive Manifestation! Also manifestieren wir doch lieber die Neue Erde und entscheiden uns für ein lebensrichtiges und somit angstfreies Dasein auf einem lebensrichtigen Planeten des Friedens.

Ich hatte viele Ängste und sie stammten aus vielen Leben. Sie hatten sich zu einem Elemental entwickelt. Einem Energiefeld, das sich in meinem Bewusstsein an mich heftete, denn ich war sein Schöpfer. Das Angstelemental ist ein energetischer Bereich meines feinstofflichen Körpers geworden und hat mein reines Denken verzerrt. Ich ernährte es, indem ich ihm immer mehr Aufmerksamkeit in Form von Lebensenergie schenkte. Doch ich hatte erkannt, dass Bachblüten, Tai Chi, Yoga, Homöopathie, Naturheilkunde, Kinesiologie etc. nur bedingt halfen. Immerhin besänftigten sie die Angst, doch das Thema dahinter wollte angesehen und nicht durch Hilfsmittel wegtherapiert werden. Andererseits bekam meine Angst immer wieder Aufmerksamkeit,

wenn ich mich mit ihr beschäftigte. Sie war anwesend und nahm immer mehr Raum in meinem Alltag ein. Dann stellte ich mich notgedrungen nach dem Durchleben meiner eigenen Todesängste aus diesem und anderen Leben der Angst, indem ich sie nicht mehr unterdrückte, sondern ihr direkt ins Auge sah. Dadurch konnte ich meine Angst vor der Angst loslassen. Dieser Weg ist der Prozess, den Arthos in seinen Botschaften immer wieder beschreibt: Erkennen, Annehmen, Loslassen, Integrieren, Lieben.

Praktische Hinweise, Übungen und Meditationen, die helfen können, den Prozess des Wandels zu durchlaufen, werden wir in Kürze auf der Website veröffentlichen.

Liebe statt Angst ;-)

Selina