

SEELEN-JUWELEN

28.02.2017

DAS DURCHBRECHEN DER SCHALLMAUERN DES BEWUSSTSEINS
ODER DER STOFF AUS DEM DIE HELDEN SIND



„Es gab einen Dämon, der in den Lüften lebte. Man erzählte sich, die Kontrollinstrumente würden blockieren, das Flugzeug heftig herumwirbeln und schließlich zerschellen. Der Dämon lebte bei Mach 1, das heißt, bei 1.200 km/Stunde. Er lebte hinter einer Mauer, die kein Mensch je durchringen konnte. Sie nannten sie die Schallmauer.“

Es rüttelt. Es schüttelt. Wirst auch du im Moment vom Leben durchgerüttelt? Zieht dein Leben, wie ein Film, an dir vorbei? Geschehen die Dinge so schnell und in einem Zeitablauf, den du nicht mehr kontrollieren kannst? Wieder ein Tag vorbei, eine Woche, ein Wochenende? Und du fragst dich, was du in der Zeit noch auf die Reihe kriegst?

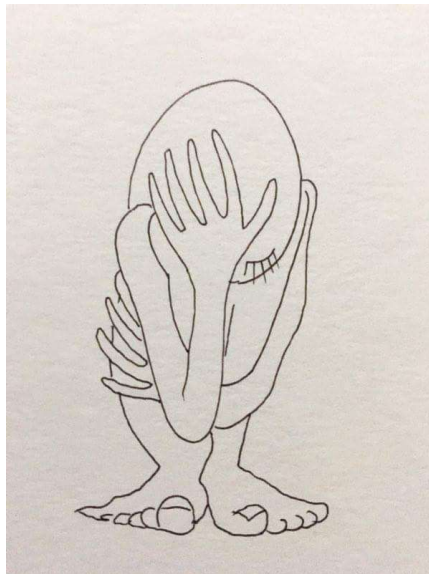
Das ist ein typisches Zeichen dafür, dass du daran bist eine Schallmauer zu durchbrechen, und zwar eine Schallmauer zu einem größeren Bewusstseins-Niveau. Es ist im Winde, es ist in dem Ether und zwar gewaltig, mindestens genauso gewaltig wie „the winds of change“ (die Stürme der Veränderung), die uns das Wetter bringt.

Der Stoff aus dem die Helden sind

So ging es Chuck Yeager auch, kurz bevor er die Schallmauer durchbrach. Chuck war der Testpilot, der es schaffte, den ersten Überschallflug zu machen in der Geschichte der amerikanischen Luftfahrt, die dann später zur Raumfahrt überging. Es ist ein Film der durchzogen ist vom Pioniergeist der damaligen Zeit, vom Leben der Piloten und Raumfahrer und ihre Familien, und von den Risiken und Anstrengungen, die unternommen wurden, um die gesteckten Ziele zu erreichen. Die Geschichte ist voller Angst und die Überwindung der Angst, bis zur Liebe und den Abenteuergeist zu neuen Entdeckungen.

Chuck Yeager machte etwas, was keiner davor gemacht hatte. Es gab keine genauen Vorgaben dafür, was passiert, wenn die Flugmaschine bei Mach 1 fliegt. Vor allem wusste man nicht genau, was danach passieren würde. Es gab keine wirkliche „Sicherheit“, obwohl man nach dem damaligen technischen Stand ein Flugzeug gebaut hatte, das es schaffen „könnte“.

Im Film beobachtet man kurz vor dem Durchbruch, wie Chuck in einer schüttelnden und rüttelnden Maschine sitzt und die Glasscheiben der Fluginstrumente vom Druck zerplatzen und nicht mehr funktionieren. Er kann sich nur noch auf sein Gewahrsein und seine Fähigkeiten verlassen. Er kann seine Angst nur das sein lassen, für das, was sie ist: Angst.



Es ist ein feiner innerer Balance-Akt. Er möchte sein Ziel erreichen, er ist konzentriert und erduldet all diese wirbelnden Gefühle. Er bleibt, so gut er kann, gelassen. Es sieht danach aus, als ob das ganze entweder zum Kontrollverlust und Absturz, oder zu einer großen Explosion führen wird.

Auf einmal ist der ganze Wirbel wie weggefegt. Die Flugmaschine ist ruhig. Chucks ganzer Körper entspannt sich, sein Geist dehnt sich aus und er sieht die wunderbarsten und allerschönsten Farben. Er ist mit seinem ganzen Sein in einem größeren energetischen Raum voller neuen Eindrücke und Wahrnehmungen. Es macht ihn euphorisch-erregt und zur gleichen Zeit erleichtert. Er surft auf einer höheren Bewusstseinswelle, die ihn trägt und geleitet.

Die Mannschaft am Boden zuckt zusammen von dem gewaltigen Knall, der durch den Überschall verursacht wird. Auch das war neu, denn keiner wusste damals, dass dies passieren würde, was dies genau war oder was es bedeuten soll. Man dachte, dass das Flugzeug explodiert war. Als die Maschine nach einer Weile aber wieder ins Gesicht kommt, bricht der Jubel aus.

Ich bin mir sicher, dass bei Chuck vor dem Durchbruch ihm sein ganzes Leben noch einmal wie ein Film gezeigt wurde. Er muss Todesangst gefühlt haben. Trotzdem machte er weiter. Weil er die Angst nicht ablehnte, sondern willkommen hieß.

Wir sind die Helden

So ist es bei jedem Durchbruch, auch die Durchbrüche auf Bewusstseins-Ebene, die wir jetzt machen oder machen werden. Wir werden mit genau denselben Emotionen und Empfindungen konfrontiert werden wie Chuck. Wir begegnen unseren Dämonen. Vor allem kurz vor dem Durchbruch werden sie sich intensivst melden.

Angst oder Todesangst ist ein Teil davon. Auch Aggression, Wut, Zorn, Hass, Vorwurf, Scham, Reue, Schuld, Eifersucht, Zweifel und suchthafte, triebhafte, zwanghafte und eventuell pervertierte Ansichten sind ein Teil davon. Sie sind ein Teil des inneren Widerstands, der uns davon abhalten möchte, uns auf neue und (noch) unbekannte Ebenen einzulassen.

Es ist sehr einfach, all dies auf äußere Umstände zu projizieren, oder auf andere Personen und denen die Schuld davon zu geben. Vor allem projizieren wir gerne auf diejenigen, die uns emotional sehr nah sind, wie Partner, Kinder, oder Eltern und Geschwister.

Auch im äußeren Umfeld wird es immer wieder Menschen geben, die diese Dinge in uns „heraufschwören“: der Chef, die Kollegen, Freunde und Bekannte. Ja, auch Präsident Trump. All diese Personen spiegeln uns aber das, was in uns selbst vorgeht. Sie fördern unsere wahren Empfindungen in unser Bewusstsein hinein.



Es ist an jedem von uns, mit dieser „Information“ eine neue Wahl zu treffen, eine innere Wahl, und uns auf diese neue Wahl zu konzentrieren. Dies braucht Mut.

Dies heißt eventuell auch, uns zu distanzieren von den Menschen oder den Situationen, die uns auf längere Dauer nicht guttun und wovon wir merken, dass sie uns immer wieder vergiften. Es kann auch heißen, sich nur von bestimmten Aspekten davon zu verabschieden durch eine neue, innere Position einzunehmen.

Mahatma Gandhi hat einmal dazu gesagt: „Stärke wächst nicht aus körperlicher Kraft. Vielmehr aus unbeugsamen Willen.“

Härte vs. Gelassenheit, in Klarheit

Das ist ein schöner Spruch. Aber auch hierzu kann man zu feste Ansichten entwickeln. „Unbeugsamer Wille“ kreiert ein Bild von Härte, Anstrengung und Schwere. Und genau das Gegenteil davon ist wahr. Es geht um Gelassenheit, in Klarheit. Es geht darum, bestimmte Dinge zu lassen und auch zuzulassen. Es geht sogar darum, sich verletzlich und schwach zu zeigen.

Die größten Ladungen entstehen durch Dinge nicht auszusprechen und nicht zu kommunizieren. Verschwiegenheit, Scham und eine verklemmt-grinsende Maske aufsetzen intensivieren diese Ladungen. Es verursacht Gedankenkreisen und das Gefühl, dass sich die Dinge immer wiederholen und man nicht aus den Schleifen herauskommen kann. Oft verschweigen wir diese Ladungen, weil wir meinen, den anderen schützen zu müssen, ihn nicht damit zu belästigen oder ihn zu schonen. Wir haben Angst, den anderen zu verletzen oder verletzliche Dinge zu sagen. Die Ladungen ballen sich dadurch und haben keinen Ausweg.

Sobald man aber mit gutem Willen imperfekt anfängt über die Sache zu sprechen, auch wenn man über seinen Worten purzelt und dies zugeben kann „Oh, ich purzele über meine Worte. In diesem Bereich fühle ich mich unsicher und weiß noch nicht genau, die richtigen Worte für meine Empfindungen zu finden. Hast du ein wenig Geduld mit mir?“, dann wirst du merken, wie viel an Information sich in deinen purzelnden Worten verstecken und wie die Ladung sich drastisch reduziert. Es ist eine Heilung für beide Parteien!



Letztendlich hat jeder diese Ladungen, ungeachtet wie „spirituell“ dieser Mensch auch sagt, dass er sein möge. Alle, die ein zu perfektes Bild von sich geben, immer auf Wolke 7 schweben und ihr verletzliches Menschsein verleugnen, lügen. Es geht vor allem dieses Jahr um die Wahrheit, und es wird nichts mehr verborgen bleiben können. Jede Lüge, alles Unwahre, alle Masken werden fallen. Erlaube dir deshalb deine tiefste Dunkelheit, deine fürchterlichsten Ängste, deine abartigsten Gedanken – so kannst du sie umwandeln und über sie hinaussteigen.

Jeder ist jeden täglich unweigerlich mit seinen sogenannten "dunklen" Gefühlen und Gedanken konfrontiert. Keiner hat uns gezeigt, was für ein Segen darin verborgen ist, wenn wir diese Empfindungen zulassen. Eher wurden wir ständig dazu aufgerufen, diesen dunklen Aspekt zu verleugnen. Doch das ist unmöglich – wir können nicht leugnen, was wir fühlen, wir können nicht verneinen, was bereits vorhanden ist. Wenn wir dies weiter versuchen zu verneinen, werden wir scheitern als der Mensch, der wir werden sollen.

Warum andere unsere dunklen Aspekte heraufbeschwören



Darum begegnen wir immer wieder Menschen, die uns mit diesen dunklen Aspekten des menschlichen Daseins konfrontieren. Wenn wir lernen können, dies zu erlauben, und es in uns zuzulassen, dann wird uns offenbart, wo alte Wunden, nicht gelebter Schmerz, verdrängte Ängste und unerfüllte Sehnsüchte vergraben liegen. Diese wollen geheilt werden.

Wenn wir uns distanzieren von den Menschen und den Situationen, wovon wir meinen, dass sie uns nicht guttun und uns nicht zur gleichen Zeit mit unseren eigenen Dunkelzonen auseinandersetzen, werden wir immer wieder Menschen und Situationen begegnen, die uns diese dunklen Aspekte spiegeln, so lange so, bis wir es in uns selbst angehen.

Das ist von essenzieller Bedeutung für den neuen Schritt in die totale Menschwerdung. Nur wenn wir diese dunklen Seiten ansehen, können sie sich erlösen. Nur wenn wir sie als Teil unseres Wesens vollkommen akzeptieren und nicht länger ablehnen, verlieren sie ihre Macht über uns. Danken wir den dunklen Engeln unseres Lebens dafür, dass sie uns mit den Dämonen konfrontieren – sie sind meist wertvoller als unsere lichten Engel.

Was wünschen wir uns denn von anderen Menschen? Dass sie uns so annehmen und lieben, so wie wir sind? Mit allem Drum und Dran? Das wünscht sich, glaube ich, jeder. Die Aufgabe liegt jetzt darin uns selbst so anzunehmen und zu lieben, so wie wir sind – die hellen sowohl die dunklen Seiten.

Letztendlich geht es immer um uns selbst und um unser eigenes Wachstum. Das, was für unser Wachstum gebraucht ist, wird uns begegnen und unsere Themen in uns hervorrufen. Es ist eine Illusion, dass wir diese Dinge bis ins letzte Detail analysieren sollen. Es geht eher darum, mit dem, was in uns damit räsoniert, und wodurch Widersprüche, Konflikte und Zwickmühlen in uns entstehen, besser umgehen lernen.

Was hilft, wenn die Dämonen dich kringelig machen?



Umgehen ist ein schönes Wort: wir dürfen es um-gehen. Umgehen in diesem Sinne bedeutet: sich innerlich an einen Platz verrücken, wo eine ungewöhnliche Mischung und Kreation gefunden werden kann, eine raffinierte Rezeptur, wo das Bewusstsein ganzheitlich wird und Lösungen und Erlösung gefunden werden können.

Wenn deine „Dämonen“ dich überwältigen, dann nimm dir 5-10 Minuten Zeit für die folgende kleine Übung. Sie wird dich entspannen und nähren.

- Gehe an einen ruhigen Platz, wo du ungestört sein kannst.
- Schließe deine Augen.
- Atme sanft durch die Nase ein, und sanft durch die Nase aus.
- Bitte deinen Körper, die Barrieren runterzufahren.
- Dehne dich aus oder bitte darum, dass dein Energiekörper sich ausdehnt.
- Versuche, deinen Körper Glied für Glied zu entspannen.
- Atme sanft weiter.
- Denke oder sage folgende Worte: „Ich sehe dich. Ich erkenne dich. Ich danke dir. Ich brauche dich nicht länger. Ich entlasse dich. Bitte kehre zurück in deine Realität“.
- Stelle dir den Dämon wie eine dunkle Wolke vor, die du aus deinem Körper ausatmest.
- Siehe in deinem inneren Auge, wie sich diese dunkle Wolke sanft von dir entfernt.
- Öffne die Augen.
- Werde dir gewahr wo du bist, wo du sitzt oder liegst und räkele und strecke dich.

Mache also weiter, lasse dich nicht entmutigen, lasse dich nicht beirren – es hat einen höheren Grund! Und höre nicht auf, auch wenn's mal unkomfortabel ist und dir alles schwierig erscheint!

Zum Schluss

Dieser Prozess des Durchbruchs unseres Bewusstseins wird nicht nur einmal geschehen, wir werden dieses Jahr lernen, dass sie „normal“ sind und dass sich immer wieder weitere Ebenen auftun werden. Wir werden damit einen ganz neuen Umgang finden. Wir werden auch ein ganz neues Miteinander finden, denn es ist unmöglich sich alleine durch diese Prozesse hindurch zu wurschteln. Wir brauchen einander. Und wir brauchen die Hilfe, die wir einander bieten können.

Hole dir auch professionelle Hilfe von diejenigen, die dich energetisch und körperlich unterstützen können. Für den Körper ist dieser Durchbruch sehr anstrengend, weil er so dicht und physisch ist, und es hier um hohe Energien handelt, die eher um weniger Dichte bitten. Auch der Körper möchte mitkommen in dieser Entwicklung und muss seine gestauten Ladungen loswerden.

Meine Körperprozesse und Bars-Prozesse sind dabei sehr effektiv und hilfreich, weil da auf beiden Ebenen gearbeitet wird: geistig/spirituell/energetisch und körperlich zur gleichen Zeit. Mehr Infos dazu findest du auf: <http://selbstbestimmung.center/was-bieten-dir-meine-behandlungen/access-bars/index.html> und auf <http://selbstbestimmung.center/was-bieten-dir-meine-behandlungen/access-consciousness-koerperprozesse/index.html>

Du bist dein eigener Held.

Jeder ist sein eigener Held.

Du brauchst nicht der Held für jemand anders zu sein.

Deine Rosemary Sherin Donovan

*Zeichnungen: Angela Reinikes „Freustücke“,
https://www.facebook.com/Freust%C3%BCcke-1190544604307572/?ref=br_rs*

Danke Angela, für deine immerwährenden Inspirationen!



Wir schauen in dieselbe Richtung ☺ !