

## Geschenkter Geist?

Meine eigens gemachten Erfahrungen (seit ich am Leben bin) haben mich unbewusst von der göttlichen Ordnung und Wahrheit distanziert;

so kann ich die mir zugesicherte und geschenkte Gnade des göttlichen Geistes nicht in seiner Fülle empfangen und wahrnehmen. Mein Kelch ist verschlossen, mein Edelstein zugeschüttet, mein Wesen verschlossen und eingesperrt ....

Meine eigenen Erfahrungen mit mir in der Welt begrenzen oder blockieren mich. Sie sind zu meiner Wahrheit geworden, mit der ich in der Welt fühle und denke.

Wo liegt die Blockade oder Einengung oder Begrenzung – und wie kann ich sie aufheben?

Meine Antwort darauf lautet: Dort wo sie geschaffen wurde, kann sie auch aufgehoben werden – und das ist in meinem Inneren – in meinen Gedanken und Gefühlen, die in meinem Körper wohnen – abgespeichert im Zentrum der körperlichen Wahrnehmung, dem Gehirn. Abgebildet in einer komplexen Struktur aus neuronalen Verbindungen, über die ich anhand von Bildern meiner Innenwelt Zugang bekomme und informiert werde.

Wenn ich diese Tatsache akzeptiere, kann ich mit der Arbeit beginnen und die Informationen, die sich mir präsentieren, nutzen:

Ich suche nach den Gedanken, die mit meinen Gefühlen nicht in Einklang stehen – die sich nicht in Harmonie befinden.

Das sind genau die Defekte – ich nenne sie schwarze Löcher – der Beziehungsfähigkeit, die sich im Fall von wiederholter Ignorierung bis auf die Körperebene zurück auswirken und sich dort als Krankheiten oder andere Beschwerden manifestieren. Diese „kranken“, „unreinen“, „finsteren“ Bilder präsentieren sich in meiner Innenwelt. Diese Bilder sind der Ausdruck des gesamten

Geschehens in meiner Einheit Mensch (Körper, Geist und Seele), sind komplexes Abbild.

Diese Bilder wirken in mir und über mich hinaus in mein Leben. Sie prägen meine Gefühle und Gedanken und arbeiten in meinem Körper. Alles, was mir in meinem Leben widerfährt, hat mit meinen inneren Bildern und den Disharmonien zu tun.

Seit kurzer Zeit (in bezug auf die Menschheitsgeschichte) ist wissenschaftlich bekannt, dass das Gehirn als Beziehungsgeflecht fungiert und eine Option besitzt, die an die Nutzung gebunden ist: Wachstum und Entwicklung zum Aufbau einer programmöffnenden Strukturierung. Dies bedeutet, dass sich das Gehirn entwickelt, wenn es entsprechend genutzt wird und dass sich durch entsprechende Nutzung erreichen lässt, die zur Zeit noch überwiegende zeitlebens programmierte Struktur zu überwinden.

Hier setzt die Aktive Integrale Meditation an. Die Bilder, Muster, Prägungen sind an bestimmte Ereignisse gekoppelt und gebunden, sind in einer bestimmten Struktur festgeschrieben.

Diese Struktur lässt sich über Energiezufuhr und ständige Rückkopplung aufbrechen, d.h., das Muster, das bestehende Geflecht wird in Chaos versetzt – das alte, Disharmonie schaffende Ungleichgewicht bricht damit zusammen.

Jetzt muss sich etwas Neues gebären – durch ständige Rückkopplung habe ich ein Feld für neue Beziehungen eröffnet – ich habe alles mit allem in Verbindung gebracht (das erklärt Hermann Haken, Physiker, in seiner Lehre vom Zusammenwirken), meine Gefühle nehme ich wahr und meine Gedanken dazu, meine Körperreaktionen beobachte ich genauso und beziehe sie in die Bilder ein -

jetzt ist es an der Selbstorganisation (sie können für sich auch gern andere Begriffe finden, die diesen Neu-Schöpfungs-Prozess benennen), die Ordnung, die im Chaos bereits vorhanden ist (wissenschaftlich durch die Chaosforschung belegt), auf übergeordneter Ebene neu herzustellen.

Im Aussöhnen von Verstand und Gefühl, was weit mehr ist als bloße Anerkennung derselben, schaffe ich eine neue Ebene – die Verbindung wird wieder hergestellt und erweitert – die Beziehung erfährt eine emergente Qualität – etwas, was vorher noch nicht dagewesen ist (Frieden), kann sich etablieren; ein neues Geflecht von neuronalen Verknüpfungen entsteht.

Dieses geht einher mit neuen Gefühlen und daraus resultieren neue Gedanken – d.h., Einsichten und Bewusstwerdung sind Produkte der Neuorganisation, die von ihr geschaffen wurden und die mich fortan bereichern.

Je achtsamer und bewusster ich mit meiner Innenwelt umgehe und ihre Botschaften umsetze, umso mehr nähere ich mich der grundlegenden, der Ur- oder göttlichen Ordnung (oder wie immer sie es auch nennen wollen) an.

Ein wundervoller Prozess, der gleichzeitig meine Handlungskompetenz stärkt und festigt und sich fruchtbringend auf alle Lebensbereiche auswirkt.

