Andreas Moritz

Erwache zum Leben!

Leseprobe

Erwache zum Leben!

von Andreas Moritz

Herausgeber: Unimedica



Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

Inhaltsverzeichnis

Einleitung xiii

1 Auf dem Weg der Entdeckungen 1
- Maya – die Welt der Illusion 1
- Lektionen aus der Vergangenheit 3
- Regelwerk 5
- Schicksalswende 7
- Die uralte Botschaft 9
- Kann Glaube heilen? 10
- Sind wir von Natur aus spirituelle Wesen? 11
- Was ist der Körper ohne seinen Geist? 12
- Persönlichkeitsveränderungen können ‚Wunder' bewirken 13

2 Im Einklang mit der Natur 17
- Ein Bein wächst nach 17
- Kommunikation – und zwar sofort 18
- Die Macht der Intention 20
- Das erstaunliche Gedächtnis des Wassers 20
- Lichtwesen 22
- Die unsichtbaren Boten der Natur 22
- Unter der Sonne gibt es keine Geheimnisse 24
- Die Sonne ehren 26
- Nur die Angst ist gefährlich 27
- Wir sind die Welt 28
- Das mysteriöse ‚Netz der Düfte' 32
- Die Weisheit der Pflanzen 34
- Haben Pflanzen Gefühle? 36
- Der verloren gegangene Bezug zur Natur 37
- Pflanzen wollen helfen 38
- Jede Lebensform hat ihre Daseinsberechtigung 40

3 Gut begonnen ist halb gewonnen 42
- Unser Gehirn – ein universeller Computer 42
- Ein neues Gehirn für ein neues Zeitalter 43
- Die Wunder des Gehirns 45

Wie entsteht Schicksal? 46
Die geheime Welt des ungeborenen Kindes 47
Rhythmen des Glücks 49
Widersprüchliche Botschaften 51
Das Arbeitsbuch des Lebens 52
Die Vergangenheit loslassen 54
Gebildete Ignoranz 55
Bewusstheit – das fehlende Bindeglied 56

4 Es liegt an Ihnen 59
Wie man sich aus dem Gefängnis der gesellschaftlichen Konditionierung befreit 59
Man ist, was man glaubt 61
Altern ist eine Frage der Entscheidung 64
Wer wird älter und wer nicht? 65
Nur der Verstand hat Grenzen 67
Das Herz öffnen 68
Das Verbrechen der negativen Gedanken 70
Wir alle können einen Unterschied machen 72
Gedanken sind nie geheim 75
Das Ende der mentalen Kriegsführung 76
Zweifel – die Ursache des Scheiterns 78
Materieller und spiritueller Wohlstand 79
Innere und äußere Fülle – 200 % Leben 81
Unmittelbare Ergebnisse 82
Müdigkeit – der Teufelskreis beginnt 83
Stress wird durch Müdigkeit verursacht 84

5 Die Ursache heilen 86
Gefühle – unser persönlicher Wetterbericht für jeden Tag 86
Unterdrückte Gefühle 87
Die körperliche Seite der Gefühle 88
Emotionen und Körpertypen 91
Der Vata-Typ 92
Der Pitta-Typ 92
Der Kapha-Typ 93

Vata-Emotionen....94
Pitta-Emotionen....95
Kapha-Emotionen....96
Körpersprache....96
Methoden zur emotionalen Transformation....99
Emotionale Fürsorge....102
Ungeduld kann Sie geduldiger machen....102
Versuchen Sie nicht, andere Menschen zu ändern....103
Konflikte sind Chancen für Wachstum....105
Depression – nach innen gerichtete Wut....106
Was macht Sie wütend?....108
‚Ich könnte' versus ‚Ich sollte'....109
Sie dürfen auch ‚Nein' sagen....110
Holen Sie sich ein Haustier – es kann Sie glücklich machen und Ihr Leben retten....112
Gutes Essen – gute Laune....114
Woher unsere Stimmungsschwankungen kommen....114
Die Stimmungsmacher....115
Wie unser Konstitutionstypus unsere Stimmung beeinflusst....117
Zwei wichtige Dinge, die Ihr Leben bestimmen:....118
1. Eine gesunde Ernährung....118
Sattva, Rajas und Tamas – die drei Grundprinzipien des Lebens....119
Die sattvische Ernährung....121
Die rajasische Ernährung....122
Die tamasische Ernährung....123
2. Die Macht der Gedanken....123
Gedankenwechsel....123
Glücklich sein – Ihr Schlüssel zum Arzneischatz der Natur....125
Die Energie folgt den Gedanken....126
6 Prinzip und Methode der primordialen Heilung....129
Teil 1 – Das Wunder der bewussten Atmung....129
Der Atem ist alles, was es gibt und noch viel mehr.....129

Wie fange ich an? ... 131
Der Schlüssel zum Erfolg heißt ‚Loslassen' ... 132
Die Macht der Aufmerksamkeit ... 134
Teil 2 – Primordiale Heilklänge ... 135
Du bist das, was du wahrnimmst. ... 135
Die Welt der Klänge ... 137
Der Körper – ein Symphonieorchester ... 139
Die Beziehung zwischen Namen und Form ... 140
Urklangtherapie – eine Zusammenfassung ... 141
Die Urklänge der sieben Chakren ... 142
Die fünf Hr….Töne ... 143
Die Urklänge der Siddhis ... 144
7 Die fünf Sinne – ein Jungbrunnen ... 146
Gesunde Sinne für ein gesundes Leben ... 146
1. Inneres und äußeres Sehen ... 147
Die Bedeutung der Leberreinigung und einer ausgewogenen Ernährung ... 148
Übungen für die Augen ... 150
A1–7 ... 150
B1–7 ... 151
Augenbehandlungen mit Sonnenlicht ... 152
C1–4 ... 153
2. Die Welt des Hörens ... 155
Hören auf allen Ebenen ... 155
Klangübungen ... 157
Die Kraft der Vokale ... 157
Summen ... 158
Kiefer-Töne ... 158
Kehlkopf-Töne ... 158
Magen-Töne ... 159
Klangtherapie ... 159
Musiktherapie ... 161
Auf Heilung eingestimmt ... 163

3. Gesund durch Berühren 166
Marma-Therapie 167
Körperarbeit 168
4. Der Geschmackssinn – eine intime Quelle des Vergnügens 170
Einfache Regeln für eine gesunde Ernährung 172
Zur Verbesserung des Geschmacksempfindens 175
5. Das Riechen als Sinnesempfindung 176
Wie Sie Ihren Geruchssinn stärken können 176

8 Spirituelle Weisheit – das höchste Lehrstück von Mutter Natur für uns Menschen 178
Die Frequenz der Liebe entdecken 178
Der Schlüssel liegt im Bewusstsein 180
Tiere wissen Dinge, die wir nicht wissen 182
Die Botschaft der Wale und Delfine 184
Vielleicht sind die Kühe ja doch heilig 186
Auf die harte Tour lernen 188
Respekt vor allem Leben 189
Die Erde weiß alles 191
Die heilende Kraft der Mutter Erde 192
Der Planet lebt 193
Alle Veränderungen auf dieser Erde sind zum Wohle des Lebens 195
Die magnetischen Pole der Erde verschieben sich 197
Eintritt in eine neue Welt 200
Es ist an der Zeit, Entscheidungen zu treffen 202
Die Weisheit der Natur verinnerlichen 205
Mit der Natur ins Gespräch kommen 207
Die Vorstellungskraft formt unsere individuelle Realität 209

9 Die zwölf Tore zum Himmel auf Erden 212
1. Das Tor des Einsseins 212
Öffnen Sie das erste Tor 214
2. Das Tor zur Lösung aller Probleme 215
Öffnen Sie das zweite Tor 218
3. Das Tor zur Überwindung von Zeit 219
Öffnen Sie das dritte Tor 222

4. Das Tor des Überflusses 223
Öffnen Sie das vierte Tor 225
5. Das Tor zum Erfolg 226
Öffnen Sie das fünfte Tor 229
6. Das Tor zur Wertefreiheit 230
Öffnen Sie das sechste Tor 232
7. Das Tor des ‚das Höchste zuerst' 233
Öffnen Sie das siebte Tor 237
8. Das Tor zur Stille 237
Öffnen Sie das achte Tor 241
9. Das Tor des körperlichen Bewusstseins 241
Öffnen Sie das neunte Tor 244
10. Das Tor der inneren Führung 244
Öffnen Sie das zehnte Tor 247
11. Das Tor zur spirituellen Weisheit 248
Öffnen Sie das elfte Tor 251
12. Das Tor zur Erfüllung aller Herzenswünsche 252
Öffnen Sie das zwölfte Tor 258

Schlusswort 261
Friedensgebet nach Franz von Assisi 261

Über Andreas Moritz 262

Index 265

Einleitung

Es ist nicht so, dass mit dieser Welt und den Menschen, die darin leben, etwas nicht stimmt. Eines aber ist überflüssig geworden: dass wir Menschen immer noch in unserer dreidimensionalen Wahnidee von Krankheit, Problemen und Leid gefangen sind. Diese Wahnidee hält uns davon ab, endlich aufzuwachen und zu erkennen, dass wir alles andere sind als hilflose Opfer unseres eigenen Schicksals, auf das wir keinen Einfluss nehmen können. Was wir an diesem Punkt unserer menschlichen Evolution brauchen, ist Erkenntnis. Die Erkenntnis, dass es neben unserer Existenz eine übergeordnete, höhere Dimension gibt, die es uns ermöglicht, höhere Realitäten nicht nur zu erkennen, sondern uns mit ihnen zu identifizieren und das unglaubliche Potenzial dieser Kräfte zu realisieren.

Das Leben ist auf mysteriöse Art und Weise perfekt, und trotzdem fehlt es den meisten von uns an Bewusstsein, zu wissen und zu verstehen, wie genau dieses Leben wirklich funktioniert. Die meisten Menschen auf dieser Erde glauben immer noch, dass bestimmte Ereignisse, Umstände, Unfälle, Krankheiten und Beziehungen mehr oder weniger zufällig passieren und keine tiefere Bedeutung oder Verbindung zu einer größeren Bestimmung im Leben haben. Nichtsdestotrotz sind die vielen Momente und Ereignisse im Leben eines Menschen Teile eines riesigen Puzzles, das auf den ersten Blick wenig Sinn zu ergeben scheint. Setzt man diese Teile aber zusammen, entsteht ein Gesamtbild von tief greifender Bedeutung. Betrachtet man diese Beziehungen, Unfälle, Krankheiten oder Konflikte als isoliert auftretende Ereignisse, scheinen sie willkürlich und ohne wirklichen Sinn zu sein. Wenn man sie jedoch von einer weiteren, weniger offensichtlichen Realitätsebene aus betrachtet, erkennt man den Sinn hinter dem Ganzen. Jedes noch so kleine Puzzleteil ist einzigartig und – sobald es am richtigen Platz liegt – für das Gesamtbild von großer Bedeutung. Nur wenn man diesem Gesamtbild keine Beachtung schenkt, scheinen diese Ereignisse sinnlos, zufällig und verwirrend zu sein und verantwortlich für unsere eigene Instabilität und Leidenswege. In diesem Zustand können wir unserem Leben kaum einen Sinn abringen.

Wir alle befinden uns noch auf der Suche. Wir suchen nach den Dingen, die uns ganz und erfüllt werden lassen. Wir dürsten nach innerem Glück, neigen aber dazu, dieses Glück in den äußeren Umständen zu suchen. Schon als Kind war ich auf der Suche nach spiritueller Weisheit, habe die Gründe dafür aber nie ganz verstanden. Lange glaubte ich, die Antworten auf meine innere Unzufriedenheit in der Welt um mich herum finden zu müssen. Fast zwanzig Jahre lang befand ich mich auf der Suche, bis die Umstände mich schließlich auf den richtigen Weg brachten und mir zeigten, dass die Antwort auf die Fragen des Lebens, des Universums und von allem anderem ausschließlich in mir selbst zu finden war.

Mein Weg der Selbsterkenntnis war oft steinig und schwer, aber wenn ich mit meinem erweiterten Bewusstsein von heute auf mein Leben zurückblicke, kann ich sehr deutlich sehen, dass die Schwierigkeiten und Entbehrungen, die ich durchlebte, mich zu einem besseren Menschen werden ließen. Sie haben mich gestärkt und mir einen unglaublichen Erfahrungsschatz mitgegeben. Sie haben dafür gesorgt, dass ich nicht nur mein Leben komplett änderte, sondern auch die Anmut des Lebens an sich erfahren durfte. Das Einzige, was *wirklich* geschah, war eine Bewusstseinsänderung, die mein Denken und Handeln nachhaltig beeinflusste und mein Schicksal auf sehr befriedigende Art und Weise in neue Bahnen lenkte. Ich machte die außergewöhnliche Entdeckung, dass wir (und das schließt Körper, Verstand, Seele, Handlungsmuster und unsere unmittelbare Umgebung mit ein) lediglich ein Produkt unseres eigenen Bewusstseins und unserer Projektionen sind.

Unser Bewusstsein kommt durch unsere Gedanken, Gefühle, Wünsche und Verlangen, Abneigungen und Intentionen zum Ausdruck, die als Werkzeuge des Verstandes dienen, um unsere persönliche Realität formen zu können. Jede Bewusstseinsänderung wird sich auch auf unseren Körper, unseren Verstand, unsere Seele und sogar unsere Umgebung auswirken. Durch eine unsichtbare und alles durchdringende Kraft fungieren wir als Schöpfer oder Co-Schöpfer all dessen, was um uns herum passiert. Unser Bewusstsein ist der Drehbuchautor unseres eigenen Schicksals – was auch immer es schreibt, wird sich auf der Bühne unseres Lebens abspielen. Unser Bewusstsein ist grundlegend für unsere Wahrnehmung und unser Handeln in dieser Welt und aus diesem Grund verdient es all unsere Beachtung. Unsere Aufgabe ist

es, ein neues Drehbuch zu schreiben, das uns hilft, unser wahres spirituelles Wesen zu verstehen und das Leben so zu schätzen, wie es wirklich ist. Dieser Bewusstseinswandel wird immer dringlicher und die Zeit ist reif für eine Transformation auf individueller und globaler Ebene.

Die Lektüre dieses Buches wird Ihnen dabei helfen, Ihr verborgenes Bewusstsein zu entdecken, und Ihnen das Werkzeug in die Hand legen, mit dem Sie dieses Bewusstsein nach Ihren Wünschen gestalten können. Es ist ein mächtiges Werkzeug, mit dem Sie nicht nur Ihre eigenen Herzenswünsche erfüllen, sondern jeden Aspekt Ihres Lebens verändern können. Sie werden lernen, wie Sie Körper, Geist und Seele vereinen und ganz werden lassen. Auch werden Sie erkennen, wie beengend und unter Umständen schädlich viele Ihrer Glaubenssätze sein können, die Sie vielleicht zu Themen wie Gefühle, Beziehungen, Altern, Umwelt oder Tod vertreten.

Dieses Buch soll Zeichen meiner Dankbarkeit sein, dafür, dass ich mein eigenes Bewusstsein vertiefen und erweitern konnte. Gleichzeitig dient es als Einladung für alle, sich der Welt der Fülle, der Liebe und der spirituellen Weisheit zu öffnen. Alles, was dabei von Ihnen verlangt wird, ist Offenheit und die Bereitschaft, Ihre eigene Wahrnehmung zu verändern. Auch sollten Sie bereit sein, alte Muster abzulegen, die Ihnen im Laufe des Lebens so viel Schmerz und Kummer bereitet haben. Wenn Sie den Pfad der Selbsterkenntnis betreten, begeben Sie sich auf eine Reise zum innersten Selbst, an den Ort, an dem Sie sich von den alten Glaubenssätzen befreien können, die Körper und Geist beherrschen und einengen. Dann werden Sie frei sein, eigene und bedingungslose Lebensentscheidungen zu treffen.

Je mehr Bewusstsein Sie entwickeln, desto besser werden Sie in der Lage sein, falsche Annahmen und selbstzerstörerische Glaubenssätze zu erkennen und durch eine positive und bestärkende innere Einstellung zu ersetzen. Die alten Maximen ‚Leben heißt Leiden', ‚Man kann im Leben nicht alles haben' oder ‚Das Altern gehört zum Leben dazu' verlieren an Bedeutung, sobald man das *wirkliche Ich* erreicht hat und alle Möglichkeiten offenstehen.

Sorgen, Kummer und Nöte können nur existieren, wenn wir auf den zwei- und dreidimensionalen Ebenen der Realität feststecken, die sich aus der Illusion der Zeit, dem physischen Körper und der materiellen Welt zusammensetzen. Die meisten Menschen beschränken sich darauf, nur diesen win-

zigen Aspekt der Realität wahrzunehmen. Sie fühlen sich darin gefangen und beschränken sich selbst, indem sie sich eng gesteckten Glaubenssystemen und strengen Regelwerken unterwerfen. Diese veralteten und bröckelnden Lebensweisheiten dominieren unsere Weltanschauung seit vielen Tausend Jahren und haben überall für Chaos, Zerstörung und Verwirrung gesorgt. Von Menschen gemachte Regeln haben die Naturgesetze ersetzt und sind zur selbst erfüllenden Prophezeiung der modernen Gesellschaft geworden.

Unser modernes Zeitalter hat sich einen ganz besonderen Schwerpunkt zu eigen gemacht: Alles, was nutzbringend und praktikabel ist, muss wissenschaftlich bewiesen und begründet werden können. Diese Grundhaltung mag für eine oberflächliche Betrachtung des Lebens relevant sein, hat aber keine oder wenig Auswirkung auf die innere Lebensqualität. Es ist eine unvollständige Betrachtung des Lebens und hat dazu geführt, dass das Abenteuerliche, das Mysteriöse und Aufregende, ja, sogar der Spaß aus unserem Leben verschwunden sind. Infolgedessen ist unser Leben öde und langweilig geworden. Der ausschließliche Sinn des Lebens besteht jetzt darin, den selbst auferlegten Regeln und Gesetzen zu folgen. In jüngster Zeit steuert dieses wissenschaftsorientierte Zeitalter auf einen Wende- und Krisenpunkt zu, an dem selbst die wissenschaftliche Gemeinschaft durch zueinander im Widerspruch stehende Kräfte zu zerbrechen droht. Selbst hochrangige Physiker sprechen in ihren Versuchen, den Ursprung allen Lebens zu erklären, mittlerweile von höheren Kräften, von Gott oder einem höheren Bewusstsein. Das neue Jahrtausend steht unter dem Einfluss des *Aquarius* und die alten Maximen und gesellschaftlichen Regeln sind nicht mehr ausreichend für ein sinnerfülltes Leben. Wir alle haben jetzt die Wahl, eine neue Weltordnung anzunehmen, in der vollkommene Gesundheit, Fülle, Liebe und spirituelle Weisheit Regie führen. Dieses Buch soll Ihnen den Weg in diese neue Realität zeigen.

Viele Tausend Jahre lang lebte die Menschheit in Ignoranz und ohne Wissen um ihre wahre Natur und ihr grenzenloses Potenzial. Bei vielen Menschen war das eigene Bewusstsein so körperorientiert, dass sie noch nicht einmal wussten, dass es so etwas wie einen Verstand überhaupt gibt. Mit der Ausnahme weniger erleuchteter Individuen war sich der Mensch kaum bewusst, wie sehr der Verstand den Körper, das Schicksal und die Welt als Ganzes beeinflussen kann. Zum jetzigen Zeitpunkt befindet sich die Menschheit zwangsläufig in einer

9 Die zwölf Tore zum Himmel auf Erden

Wenn wir die im Folgenden beschriebenen zwölf Tore zum Himmel auf Erden öffnen und anwenden, können wir – jeder Einzelne, jede Gesellschaft, jede Regierung und jede Nation – dauerhaft ein Leben in Wohlstand und Freiheit führen, ganz ohne Einschränkungen und Probleme.

1. Das Tor des Einsseins

Einssein ist ein Bewusstseinszustand, der keine Angst kennt. Zu wissen, dass alle Dinge und alle Menschen in engstem Kontakt miteinander stehen, ist der natürlichste und mächtigste Bezugspunkt. Wir alle teilen das gleiche Bewusstsein und die gleiche Intelligenz, die alle Lebensformen des Universums steuert. Die natürliche Welt mit ihrer Vielfalt an unterschiedlichen Spezies, Partikeln und Energieformen agiert wie ein zusammenhängendes Ganzes, in dem Liebe und Bestimmung alles zusammenhalten und vereinen. Sie und ich sind aus dem gleichen Seelenbewusstsein entstanden. Wir sind wie Blüten vom selben Baum oder einzelne Wellen im großen Meer. Alles, was uns voneinander trennt, ist die Angst, die entsteht, wenn wir nicht wissen, dass wir aus ein und derselben Herkunft sind.

Nur ein ängstlicher Geist ist konkurrenzorientiert. Der vertrauensvolle Geist weiß, dass es für jeden einen Ort und eine Zeit gibt, und kann deshalb nicht umhin, immer zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein. Das Wissen und die Erfahrung, mit allem und jedem eins zu sein, nimmt uns die Notwendigkeit, uns messen und verteidigen zu müssen – materiell, physisch, verbal oder emotional. Schutz wird nur dann wichtig, wenn Sie selbst energetische Schwingungen aussenden, die andere Menschen in Ihrem Umfeld als bedrohlich empfinden könnten. Das Aussenden von Angst erzeugenden Signalen ist die

häufigste Ursache für Konflikte im Leben. Ein Mensch jedoch, der das Einssein in allen Mitmenschen erkennt, bleibt von der Angst unberührt.

Sobald Sie lernen, sich selbst und alles Leben um Sie herum zu schätzen, werden Sie die spontane Unterstützung aller Naturgesetze erfahren. Ihre Bedürfnisse werden umfassend und ganz selbstverständlich erfüllt werden. Oft bezeichnen wir bestimmte Ereignisse in unserem Leben als ‚schlecht'. Aber in fast allen Fällen erweisen sich schlechte Dinge als gut für uns. Probleme sind nichts anderes als versteckte Chancen. Sie müssen gar nicht entscheiden, was gut oder schlecht ist für Sie. Sie bekommen immer das, was für Sie und Ihr persönliches Wachstum gerade richtig ist, auch wenn es für Sie im Moment ungünstig zu sein scheint.

Es ist jetzt an der Zeit, in Ihr Leben ausschließlich die Dinge zu integrieren, die Sie glücklich und zufrieden machen. Ein Fluss kann nicht stromaufwärts fließen. Der Fluss der Naturgesetze kann uns nur unterstützen, wenn wir andere Menschen und die Natur als gleichwertig betrachten. Alles gehört jedem von uns, weil das universelle Bewusstsein in uns allen zum Ausdruck kommt. Das Einssein ist der natürliche Zustand des Lebens, der es dem Fluss des Lebens ermöglicht, durch Sie hindurch zu fließen. Es wird Ihnen alle Kraft, Nahrung und Weisheit geben, die für die Entwicklung Ihrer Seele zu diesem Zeitpunkt notwendig ist. Wenn Sie sich ins Bewusstsein rufen, dass alles im Grunde genommen eins ist, können Sie sich von dem Schmerz der Einschränkung befreien. Bevor Sie Gestalt (einen menschlichen Körper) angenommen haben, haben Sie sich vielleicht dafür entschieden schwarz, gelb oder weiß zu sein. Ihre Berufswahl spiegelt die Lektionen wider, die Sie lernen müssen, um Ihre Seele in diesem Leben vollständig werden zu lassen. Es spielt keine Rolle, ob Sie Künstler oder Wissenschaftler sind und ich ein Schriftsteller oder Bettler. Wir alle sind Teil desselben ‚Baums des Lebens'. Das Bewusstsein, das uns alle am Leben hält, kennt den Unterschied zwischen Hautfarbe, Religion oder Berufsstand nicht. Es ist nicht wichtig, was Sie sind und zu welcher Religion, welcher politischen Partei oder welchem Staat Sie gehören. Wichtig ist nur, dass Sie **Sie selbst** sind. Einschränkungen, Regeln und Vorschriften gehören nicht zur Essenz Ihrer Seele oder Ihrem höheren Selbst. Allein die Tatsache, **dass es Sie gibt**, genügt, um eins zu sein mit allem anderen. Wir müssen uns nur daran erinnern, dass wir eins sind, also die Erinnerung an den

Zustand des Einsseins wieder in unser Bewusstsein aufnehmen. Versuchen Sie sich diese grundlegende und alles durchdringende Einheit vorzustellen, wenn Sie die Objekte und Menschen in Ihrem Umfeld betrachten. Wenn Ihnen dies gelingt, werden Sie die eingebildeten Schwierigkeiten und Trennungen in Ihrem Leben beseitigen können.

Viele der Atome, die sich zu dem Schmuck zusammenfügen, den Sie vielleicht gerade tragen, verschmelzen im Bruchteil einer Sekunde mit Ihrem Körper. Sie ersetzen die Atome, aus denen Ihre Augen, Ihre Haut, Ihr Herz bestehen und die Luft, die Sie einatmen. Die Luft, die sich zwischen Ihrem Körper und dem Buch, das Sie gerade lesen, befindet, schafft eine direkte Verbindung zwischen Ihnen und dem Buch. Der Fluss des Lebens fließt durch alles hindurch und hält es zusammen, es spielt keine Rolle, ob dieses ‚alles' nun ‚lebendig' ist oder nicht. Sobald wir erkannt haben, dass alles miteinander verbunden ist, werden wir uns bewusst mit allen Lebensformen und -energien verbinden können und in der Lage sein, diesen Lebensfluss auf jede beliebige Art und Weise zu steuern.

Wenn wir uns dem Fluss des Lebens, der uns alle nährt, öffnen, wird die Angst, etwas falsch zu machen oder einen geliebten Menschen zu verletzen, überflüssig. Sobald wir die allem zugrunde liegende Einheit erkennen, werden unsere Ängste nachlassen. Furchtlos zu sein bedeutet frei zu sein. Wenn wir uns frei fühlen, öffnen wir unsere Herzen. Ein offenes Herz verbreitet Liebe und überbrückt Unterschiede. Liebe heilt alte Wunden, beseitigt Hass und Zwietracht und überschüttet alle mit einem Schauer des Glücks, einschließlich desjenigen, der die Liebe gibt. Alles, was keine Liebe verbreitet, ist nicht lebenswert. Machen Sie das Einssein zur höchsten Priorität in Ihrem Leben. Erkennen Sie diese Einheit in jedem Stein, in jedem Insekt, in den Wolken, im Regen, in der Sonne und in Ihnen selbst. Alles, was Sie tun müssen, ist, sich wieder an Ihre Verbindung mit dem Fluss des Lebens zu erinnern.

Öffnen Sie das erste Tor

„Ich öffne das Tor des Einsseins, indem ich meine Aufmerksamkeit zunehmend auf die große Einheit lenke, die alle Menschen, Objekte und die Natur mit mir

selbst verbindet. Ich erkenne, dass es in allem, was mit mir geschieht, eine größere Bestimmung gibt, und dass der Fluss des Lebens durch mich und durch die ganze Schöpfung fließt. Diese tiefe Verbindung macht alle Lebensformen gleichermaßen wichtig, nützlich und wertvoll. In der Vielfalt existiert Einheit und es gibt keinen Grund, Angst zu haben, mich einschüchtern zu lassen oder mich zu verteidigen. Ich konzentriere mich darauf, das Glück im Leben zu vermehren. Dies erlaubt es mir, zum Medium für bedingungslose Liebe zu werden und so zu einer harmonischeren Welt beizutragen. Ich bitte darum, dass das Einssein zur dominierenden Erfahrung meines Lebens wird."

2. Das Tor zur Lösung aller Probleme

Wenn wir im Leben vor einem scheinbar unüberwindbaren Problem stehen, bedeutet das, dass wir vorerst nicht in der Lage sind, das Gesamtbild zu sehen. Probleme sind nicht dazu da, uns leiden zu lassen. In ihnen verstecken sich Lektionen, die uns zeigen können, wo wir falsch gehandelt haben und was wir tun können, um unsere Fehler zu korrigieren.

Probleme in unserem Leben sind ein Hinweis, dass wir uns dem Fluss der Lebensenergie widersetzen. Vielleicht versuchen wir zuerst, unsere Schwierigkeiten zu ignorieren, zu unterdrücken oder dagegen anzukämpfen. Besteht das Problem trotzdem fort, suchen wir nach einer Ursache und tendieren dazu, andere Menschen, die Umstände oder sogar uns selbst dafür verantwortlich zu machen. Wenn ein Baby weint, ertappen wir uns vielleicht dabei, es anzuschreien, damit es endlich aufhört, uns zu ‚stören', oder wir versuchen es zu ‚beruhigen', indem wir ihm Essen in den Mund stopfen. Haben wir Schmerzen im Kopf oder an irgendeiner anderen Stelle im Körper, versuchen wir meistens, das Problem mit einer Schmerztablette zu ‚lösen'. Treten die Schmerzen immer wieder auf, gehen wir zum Arzt, der sie ‚reparieren' soll, genau wie der Mechaniker, der unser Auto auf Vordermann bringt. Vielleicht nehmen wir auch einen Kredit auf, um unsere finanziellen Engpässe zu ‚überwinden'. Ist der Partner auch nicht mehr so, wie er/sie einmal war, trennen wir uns oder reichen die Scheidung ein. Die ungewollte Schwangerschaft wird mit einem kleinen

Index

A
Adipositas 8
Aggression 48, 76, 89, 198
AIDS 58, 69, 126, 140, 187, 196
Akne 8
Allergien 160
Anämie 160
Angst 12, 19, 35, 48, 51, 117, 198
  Altern, vor dem 65
  Armut, vor 225
  genug zu haben, nie 80
  Reichtum zu verlieren, den eigenen 3, 80
  Sonne vor 27
  Sterben, vor dem 183
  Veränderungen, vor 67
  Zerstörung, vor der totalen 70
  Zukunft, vor der 222
Arteriosklerose 113, 166
Arthritis 8
Asthma 7, 14, 158, 160
Autoimmunkrankheit 60

B
Bewusstseinsgrad 242
Blindheit 8
Bluthochdruck 10, 160
Blutvergiftung 216
Bovine Spongiforme Enzephalopathie 187
Bronchitis 7, 160

C
Creutzfeldt-Jakob-Krankheit 187

D
Depression 19, 20, 57, 95, 106, 229, 255
Desillusionierung 81
Diabetes 14, 15
Durchfall 14, 90-91, 160

E
Emotionen, negative 91
Energiemangel 77
Entzündungen 90
Erschöpfung 66, 160

F
Fieber 160, 192, 195
Frustration 15, 74, 89, 112, 227

G
Gastritis 90
Glaukom 8

H
Hautausschlag 14, 216
Heilkrise 192, 195
Heißhunger 93, 115, 167, 173, 174
Herzerkrankungen 6, 58, 112-113, 160, 164
Herzinfarkt 30, 126, 181
Herzrhythmusstörungen 139
Husten 160
Hyperaktivität 92, 139

I
Infektionen 90, 106, 138, 146, 148
Instabilität xiii, 141, 200
Intelligenz 28, 181, 228

K
Katarakt 8, 149, 151
Kopfschmerzen 148, 160
Körperbewusstsein 20, 135, 242-244
Krämpfe 161

Kreativität 46, 55-56, 77, 149, 150, 221, 226
Krebs 6, 8, 11, 30, 58, 69, 126, 140, 159, 161, 196
  Hautkrebs 26
Kummer xv, 65

L
Lebensführung 65, 94, 147, 196, 244, 247
Lernfähigkeit 149, 150, 158
Lethargie 160, 175

M
Meditation 56, 112, 132, 145, 207, 222, 239
Migräne 14
Missbrauch 46, 47, 52, 70, 115, 187
Misstrauen 12
Müdigkeit 66, 77, 83-84, 95, 229, 249
Multiple Sklerose 60, 196

N
Nährstoffmangel 116, 175
Nervosität 49, 84, 90-91, 95, 117

O
Obstipation 8
Ödeme 8
Osteoporose 8, 106, 126

P
Passivität 160
Persönlichkeit multiple 14

R
Reizdarmsyndrom 90
Rheuma 6

S
Schlafmangel 84
Schwerhörigkeit 158
Schwindel 161
Sehstörungen 147
Selbstvertrauen 48
Selbstwertgefühl, geringes 51, 91, 109, 112, 218
Sinusitis 158
Sprachstörungen 159
Stimmungsschwankungen 94, 114, 115
Stress 35, 49, 71, 81, 99, 247
  Stresshormone 51, 77, 89
  Stressreaktionen 30, 95

T
Tod xv, 6, 61, 67, 202
Toxine 76, 90-91, 141
Traumata 116

U
Übelkeit 159
Übergewicht 94
Übersäuerung 159
Unsicherheit 90, 111, 200, 217

V
Verhaltensmuster 46, 96, 119
Verstopfung 90-92, 160. **Siehe** Obstipation
Verwirrung 55, 116, 141, 200, 238, 254
Vitamine 36, 115, 148
  Vitamin A 148
  Vitamin C 210

W
Wohlbefinden 48, 76, 221-222, 227, 239, 242

Z
Zwangsstörungen 161

Andreas Moritz

Erwache zum Leben!

Nutze noch heute die ungeheuren Selbstheilungskräfte von Körper, Geist und Seele

288 Seiten, kart.
erscheint 2025

Jetzt kaufen



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de