

WENN DU VERWIRRT BIST...

Botschaft der Geistigen Welt, empfangen von Verena Sautner am 31. 3. 09



Lake Tahoe, Kalifornien

Geliebte Freunde!

Ja, wir kommen wiederum herein, um mit euch über eine wichtige Angelegenheit zu sprechen.

Es geht um das Thema „Wahrheit – Illusion“. Was ist wahr, was ist echt, was ist Illusion?

In dem Dschungel an Informationen, die eure Realität stürmen, die richtige Fährte zu finden, ist zugegeben nicht leicht.

Und aus diesem Grund möchten wir euch heute aus unserer Sicht ein paar Informationen dazu geben.

Unser Kanal erlebte selbst gerade eine Erschütterung, die mit diesem Thema zu tun hat, und so fanden wir es angemessen, uns hiezu zu Wort zu melden, um etwas mehr Klarheit zu schaffen.

„Ist denn nun alles Illusion?“, fragte sich unser Kanal heute, und „Wie kann ich noch wissen oder spüren, was wirklich wahr ist und was Illusion ist?“

Sie ist tatsächlich verunsichert.

Wie wirklich ist die Wirklichkeit?, fragten bereits andere vor ihr. Und im Kurs in Wundern wird auf die illusionäre Grundnatur dieser Welt hingewiesen. Alles ist eine Projektion meines Denkens und Fühlens. Und ändert sich mein Fühlen und Denken, so ändert sich augenblicklich auch die Außenwelt.

Ja, aber auch die physische Ebene, die „feste Materie“ ist – wie bereits vor längerer Zeit wissenschaftlich nachgeprüft werden konnte – nicht so fest, wie sie uns erscheint.

Ist also alles Trug und Schein und gibt es gar keine „wirkliche Wirklichkeit“?

Geliebte Wesen, all diese Gedanken kreisen in euren Köpfen und bringen eure Gehirnzellen zum Rauchen (oder Schwitzen, je nachdem).

Was stimmt denn nun noch? Worauf kann ich mich denn nun noch verlassen?

Mein Gefühl ist genauso manipulier- bzw. beeinflussbar wie mein Denken.

Worauf kann ich nun noch bauen?

An dieser Stelle möchten wir euch zurückführen in euren momentanen Seinszustand.

Wir möchten euch zurückführen zum Atmen, zum schlichten Ein- und Ausatmen.

Atemzug für Atemzug.

Geht eine Weile mit dem, lasst euren Atem durch euren Körper fließen, folgt ihm mit eurer Aufmerksamkeit. Spürt, wie sich eure Bauchdecke hebt und senkt, spürt, wie sich euer Brustkorb dehnt. Spürt, wie eure Schulterblätter vom Atem bewegt werden, spürt, wie eure Lenden sich ganz leicht ausdehnen unter der Bewegung des Atems. Werdet ganz akkurat mit eurer Beobachtung und Wahrnehmung eures Atems!

Euer Atem ist ein ganz einfaches Werkzeug, um euch zu zentrieren, um euch in den Augenblick und in die Wahrnehmung eurer körperlichen Realität zu bringen.

Darauf könnt ihr bauen.

Und wenn der Atem nicht so rund fließt, wenn er stockt oder angehalten wird, wenn er irgendwo hängen bleibt oder nicht in den Bauchraum hinunter kommt... Dann nehmt wahr, wie er sich bewegt, wo er ist. Nehmt einfach wahr und geht aus der Bewertung und Beurteilung heraus bzw. aus der Vorstellung, wie der Atem zu sein hätte.

Er ist, wie er im Moment ist.

Und eines ist gewiss: Es gibt einen Ein- und einen Ausatem - und eine Atempause dazwischen, die nur von bestimmten Atem-Schulen bemerkt wird, die aber eine enorme Bedeutung in diesem Geschehen hat. Sie ist der RUHEPOL im Rhythmus des Atems, der Moment der Sammlung, bevor die neue Bewegung wie von selbst einsetzt. In diesem Ruhepol des Atems befindet sich die größte Kraft, und die Atempause ist es, die für die so beruhigende Wirkung des bewussten Atmens hauptsächlich zuständig ist. In diese Ruhepause könnt ihr euch hinein begeben, wenn im Außen nichts mehr sicher ist, wenn alle Sicherheiten ins Wanken geraten sind.

Dort bist du sicher und geborgen!

Ja, du bist in dir geborgen, in deinem Inneren. Der bewusste Atem führt dich in dein Inneres, er führt dich zur Wahrnehmung deiner physischen Innenräume und über diese Brücke führt er dich in die Wahrnehmung deines geistigen Raumes, deines Seelenwesens, das jenseits aller Verschwörungstheorien und jenseits aller Belange dieser Welt existiert. Hier findest du Ruhe!

Hier findest du den Schatz, nach dem du im Außen suchst. Hier findest du ALLES!

Die Außenwelt ist tatsächlich nur eine Spiegelung – und Spiegelungen vergehen bzw. können sich im Bruchteil einer Sekunde verändern.

So ist es ratsam, auf dein Inneres zu bauen und dich in jeder Angelegenheit zunächst einmal nach Innen zu wenden.

Die klügsten Theorien und die mit den meisten und aussagekräftigsten Argumenten unterlegten Darstellungen der (äußeren) Welt können diese Hinwendung zum Inneren nicht ersetzen.

Und denk daran: Wem du deinen Glauben schenkst, dem gibst du deine Macht. So ist es weise, dich zuerst zu zentrieren, dich in dein eigenes Zentrum zu begeben, bevor du daran gehst eine neue, „umwerfende Wahrheit“ anzunehmen.

Wenn du gut zentriert bist, betrachte, was du gehört hast, von deinem inneren Punkt der Macht aus, lasse den Hauptfokus deiner Wahrnehmung IN DIR und geh mit einem wachen Auge und Ohr nach außen zu den präsentierten Informationen.

Und dann horche auf die Reaktion bzw. die Erwiderung deines Inneren. Was sich für dich stimmig anfühlt, das mag weitere Beachtung finden. Was sich nicht stimmig anfühlt, dem kannst du deinen Rücken kehren.

Du bist nicht verpflichtet, alle Informationen anzunehmen.

Das Urteil „weltfremd“ ist ein Urteil wie viele andere, und auch hier gibt es deine freie Wahl, Urteile anzunehmen oder eben nicht anzunehmen.

Lasse dir nicht einreden, du müsstest dieses oder jenes glauben, du hättest diese oder jene Verpflichtung zum Handeln – vielleicht „um die Welt zu retten“.

Die Welt ist, wie sie ist.

In allem gibt es eine Perfektion – das gesamte Weltgeschehen trägt Perfektion in sich – so anders die Realität aus menschlicher Sicht auch aussehen mag.

Die Ruhe und den Frieden IN DIR aufrecht zu erhalten, ist ein wahrhaft lohnenswerteres Ziel als der Versuch, „die Welt zu retten“ bzw. „Weltfrieden herzustellen“.

Aber wie immer hast du die Wahl.

Du kannst dich dem Inneren Pfad verschreiben oder/und du kannst auch den Impuls in dir verspüren, etwas an den äußeren Umständen verändern zu wollen. Dann folge deinem Impuls und lasse dich führen.

Du kannst nicht „falsch“ gehen. Du kannst bloß Erfahrungen machen.

Wie immer ist es deine Wahl.

An diesem Punkt verabschieden wir uns von dir.

Namasté.