



Autor: DocQuizzle - the better way of life

Heile deine Seele



DocQuizzle
-the better way of life-

[DocQ-youtube-channel](#)

have an eye on **DocQ**
since he has all three on you!



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung



BESCHREIBUNG

Unter der Annahme dass unsere Seelen in früheren Erdenleben wie auch in der jetzigen Inkarnation durch Begebenheiten, Erlebnisse, Enttäuschungen, Erfahrungen, Manipulationen, Gehirnwäschen, Erziehungsmaßnahmen, Strafverfolgungen, Leuterungen, Inquisitionen, etc. erheblichst verletzt und gekränkt wurden, habe ich dieses Dokument zusammengestellt.

Es dient einzig und allein dazu Anregungen und Ratschläge zu geben, wie jeder von uns seine Seele wieder heilen kann und somit sein Höheres Selbst zu aktivieren.

Heile deine Seele – ist eine Anregung zur Selbstheilung meines Wesens, dem physischen Körper, der unendlichen Seele und dem all-mächtigen Geist, das alles zusammenhängt. Eine ganzheitliche Betrachtung ist von höchstem Nutzen!

Welt im Dezember 2018

IMPRESSUM



frank **c**arl **m**aier **f**o(u)r **s**oul **c**onsciousness **m**anagement

Dokumententitel:

DocQ-18-04-21_Heile_deine_Seele.odt

(DocQ) **u**izzle ist ein Markenzeichen von Frank Carl Maier

e-mail: fcm4scm@mailbox.org

web: www.fmd-97469.jimdo.com



INHALTSVERZEICHNIS

Heile deine Seele - Selbstheilung

Beschreibung.....	3
Impressum.....	3
Inhaltsverzeichnis.....	4
Das Spiegelgesetz - Gesetz der Resonanz.....	10
Das Leben ist der perfekte Lehrer.....	10
Spiegelgesetz: Es geht ums Gefühl.....	11
Arbeiten mit dem Spiegelgesetz.....	13
Seelen-Essenzen: Auf der Suche nach uns selbst.....	14
Selbstheilung: Durch die Schichten des Fühlens.....	15
Spiegelgesetz: Der organische Weg.....	16
Das Auge des Horus – mystisches Licht der Seele.....	17
Das heilende Auge.....	18
Die Zirbeldrüse: unser drittes Auge.....	20
Das Organ der Seele.....	20
Mit dem geistigen Auge sieht man besser.....	22
Aktivierung der Zirbeldrüse.....	23
Die Aktivierung deiner Zirbeldrüse.....	24
Was verursacht die Blockade der Zirbeldrüse?.....	25
Schritt 1: Sage Bye-Bye zu Fluorid.....	26
Schritt 2: Den Abfall beseitigen.....	28



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Schritt 3: Spirituelle Praxis.....	30
Aktivierung und Entkalkung der Zirbeldrüse (Drittes Auge).....	32
Funktionen der Zirbeldrüse.....	32
Warum ist DMT interessant?.....	33
Die Zirbeldrüse und der Alterungsprozess.....	34
Regeneration von Zellschäden in der Nacht	35
Was verursacht die Blockade der Zirbeldrüse?.....	35
1) Sage Bye-Bye zu Fluorid.....	37
2) Entkalke die Zirbeldrüse	40
Gesunde Ernährung.....	45
3) Lass dich tagsüber von der Sonne kitzeln und verzichte auf Sonnenbrille.....	46
4) Schlafe in völliger Dunkelheit.....	48
5) Die Sonne anstarren – Sun Gazing.....	48
6) Singe!.....	49
7) Spirituelle Praxis.....	49
Drei einfache Wege zur Aktivierung deiner Zirbeldrüse.....	52
Was ist die Zirbeldrüse?.....	53
Serotonin & Melatonin - Was bewirken diese?.....	53
Die moderne Lebensweise der Zivilisation.....	54
1. Die Realität um Fluorid sieht allerdings anders aus.....	55
2. Giftstoffe in Deinem Körper (durch Ernährung).....	56
Weitere Tipps für Deine Ernährung:.....	57
3. Trainiere Deine Spiritualität.....	57
Was wirkt sich sonst noch negativ auf Deine Zirbeldrüse aus?.....	58



Hygiene: Man kann auch übertreiben	60
The great lack of oxytocin – Der Mangel an Oxytozin.....	64
Kundalinia und das Nerven-Sinne-System.....	68
Der Energie-Orgasmus.....	70
Bewusstsein und Schwingungsfrequenz.....	72
Bewusstsein und Schwingungsfrequenz gehen Hand in Hand.....	72
Eure Emotionen sind ein biochemisches Feedbacksystem.....	72
Was ist es also, was Emotionen erschafft?.....	73
Was können wir stattdessen tun?.....	74
Vorschläge zur Schwingungs- und Stimmungserhöhung.....	76
Herz über Kopf und wie wir beide zu Freunden machen.....	80
Das Herz hat ein eigenes kleines Gehirn.....	81
Das Herz im (Un)gleichgewicht.....	83
Das Herz ins Gleichgewicht bringen (Übung).....	85
Die Sprache des Herzens verstehen (Übung).....	87
Die finale Inkarnation eines Menschen	90
Die Schaffung eines göttlichen Bewusstseinszustandes.....	91
Das Erwachen der Macht	
– Die Wiederentdeckung magischer Fähigkeiten!!!.....	94
Einzigartige Magische Fähigkeiten.....	94
Eine Voraussetzung: Grundlegendes Verständnis für Spiritualität.....	94
Das erwachen spiritueller Kräfte.....	96
Die energetische Entdichtung der eigenen Realität.....	97



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Skepsis und Urteile blockieren unseren Geist.....	99
Ein starker Wille ist ausschlaggebend.....	100
Welche Fähigkeiten kann man erlangen?.....	101
Der Lichtkörperprozess und seine Stufen	
- Die Ausbildung des eigenen göttlichen Selbst!!!.....	102
Einzigartiges Licht und Finsternis.....	102
Lichtkörperprozess.....	103
Verminderung der eigenen Schwingungsfrequenz:.....	105
Anhebung der eigenen Schwingungsfrequenz:.....	107
Was ist der Lichtkörperprozess und worum geht es eigentlich?.....	109
12 Entwicklungsstufen zur Ausbildung des Lichtkörpers	111
Lichtkörperstufe 1.....	112
Lichtkörperstufe 2.....	114
Lichtkörperstufe 3.....	117
Lichtkörperstufe 4.....	120
Lichtkörperstufe 5.....	122
Lichtkörperstufe 6.....	125
Lichtkörperstufe 7.....	128
Lichtkörperstufe 8.....	133
Lichtkörperstufe 9.....	136
Lichtkörperstufe 10.....	140
Lichtkörperstufe 11.....	141
Lichtkörperstufe 12.....	143
Abschlussworte zum Lichtkörperprozess.....	145
Du bist der Schöpfer deiner Realität.....	146
Gedanken sind Deine wahre Macht	149
Geheimnis der Gedanken	149
„Der Gedanke ist der Vater aller Dinge!“.....	150
was die Wissenschaft über Gedanken weiß.....	150
was aufgestiegene Meister über Gedanken sagen.....	152
was Gedanken sind.....	152
die Geschwindigkeit der Gedanken.....	154
die Welt der Materie.....	154
elektronische Lichtsubstanz.....	155
Bewußtsein.....	155



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

wer Du wirklich bist.....	156
der Körper.....	157
die Seele.....	158
Schöpfer Deiner Welt.....	159
wie funktioniert Schöpfung.....	160
wie Du Deine Zukunft erschaffst.....	161
ICH BIN, das Gott-Prinzip.....	162
göttliche Freiheit.....	164
warum Du nicht göttlich bist.....	164
was die Menschen einst waren, was sie jetzt sind.....	166
die 7 Stufen des Bewußtseins.....	167
die Widerstandskraft des Nervensystems.....	169
die Wissenschaft vom Wissen.....	170
wie Du alles wissen kannst.....	171
Gedanken, Nahrung für das Sein.....	172
das gesellschaftliche Bewußtsein.....	173
Gedanken-Magnetismus.....	175
Gedanken-Blitze.....	175
Gedanken im Gehirn.....	176
Gedanken-Steuerung des Gehirns.....	177
das verfälschte Ego.....	178
Gedanken-Chemie.....	179
der Seelen-Computer.....	180
das Gedächtnis.....	181
Wissen und Fakten.....	182
der verschlossene Geist.....	183
das voll aktivierte Gehirn.....	185
Alter und Tod.....	187
der Tod.....	188
Selbst-Heilung durch Wissen.....	190
warum Du nicht souverän bist.....	191
die aufgestiegenen Meister.....	192
die Avatare, der lebende Meister.....	194
Lehren der aufgestiegenen Meister.....	195
Ursache aller Gedanken - der ewige Vater.....	196
Christos - der Schöpfer-Sohn.....	197
der Gedanken-Justierer - Gott in Dir.....	198
wer ist Gott.....	199
die Leere.....	200
die Dualität.....	202
Christ und Antichrist.....	203



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Quelle der Gedanken.....	204
Gedanken aus der Umwelt.....	204
Gedanken aus der Nahrung.....	205
Gedanken und bewußtseins-erweiternde Drogen.....	206
Gedanken und Rauchen.....	208
Gedanken und Alkohol.....	208
Gedanken und Umwelt-Gifte.....	209
der Kreislauf der Gedanken.....	210
Wachstum der Gedanken.....	212
das Alles Verzehrende Violette Feuer.....	214
Selbst-Meisterschaft.....	216
Harmonie.....	217
Musik.....	219
ICH BIN, die Macht der Mantras.....	220
das Gyatri Mantra.....	221
das Astralreich.....	222
die Funktion der Angst.....	223
Angst und Gesundheit.....	225
das Gesetz des Geistes.....	226
das Gesetz des Geistes im globalen Maßstab.....	228
Verantwortung für Deine Gedanken.....	229
Warnung.....	230
Tips für die Praxis.....	231
Danksagung.....	240
Zum Autor.....	241
wer bin ich, und wenn ja, wie viele?.....	243
fcm-Verlag, CH-Dornach.....	244



DAS SPIEGELGESETZ - GESETZ DER RESONANZ

Wenn ich eine Erkenntnis nennen müsste, die in meinen Augen den größten Nutzen auf dem spirituellen Weg hat, dann wäre es das **Spiegelgesetz**. Vielleicht braucht es sogar nicht viel mehr, um den eigenen Weg zu gehen.

Es gibt derzeit viele Versionen des Spiegelgesetzes, von denen ich nicht allen zustimmen kann. Für mich sagt es Folgendes aus:

*„Alles, was in meinem Leben auftaucht,
ist ein Spiegel meines Bewusstseins
und zeigt mir mein eigenes Inneres.“*

Das Leben hat für mich nur einen Zweck: **Selbsterkenntnis**. Und alle Umstände, Personen und Situation bilden eine einzige gutmütige Verschwörung, die mir alles bietet, was ich benötige, um meine **Wunden** zu heilen, mein **Potenzial** zu verwirklichen und mein wahres, ewiges Wesen zu erkennen.

Der Weg durch mein Leben ist der Weg durch mein eigenes Inneres, alles, was passiert, dient meiner Evolution und alle Menschen und Geschehnisse tragen eine Botschaft für mich. Dabei geht es niemals um etwas „da draußen“, sondern immer um ein **Spüren tief in mir selbst**.

Das Leben ist der perfekte Lehrer

Das Leben ist der perfekte Lehrer, denn es stellt mir genau die Lektion, die gerade an der Reihe ist, in genau dem Tempo, das meine Seele vorgibt. Aber dazu muss ich mich voll auf das **Leben einlassen**, auf das



Fühlen, das Mensch-Sein.

Das Leben ist der kürzeste Weg, es gibt keine Abkürzungen, es gibt keinen Hinterausgang, aus dem man herausmeditieren könnte – der einzige Weg führt mitten hindurch. Das Leben ist genau die Erfahrung, die meine Seele zur Heilung braucht, deshalb bin ich hier. Alle **Widerstände**, alle **Fluchttendenzen** und alle **Anhaftungen** sind genau die **Wunden**, die es zu heilen gilt, um wieder ganz zu werden.

In diesem Leben erfahre ich die Auswirkungen meiner Schöpfungen als Geistwesen, erlebe ich noch einmal die **Erinnerungen** aus vielen Leben, die ich noch nicht gehen lassen konnte.

Mitten im Alltag, zwischen Einkauf und Abwasch steckt mehr Magie, als wir uns vorstellen mögen. In so vielen kleinen Details, in all den winzigen Empfindungen verborgen, liegen Türen zu meinem Inneren.

Solange ich schlafwandle, bin ich taub gegen diese Rufe der Seele, blind gegen die Einladungen, frei zu werden. Aber der Moment, an dem das Spiegelgesetz wirklich verstanden wird, ändert die Einstellung zum Leben völlig.

Statt es bloß zu ertragen, es kontrollieren oder verbessern zu wollen, beginne ich, ihm zuzuhören, zu fühlen, mit dem Leben zu arbeiten, seinen Fluss zu erkennen, die Magie zu spüren, den **Sinn** und die liebevolle Absicht.

Spiegelgesetz: Es geht ums Gefühl

Ich beobachte immer wieder, dass viele Menschen das Spiegelgesetz zwar kennen und auch irgendwie daran glauben – aber es nicht wirklich auf ihr Leben **anwenden**.

Wann immer es haarig wird und die Emotionen sich machtvoll zu Wort



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

melden, geht man leicht wieder verloren in Projektionen auf andere oder die Umstände des Lebens – und verpasst dabei die tiefere Erkenntnis.

Das Spiegelgesetz geht nicht an und aus. Es gilt immer, mit absoluter Sicherheit vor Allem da, wo starke Emotionen sind.

Wissen ist nicht gleich **Erkenntnis** und **Realisation**.

Vom Spiegelgesetz zu wissen, bedeutet noch nichts, es ist weniger ein Konzept, als eine Art, dem Leben zu begegnen, jeden Tag, in jeder einzelnen Minute. Etwas, zu dem man mit der Zeit wird.

Eine andere Sache, die ich beobachte, sind stark vereinfachende Vorstellungen über das Spiegelgesetz. Oft liest man so etwas wie: „*Was immer du am anderen kritisierst, trägst du in deinem eigenen Inneren.*“ Das zu glauben heißt in meinen Augen, das Spiegelgesetz gründlich missverstehen und auf einer mentalen Ebene **stecken zu bleiben**.

Die **Funktion** des Spiegels ist es, **Situationen** zu kreieren, die bestimmte Gefühle in uns aktivieren, seien es Wunden, Anhaftungen oder blinde Flecken und das Bewusstsein auf diese Verzerrungen zu lenken. Es geht um ein **Bewusstmachen** und **Erkunden** dieser Bereiche in uns. Das heißt, es geht immer um das **Gefühl**, das eine Situation in uns auslöst, nicht um eine mentale Analyse der äußeren Umstände. Intellektuelle Erkenntnis findet als Beiprodukt und Ergebnis der Erkundung der Gefühle statt.

Ein Beispiel, um es plastischer zu machen: Wenn ich sauer auf meinen Partner bin, weil er so unordentlich ist, heißt das nicht unbedingt, dass ich selbst eigentlich unordentlich bin und das an mir nicht leiden kann (wie manche Auslegungen des Spiegelgesetzes glauben machen wollen).

Es kann vielmehr alle möglichen Dinge heißen. Die Frage lautet: Was fühle ich? Habe ich gerade Angst, die Kontrolle zu verlieren und brauche



deshalb äußere Ordnung? Oder fühle ich mich ausgenutzt? Oder erlaube ich mir selbst nicht, mich gehen zu lassen und bin neidisch? Je nachdem was ich fühle, kann mir ein und dieselbe Situation also ganz verschiedene Dinge spiegeln. Was außen passiert ist nicht so wichtig wie das, was ich dabei fühle.

Arbeiten mit dem Spiegelgesetz

Erst über das **Gefühl** verstehe ich also, was sich wirklich für mich in einer Situation zeigt. Und auch wenn ich sicherlich auch äußerlich irgendwie in der Situation reagieren werde und meine Gefühle an meine Mitmenschen kommuniziere, projiziere ich meine Emotionen nicht mehr, wenn ich das Spiegelgesetz wirklich verstanden habe.

Diese Botschaft ist für mich, die Frage ist nun: Was tue ich damit?

Zunächst fühle ich das Gefühl vollständig, schaue, was vielleicht noch tiefer darunter liegt.

- Welche Emotionen sind da?
- Kann ich sie vollständig erlauben und für sie da sein?
- Was **will** ich, was **fehlt** mir?
- Welche authentische Sehnsucht liegt unter aller Emotion?

Und dann halte ich Ausschau nach einer höheren Wahrheit über die Situation: Wie kann sich mein wahres Wesen in dieser Situation ausdrücken? Was möchte geschehen, vom tiefsten und höchsten Punkt aus, zu dem ich Zugang habe? Gibt es eine neue Art zu sein, die sich wahrer, richtiger, heiler und stimmiger anfühlt?

Indem ich permanent mit meinem **Gefühl verbunden bleibe, alle Emotionen erlaube, aber wach bleibe in ihnen und nach und nach immer**



mehr meines Ausdrucks aus den Klauen von **Konditionierungen, Glaubensmustern** und **Traumata** befreie, kann sich meine Seele immer unverfälschter ausdrücken – mein wahres Ich, höheres Selbst, oder wie immer man es nennen mag.

Je offener, wacher und bewusster ich lebe, desto mehr Feinheiten nehme ich wahr. Die **Synchronizitäten**, die **Botschaften** in kleinen Dingen, die meine Aufmerksamkeit einfängt – das Leben beginnt, zu sprechen. Und ich beginne, zu lesen!

Seelen-Essenzen: Auf der Suche nach uns selbst

So wie ich es sehe, ist der Sinn des Lebens die **Selbsterkenntnis**

und **Selbstbefreiung**. Und das Leben hilft uns, all das wiederzufinden, was wir vielleicht auf unserem Weg durch zahllose Leben verloren haben. Was immer wir im Äußeren **suchen, ersehnen** oder **erhoffen**, dass suchen wir eigentlich ins uns selbst. Und was immer wir **bewundern** und **beneiden**, ist in Wirklichkeit eine Essenz unserer eigenen Seele, die sich noch nicht voll ausdrücken kann.

Wir laufen durch die Welt auf der Suche nach den verlorenen Puzzleteilen unseres Selbst. Ich nenne diese Puzzleteile Seelen-Essenzen, denn auch sie sind nichts Festes, sondern ein **Gefühl**, eine **Seinsart**, eine bestimmte Energie-Frequenz, die in uns vielleicht verzerrt oder verschüttet ist und darauf wartet, wieder voll durch uns erklingen zu können.

Die Seele ist eine Mischung, aus ganz bestimmten Frequenzen, eine einmalige Kombination von Schwingungen, die nur durch uns zum Ausdruck kommt. Je klarer, reiner und entspannter wir werden, desto besser eignen sich unser Körper und Geist als **Instrument** in der großen Symphonie des **Kosmos**.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

In meiner Wahrheit besteht unsere Bestimmung darin, genau **das** auszu-
drücken, was wir **sind** – nicht darin, irgendetwas Bestimmtes zu tun.

Es gibt nicht einen, sondern viele Wege, wir selbst zu sein, denn wir sind keine Persönlichkeit, sondern ein **Fluss** aus **Frequenzen**. Wir sind nicht Künstler, wir sind **Kreativität**, wir sind nicht Lehrer, sondern **Klarheit**.

Es geht wieder einmal um das Gefühl, die **Essenz**. Ziel aller Arbeit mit dem Spiegelgesetz ist es, **frei** zu **werden**, unsere **Seelenessenzen** wieder voll auszudrücken.

Was wir bewundern, kann uns oft einen Hinweis geben, was wir eigentlich sind. Bewunderung ist sozusagen die Sehnsucht der Seele nach sich selbst. Nach Essenzen wohlbemerkt!

Wenn wir Fallschirmspringer bewundern, sehnen wir uns nicht unbedingt nach Fallschirmspringen, sondern erinnern uns vielleicht an Mut, Freiheit und Wildheit – **Essenzen**, nicht Dinge oder Tätigkeiten.

Die Frage ist nicht „Was soll ich tun?“ sondern „**Wie bin ich wirklich?**“

Selbstheilung: Durch die Schichten des Fühlens

Die Arbeit mit dem Spiegelgesetz ist also vor allem ein **Weg** des **Fühlens**. Dabei geht es fast immer durch mehrere Schichten. Für mich hat sich diese Reihenfolge gezeigt:

Angst -> Wut -> Schmerz -> unerfüllte Sehnsucht -> Seelen-Essenz

Nicht immer kommen alle Schichten vor, aber dies ist trotzdem eine gute Richtschnur.

Zunächst ist da die **Angst** – meist die Angst, das Thema zuzulassen, den verdrängten Schmerz überhaupt wieder zu fühlen.



DocQuizzle – Heile deine Seele – Selbstheilung

Dann **Wut** – eine natürliche Abwehrreaktion des Körper-Verstandes, die vermeintliche Quelle des Schmerzes zu beseitigen.

Dann der **Schmerz** selbst, in seinen verschiedenen Formen.

Darunter liegt eine **Sehnsucht**, die nicht erfüllt wird und uns eben deshalb Schmerzen bereitet.

Und darunter liegt die Lösung – nämlich dass diese **Sehnsucht** in Wahrheit eine Sehnsucht nach uns selbst ist, deren Erfüllung wir irrtümlich in der Welt gesucht haben.

Wirkliche Heilung ist für mich die **Reintegration** der Seelen-Essenz und identisch mit Selbstverwirklichung.

Nicht immer findet irgendein verstehen der Essenz statt, intellektuelles Verstehen ist auch nicht wichtig. Fast immer erkennt man aber die Sehnsucht.

Besonders **Traumata** können sich jedoch einfach auflösen, nachdem sie völlig gefühlt wurden und die eingeschlossene Energie wieder frei fließen kann – ohne dass irgendeine intellektuelle Erkenntnis stattfindet.

Damit das geschehen kann, berühren wir jedoch in der Heilung Essenz-Ebenen, die uns allen gemeinsam sind: **Akzeptanz, Liebe, Frieden, Güte** und **Vergebung** zum Beispiel.

Spiegelgesetz: Der organische Weg

Die Arbeit mit dem Leben und dem Spiegelgesetz empfinde ich als den natürlichen spirituellen Weg, weshalb ich diesen Weg auch den organischen Weg nenne. **Das Leben ist wirklich perfekt**, wir brauchen es nicht zu manipulieren und wir brauchen in meinen Augen auch keine künstlichen spirituellen Religionen oder Systeme, um frei zu werden.



DocQuizzle – Heile deine Seele – Selbstheilung

Es reicht ein Blick in die Natur, um zu erkennen, dass der Fluss des Lebens intelligenter ist, als alles, was sich unser Geist ausdenken könnte.

Es liegt an uns, dem Leben zu vertrauen, dass es uns unterstützt, lehrt und nährt, auch in den Zeiten, in denen es scheinbar grausam ist.

Für mich gibt es nichts, dem wir mehr vertrauen könnten als dem natürlichen Fluss.

Ja, manchmal fließt er wild.

Ja, er spült viele Widerstände einfach fort, und es ist schmerzhaft, sich zu widersetzen.

Ja, er duldet kein Festhalten am Ufer.

Ja, er schüttelt uns manchmal solange durch, bis wir aufgeben und ganz weich werden in seinen wirbelnden Stromschnellen.

Aber er fließt in unserer Geschwindigkeit. Und er fließt immer weiter, bis nur noch lebendige Freiheit, Hingabe und der pure Fluss des Seins übrig bleiben.

DAS AUGES DES HORUS – MYSTISCHES LICHT DER SEELE

Schon vor Jahrtausenden galt die **Zirbeldrüse** als **Sitz** der **Seele** und der **Intuition**. Besonders die alten Ägypter maßen ihr unter dem Namen „Auge des Horus“ eine zentrale spirituelle Bedeutung bei.

Die in der heutigen Zeit gängige **Überflutung** mit äußeren **Informationen** hat allerdings die von der Zirbeldrüse gesendeten inneren Bilder verdrängt, so dass unser spiri-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

tuelles Organ in seiner Funktion meist verkümmert ist. Also **Zeit**, es wieder zu aktivieren.

Als Ursprungsgott der Menschheit stand der **Sonnengott Ra** an der Spitze des ägyptischen Pantheon. Ra's Licht brachte die wesenhafte Existenz aller Dinge auf der Erde hervor und bestimmte die Zyklen des Lebens.

Die Abwesenheit des Sonnengottes bedeutete darum Dunkelheit, Tod und das Erwachen des Bösen. Die alten Ägypter glaubten, am Abend würde Ra im Meer versinken und sich auf seine Nachtmeerfahrt durch die Unterwelt begeben. Am Morgen tauchte er wieder auf und erschien am Horizont als rotes Sonnenauge. In Begleitung seiner Tochter Maat, der Göttin der Weltordnung, fuhr er dann in der Sonnenbarke über das Firmament und sendete sein Licht auf die Erde.

Dieses Licht verkörperte der goldene Horus-Falke. Seine beiden Augen waren die Himmelskörper Sonne und Mond.

Ein berühmter ägyptischer Mythos berichtet von einem Streit zwischen Horus und seinem Widersacher Seth, dem Gott der Finsternis. In einem Kampf schlug **Seth** dem **Horus** ein Auge aus und zerschmetterte es, so dass es in sechs Teile zerfiel.

Thoth, der Gott der Magie und der Heilkunst, sammelte die Teile des Auges auf und fügte sie zusammen. Das geheilte Auge übergab er dann wieder dem Horus. Statt es aber selbst zu benutzen, opferte Horus sein Auge. Er setzte es seinem Vater **Osiris**, dem ägyptischen Totengott, als drittes Auge ein. Damit erweckte er in Osiris ein neues Bewusstsein und brachte Licht in die Dunkelheit der Unterwelt. Aus diesem Mythos entwickelte sich die Hieroglyphe des **Horusauges**, das ein Symbol für alle Opfergaben und Sinnbild für Licht, Ganzheit und Heilung wurde.

Das heilende Auge

Neben seiner mythologischen Bedeutung hatte das Auge des Horus aber auch konkrete Entsprechungen in der Heilkunde der alten Ägypter.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Dem Horusauge wurden sechs Formen der Wahrnehmung zugeordnet: **Geruch** (rechter Teil des Auges), **Gesicht/Sehen** (Pupille), **Gedanken** (Augenbraue), **Gehör** (linker Teil des Auges), **Geschmack** (Spirale) und **Gefühl** (senkrechter Teil).

Zudem entsprach jedem dieser Teile ein mathematischer Bruch: $1/2$ (rechter Teil des Auges), $1/4$ (Pupille), $1/8$ (Augenbraue), $1/16$ (linker Teil des Auges), $1/32$ (Spirale) und $1/64$ (senkrechter Teil).

Diese Brüche bildeten die Teile eines alt-ägyptischen Hohlmaßes und wurden als medizinisches Mess-System verwendet, mittels dessen man Dosierungen bei der Zubereitung von Arzneimitteln angab.



Die nur wenige Millimeter große Zirbeldrüse, ein kleines Organ im Zwischenhirn, erinnert im Querschnitt an eine Pupille.



$1/64$ Tastsinn
 $1/32$ Geschmack
 $1/16$ Gehör
 $1/8$ Gedanken
 $1/4$ Sehen
 $1/2$ Riechen

Interessanterweise erhält man als Summe der Addition dieser sechs Brüche ein Verhältnis von **63/64**. Aber eben nicht $64/64$, was dem unversehrten Auge des Horus entsprach. Ein 64stel fehlt also.

Wie man alten Hieroglyphentexten entnehmen kann, verwendete Thoth diesen verborgenen, »magischen« Teil, um das Auge des Horus zu heilen. Dieser Teil entspricht auch dem sechsten Sinn des Menschen – der **Intuition**. Auf feinstofflicher Ebene ist er dem **sechsten Chakra** zugeordnet, welches man auch als **das dritte Auge** bezeichnet.



Die Zirbeldrüse: unser drittes Auge

Tatsächlich gibt es ein Zentrum im Gehirn, das schon seit langer Zeit mit übersinnlichen Erfahrungen in Verbindung gebracht wird: die Zirbeldrüse. Die physische Existenz dieser Drüse ist bereits seit 2000 Jahren bekannt.

Im alten Ägypten wusste man, dass sich im Inneren des Gehirns ein Organ befindet, über das sich der Mensch mit der spirituellen Ebene des Bewusstseins verbinden kann. Aus diesem Grund befanden sich bestimmte Kraftsymbole auf dem Kopfschmuck der Pharaonen.

Die aufgerichtete Kobra, wie man sie auf der Maske des Tutanchamun findet, ist ein Zeichen für Königtum und Licht sowie ein Verweis auf die **Uräus-Schlange**, die sich als drittes Auge auf der Stirn des Sonnengottes befand.

Heute weiß man, dass es sich bei der Zirbeldrüse tatsächlich um eine Art drittes Auge handelt. Denn die Zirbeldrüse besitzt **lichtempfindliche Zellen** und fungiert als **Lichtmesser** innerhalb des Gehirns.

Das Augenlicht wird über den **Hypothalamus**, die Schaltzentrale des Gehirns, in die verschiedenen Hirnregionen geführt. Ein Teil des Lichtes wird dazu verwendet, die Zirbeldrüse zu stimulieren. Je weniger Licht zur Zirbeldrüse gelangt, desto aktiver produziert sie das **Schlafhormon Melatonin**, das sowohl unsere Schlaf- und Wachzyklen als auch die Dauer der nächtlichen Traumphasen regelt.

Das Organ der Seele

Der im 17. Jahrhundert lebende Philosoph **René Descartes** vertrat die Idee, dass die Zirbeldrüse sogar der Stammsitz der Seele sei. Ähnlich der ägyptischen Vorstellung war für ihn dieses Organ ein Bindeglied zwischen dem Körper und dem geistig-seelischen Bewusstsein. Nach Meinung Descartes' trennte sich im Zeitpunkt des Todes an dieser Stelle der astrale



vom physischen Körper.

Man nimmt heute an, dass unmittelbar vor dem Tod die Zirbeldrüse noch ein anderes Hormon ausschüttet: das **Di-methyl-tryptamin** – kurz **DMT**. Diese körpereigene Substanz wirkt auf den visuellen Cortex des Gehirns und spielt eine wichtige Rolle bei Nah-Tod-Erfahrungen.

DMT kommt auch in der Dschungelpflanze Banisteria Caapi vor, die von den Schamanen Südamerikas **Ayahuasca** genannt wird und als Kraftpflanze in rituellen Einweihungen verwendet wird. Durch das Trinken des aus dieser Pflanze gewonnenen Suds erfährt der Adept in einem tranceartigen Zustand die Geheimnisse des Lebens und wird an die Pforten des Jenseits geführt.

Um dieselbe Erfahrung ging es auch bei den Einweihungen in die Mysterien der alt-ägyptischen Religion. Mit dem Tod wurde der Seele, so glaubte man, der Übergang in eine andere, höhere Welt ermöglicht. Im Augenblick des Todes löste sich das »Ba« (Teil der Seele, Karma) in Form eines Vogels vom Körper und begab sich in Begleitung des Seelenführers Anubis in die Unterwelt.

Dort, in der sogenannten »Halle der vollständigen Wahrheit«, tagte ein Totengericht, durch das die Seele von den Sünden des Lebens befreit werden konnte. Auf einer Waage wurde das **Herz** des Verstorbenen mit der **Feder** der **Maat** gewogen. Waren Herz und Maat im Gleichgewicht, hatte der Tote die Prüfung bestanden und wurde von Horus vor den Thron des Osiris geführt. Hier wurde ihm das Urteil verkündet. War das Urteil positiv, konnte sich die Seele des Verstorbenen wieder mit dem Körper vereinigen und wurde mit der Sonnenbarke des Ra in eine höhere Welt übersetzt.

War das Herz jedoch karmisch belastet, da der Verstorbene zu Lebzeiten ungerecht gehandelt hatte, wurde seine Seele in einem neuen irdischen



Körper wiedergeboren. Die anthroposophische **Lehre** sagt, dass dann das Herz aus der vorangegangenen Inkarnation kräftemäßig in die Zirbeldrüse der folgenden Inkarnation umgewandelt und auf diese Weise geläutert wird.

Mit dem geistigen Auge sieht man besser

Die Zirbeldrüse ist das Organ der psychischen **Energie** im **Bewusstsein** des Menschen. Sie ist ein Zentrum der imaginativen **Wahrnehmung** des **Geistes** und bildet mit dem visuellen Auge einen Antagonismus: **Je mehr Licht die Augen aufnehmen, desto weniger aktiv ist die Zirbeldrüse.**

Heute leben wir in einer Welt, in der überwiegend visuelle Reize den Alltag bestimmen. Durch die ständige Flut künstlicher Bilder, die in unser Bewusstsein einströmen, werden unsere Augen und unser Gehirn manchmal überfordert.

Hinzu kommt, dass Beleuchtungen mit größtenteils minderwertiger Lichtqualität (Neonlicht, Energiesparlampen) unseren Körper und unsere Umwelt belasten. Durch den Einfluss dieser großen Lichtmengen wird die Zirbeldrüse in ihrer Funktion gestört. Und so lässt die Kraft unseres dritten Auges allmählich nach, unsere Intuition schwindet, und wir brauchen die Bilder im Außen, um uns im Leben zurechtzufinden.

Doch wie eigentlich in allen westlichen und östlichen esoterischen Traditionen gelehrt wird, ist das hohe Ziel, sich von diesen äußeren **Bildern** zu lösen und zu lernen, mit dem inneren Auge zu sehen. Denn das geschaute Licht im Außen ist nur ein Abglanz der Wirklichkeit.

Die innere Natur des Lichtes unserer Seele wird durch die alltäglichen **Bilder** verdrängt. Diese Bilder bedeuten letztendlich nichts, da man nicht weiß, was ihre wahre Natur darstellt – schließlich kann man das, was das Sehen möglich macht, nämlich das Licht, mit dem Auge nicht fassen.



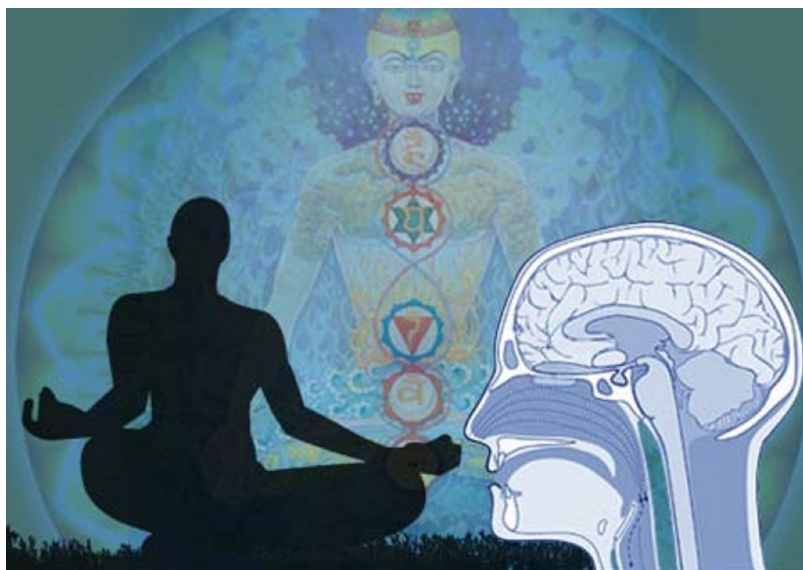
Sind es also wirklich die Bilder, die das Leben ausmachen? Oder ist es das Licht selbst, was das Leben ausmacht?

Erst wenn das Auge die alltäglichen Bilder fallen lässt, erst dann vermittelt sich unserem Selbst das Wesentliche unserer Seele. Dann beginnen die Augen zu leuchten, und es scheint aus ihnen das Licht der eigenen Wesensnatur. Dieses Leuchten in den Augen zu finden und zu bewahren, ist Sinn des Lebens. So wird das Auge selbst sonnenhaft und der Körper zur lebendigen Quelle des Lichts.

Aktivierung der Zirbeldrüse

Die Zirbeldrüse ist am aktivsten, wenn es dunkel ist. Darum bietet es sich an, täglich in einem dunklen Raum einige Minuten zu meditieren.

Wir legen uns hin, schließen die Augen und konzentrieren uns auf die Mitte unserer Stirn. Dann stellen wir uns vor, wie entlang unseres Wirbelsäulenkanals ein warmer Energiestrom ins Zentrum unseres Gehirns aufsteigt. Mit jedem Ausatmen fachen wir die mystische Flamme der Zirbeldrüse an und erfahren damit ein inneres Leuchten, das uns auf den verborgenen Pfaden unseres Unterbewusstseins als Lichtquelle dient. Durch diese Übung können wir uns allmählich besser mit unserer Intuition verbinden und so zu höheren spirituellen Einsichten gelangen.



DIE AKTIVIERUNG DEINER ZIRBELDRÜSE

Hast du Probleme beim Meditieren oder der Erinnerung an deine Träume, oder einfach nur das Gefühl von verloren sein und getrennt sein von der Quelle?

Das Problem kann eine blockierte oder verkalkte **Zirbeldrüse** sein.

Die Zirbeldrüse wird mit dem dritten Auge in Verbindung gesetzt, dem Auge des Horus, oder dem Sitz der Seele. Sie ist ein kleines Tannenzapfen-förmiges Organ in deinem Gehirn, welches Hormone absondert wie Melatonin, Serotonin und DMT (Dimethyltryptamin), auch bekannt als das spirituelle Molekül.

Melatonin und **Serotonin** sind verantwortlich für den Schlaf oder für meditative und emotionale Zustände von Wohlbefinden, Glück und Euphorie. DMT-Effekte reichen von Zeit-Dilatation (Verlangsamung der Zeit), Zeitreisen, Reisen bis zu paranormalen Bereichen um spirituellen Wesen aus anderen Dimensionen zu begegnen.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Auf der Energie-Ebene ist die Zirbeldrüse die physische Manifestation des 6. Chakra (Ajna), ist verbunden mit echtem mystischen Potenzial, mit Wahrnehmung von nicht-physischer Realität und spiritueller Weisheit.

Wegen seiner Tannenzapfen-Form wird die Zirbeldrüse oft durch einen Tannenzapfen symbolisiert.

In der Tat bringen viele Religionen und mystischen Traditionen der ganzen Welt die Zirbeldrüse mit der Kiefernzapfen-Symbolik in Verbindung: der **Stab** des ägyptischen Gottes **Osiris** hat zwei ineinander verschlungene Kobras, die sich beim Tannenzapfen treffen (die Kundalini-Energie steigt bis zum dritten Auge), auch der **Stab** des Papstes zeigt einen **Konus**, die heiligen Ruinen von **Angkor Wat** in Kambodscha sind ebenfalls kegelförmig, und zahlreiche andere Beispiele.

Was verursacht die Blockade der Zirbeldrüse?

Dieses Organ ist dein **spirituelles Visions-Werkzeug**, deine Brücke zwischen zwei Welten – der physischen und der metaphysischen.

Es ermöglicht dir, mystische und luzide Traum-Erfahrungen zu haben, die wesentlich sind für deine spirituelle Entwicklung. Sie sind die Nachrichten von deiner Seele, und die Zirbeldrüse ist als Antenne entwickelt, um diese zu empfangen.

Doch die Zirbeldrüse der meisten Menschen ist vom 12. Lebensjahr an ausgeschaltet. Du hast dies wahrscheinlich selbst bemerkt: **Kinder sind alle intuitiv und von Natur aus spirituell, aber wir verlieren diese Fähigkeit, wenn wir aufwachsen.** Warum?

Das Problem ist die Verkalkung der Zirbeldrüse. Diese Drüse hat tatsächlich einen mit Wasser gefüllten Inhalt, und das bedeutet, dass sie mit



dem Alter verkalkt, aber auch aus anderen Gründen.

Was genau bewirkt, die Verkalkung?

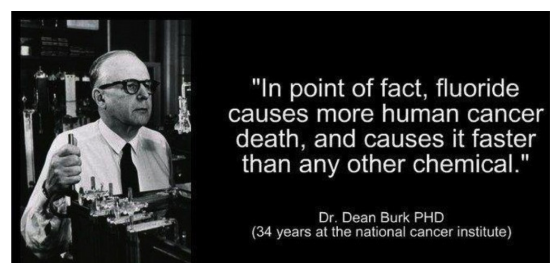
- **Fluorid** in Zahnpasta und im Wasser
- verarbeitete „**Junk**“-Lebensmittel
- **Limonade** und andere kohlenensäurehaltige Getränke
- raffiniertes Zucker, Fette, Mehl
- beschränkte **Glaubenshaltungen**
- Mangel an spiritueller **Praxis**

Schritt 1: Sage Bye-Bye zu Fluorid

Fluorid ist der größte Feind deiner Zirbeldrüse! Es ist harmlos in sehr geringen Mengen – tatsächlich kommt es natürlich im Wasser vor. Allerdings ist das Fluorid in unserem Leitungswasser und unserer Zahnpasta überhaupt nicht ein natürlich vorkommendes Fluorid, und die Mengen davon übertreffen die Sicherheitsgrenzen bei weitem.

Die Zirbeldrüse akkumuliert Fluorid, so hat sie die höchste Konzentration von Fluorid im menschlichen Körper und das ist die primäre Ursache der Zirbeldrüsen-Verkalkung.

„Es ist eine Tatsache, dass Fluorid mehr Krebstodesfälle erzeugt, und dies schneller als andere chemische Substanzen“,
Dr. Dean Burk PHD (34 Jahre am Nationalen Krebsinstitut)



70 Prozent der US-Wasserversorgung ist fluoridiert (heute wird in den



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

meisten europäischen Ländern, darunter Deutschland, Österreich und die Schweiz, das Trinkwasser nicht fluoridiert; Details können bei der lokalen Wasserversorgung nachgefragt werden; Anm.d.Ü).

Es wurde uns beigebracht, dass Fluorid sicher ist und dass es Karies vorbeugt, aber dies ist eine Lüge. Die Forschung zeigt, dass es keinen Unterschied gibt zwischen Ländern die Fluorid benutzen oder nicht benutzen.

Und was die Sicherheit betrifft ... jedes Jahr werden mehr als 20'000 Anrufe gemacht an die Gift-Kontroll-Zentren in den USA wegen akuten Vergiftungen durch die Aufnahme von Fluorid aus Zahnpasta.

Aus diesem Grund wird eine Warnung gefordert für alle Fluorid-Zahnpasta Tuben, um ein versehentliches Verschlucken zu vermeiden: es ist ein bekanntes Gift. In der Tat, bis vor kurzem war Fluorid ein Wirkstoff: in **Rattengift**.

Ich werde mich nicht über die Gründe äußern, weshalb die US-Regierung (und einige andere Länder) beschlossen unser Wasser, Nahrung und Zahnpasta mit Fluorid anzureichern – ziehe deine eigenen Schlüsse.

Aber ob du es glaubst oder nicht, die Tatsache ist: Fluorid ist giftig, und es zerstört unser wichtigstes spirituelles Organ.

Wenn du interessiert bist, der Dokumentarfilm „**DMT: The Spirit Molecule**“ erklärt, warum Menschen mit spirituellen Erfahrungen möglicherweise nicht gut für die herrschende Klasse sind.

So ist das wichtigste, was du tun kannst, um die Zirbeldrüse zu aktivieren: reduziere die Aufnahme von Fluorid.

> Verwende nur **natürliche, nicht fluoridhaltige Zahnpasta** und lehne Fluorid-Gel Behandlungen beim Zahnarzt ab.



- > **Trinke gereinigtes** oder **gefiltertes Wasser** und merke: das Wasser in Flaschen kann auch fluoridiert sein.

- > Esse **frische Bio Lebensmittel** – je mehr verarbeitet das Essen ist, desto mehr Fluorid enthält es.

- > **Vermeide verarbeitete Getränke** wie Limonaden, Fruchtsaftgetränke, Instant-Tees und Sportgetränke.

- > Koche nicht mit Antihaf-Pfannen, sie erhöhen den Fluoridgehalt von Lebensmitteln.

- > **Trinke Bio-Wein**. Es ist erwiesen, dass Wein (vor allem roter Wein) in Maßen getrunken gut für dich ist, aber wegen dem starken Gebrauch von fluoridhaltigen Pestiziden in den Weinbergen der Vereinigten Staaten sind Weine aus US-angebauten Trauben eine Hauptquelle von Fluorid.

- > **Vermeide** jede Art von verarbeiteten **Fleischwaren** (z.B. Chicken Fingers, Chicken Nuggets) – ein mechanischer Verarbeitungsprozess kontaminiert das Fleisch mit einem höheren Fluorgehalt.

- > **Trinke Tees**, die aus jungen Blättern hergestellt werden (z.B. „Weißer Tee“) oder Yerba Mate – ein Tee aus Südamerika.

- > **Vermeide Kalzium** als Nahrungsergänzung, da es nicht in die Knochen eingelagert wird, sondern nur die Organe verstopft, insbesondere die Zirbeldrüse.

Schritt 2: Den Abfall beseitigen

Die Reinigung ist ein weiterer wichtiger Schritt in der Aktivierung der Zirbeldrüse. Dies bedeutet die Entfernung des Fluorids, das sich bereits in



deinem Körper im Laufe der Jahre angesammelt hat.

> **Tamarinden-Frucht** oder -Paste. Vor kurzem hörte ich an einem spirituellen Seminar, wie jemand sagte, dass Tamarinden-Paste der beste Weg sei, um die Zirbeldrüse zu entkalken.

So begann ich nachzuforschen. Es stellte sich heraus, dass es wahr ist. Jüngste Studien zeigen, dass die Tamarinde hocheffektiv ist im Entfernen von Fluoriden aus dem Körper und sogar das in den Knochen abgelagerte Fluorid mobilisieren kann. Dieses wird dann über den Urin ausgeschieden.

> **Borax** (Bor) ist ein weiteres, bekanntes Mittel gegen Fluoridbelastung. Ein Teelöffel Borax in einem Liter Wasser kann in kleinen Mengen über den Tag eingenommen werden.

> **Leberreinigungen** sind entscheidend für unser körperliches und geistiges Wohlbefinden. Eine gute Leberreinigung kann Schwermetalle und zahlreiche Giftstoffe, einschließlich Fluorid, aus unserem Körper entfernen.

Was ich empfehlen kann, ist ein Kaffee-Einlauf oder eine Kaffee Darmspülung. Natürlich sollte dies erst nach einer **Darmreinigung** durchgeführt werden, da sonst die Giftstoffe nicht weiterkommen und deshalb wieder in die Blutbahnen zurück fließen.

> **Sauna** oder eine **Schwitzhütten-Zeremonie** wirken sehr gut für das Entfernen von Fluorid und anderen Giftstoffen aus (über) der Haut, da es über den Schweiß ausgeschieden wird. Wische dabei den Schweiß öfters ab, um eine Rückresorption zu verhindern und trinke viel Wasser. Flüssigkeitszufuhr ist sehr wichtig, falls du diese Methode wählst.



Schritt 3: Spirituelle Praxis

Der dritte Schritt bei der Aktivierung deiner Zirbeldrüse ist spirituelle Praxis. Einige argumentieren, dass dies der wichtigste Schritt sei.

Obwohl die Ernährung und die Aufrechterhaltung eines gesunden Körpers eine wichtige Rolle spielen, ersetzt nichts eine tägliche spirituelle Praxis, die eine natürliche Heilung anregt und den Geist trainiert, um zur Ruhe zu kommen und dich auf höhere Zustände des Bewusstseins vorbereitet.

> **Meditieren, Meditieren, Meditieren.** Es gibt eine Reihe von Meditationen die du anwenden kannst, um deine Zirbeldrüse zu erreichen.

Zum Beispiel meditieren mit dem Wort „Liebe“. Setze dich mit geradem Rücken, schließe die Augen und lege die Zunge zwischen die Zähne. Beiße vorsichtig auf die Spitze der Zunge. Vibriere das Wort „Liebe“ durch die Zähne, indem du mit gespitzten Lippen ausatmest.

> **Atmen durch das dritte Auge** ist eine weitere Technik, die du einsetzen kannst, um deine Zirbeldrüse zu aktivieren: Atme brillantes Silber-Licht durch dein drittes Auge ein, halte es, und dann visualisiere die Umgebung deiner Zirbeldrüse. Siehe wie sie vibriert mit dem silbernen Licht, sieh, wie die Kalkschale zerbricht und zerfällt. Visualisiere nun deine Zirbeldrüse als leuchtendes, lichtvolles Organ. Übe dies für etwa 15 bis 20 Minuten pro Tag.

> Auch einfach dein **Bewusstsein auf das dritte Auge zu richten** ist wirksam bei der Stimulierung der Zirbeldrüse. Wenn du dies tust, kann ein Gefühl von leichtem Druck im Stirnbereich auftreten, welches ein gutes Zeichen ist. Richte einfach deine Aufmerksamkeit darauf und sei achtsam auf Körper und Geist.

> Die Zirbeldrüse kann auch durch **Kundaliniyoga** aktiviert werden. Die Kundalini-Energie wird durch das Symbol der Schlange dargestellt. Kun-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

dalini kann vom Wurzel-Chakra, an der Basis der Wirbelsäule, aufsteigen bis hin zum Kronen-Chakra und darüber hinaus. Die Idee hinter Kundaliniyoga und Meditation ist ein allmählicher Energieaufbau der hilft, die Chakren auf natürliche Weise eines nach dem anderen zu aktivieren.

> Du kannst auch **Edelsteine und Kristalle verwenden**. Edelsteine, die mit dem Drittauge-Chakra arbeiten sind tiefblaue Steine wie **Lapislazuli, Saphir** oder **Sodalith**.

Kommuniziere mit dem Stein. Bitte ihn, dir zu helfen dich zu wecken und deine Zirbeldrüse zu heilen. Du kannst den Stein während einer Meditation halten oder auf die Stirn legen um die Wirkung zu erhöhen.



AKTIVIERUNG UND ENTKALKUNG DER ZIRBELDRÜSE (DRITTES AUGE)

Schon der berühmte Philosoph und Physiker **Reneé Descartes** („Ich denke, also bin ich“) beschrieb die **Zirbeldrüse** als den Hauptsitz der Seele.

Vielleicht hast du gehört, dass diese Drüse auch als das „**Dritte Auge**“ bezeichnet wird, ein mystischer Chakra-Punkt mit Wohnsitz in der Mitte der Augenbrauen.

Dieser Zusammenhang ist gar nicht mal soweit hergeholt, da die „Reiskorn“-große Zirbeldrüse in der Mitte deines Gehirns ihre Stoffe direkt ins Blut abgibt. Zudem liegt sie auf der gleichen Höhe wie deine Augen. Eine kleine Drüse im Zentrum des Gehirns, die Zirbeldrüse oder auch Epiphyse genannt, erscheint auf den ersten Blick weitaus weniger bedeutungsvoll, als sie es in Wahrheit ist.

Die kieferzapfenförmige Zirbeldrüse ist zwar winzig klein, aber dennoch ist sie ausser-ordentlich wichtig für unsere körperliche, geistige und, der Meinung einiger Experten zufolge, auch für unsere spirituelle Gesundheit. Sie steuert die innere Uhr, reguliert den Schlaf und erhöht unsere Intuition. Lässt die Zirbeldrüse in ihrer Funktion nach, setzt der physische und psychische Alterungsprozess ein.

Funktionen der Zirbeldrüse

Die Zirbeldrüse, ein kleines Tannenzapfen-förmiges Organ in deinem Gehirn, sondert Hormone wie Melatonin, Serotonin und DMT (Dimethyltryptamin) ab, und ist auch als das spirituelle Dimethyltryptamin (DMT) ist fast überall auf der Welt verboten und wird als starke Droge bezeichnet. Komischerweise ist dieser Stoff aber in der Natur von ganz alleine vorhanden.



Neben Pflanzen hast auch du DMT natürlicherweise in deinem Körper. Deine Zirbeldrüse ist für eine Ausschüttung ausschlaggebend.

Warum ist DMT interessant?

Es führt zu einer ausgeprägten Veränderung des visuellen Erlebens.

Mit einem hohen DMT-Gehalt kannst du viel leichter z.B. außerkörperliche Momente haben. Fremde Dimensionen sind damit erfahr- sowie erlebbar.

DMT-Effekte reichen von Zeit-Dilatation (Verlangsamung der Zeit), Zeitreisen, Reisen bis zu paranormalen Bereichen um spirituellen Wesen aus anderen Dimensionen zu begegnen. Dr. Rick Strassman, Autor des Buches DMT, The Spirit Molecule, ist der Überzeugung, dass die Zirbeldrüse diese halluzinogene Substanz sowohl während mystisch-spirituelle Rituale ausschüttet als auch bei der Geburt und dem Tod.

DMT als extern zugeführtes Mittel kann dich ohne Übung kurzfristig in andere Welten katapultieren, dennoch ist Vorsicht geboten. Mitunter kann dieser Einblick verstörend wirken, vor allem wenn eine labile Psyche vorhanden ist. Deswegen ist es sinnvoll die Zirbeldrüse anzukurbeln und damit das DMT auf normale Art zu erhöhen.

Melatonin und Serotonin sind verantwortlich für den Schlaf oder für meditative und emotionale Zustände von Wohlbefinden, Glück und Euphorie.

Die Zirbeldrüse wandelt das am Tage im Gehirn gebildete Serotonin in der Dunkelheit der Nacht in Melatonin um. Bei beiden Hormonen handelt es sich um so genannte Neuro-transmitter. Das sind körpereigene Botenstoffe, die als Verbindungsstellen in allen Nervenzellen des Körpers fungieren und von dort aus die elektrischen Impulse weiter-leiten. Serotonin



ist als das Glückshormon bekannt, denn es hat eine entspannende und stark stimmungsaufhellende Wirkung.

Melatonin ist das Hormon, das den Wach-Schlaf-Rhythmus steuert. Die Melatonin-produktion wird über den Lichteinfall auf die Netzhaut des Auges gesteuert und steigt in der Dunkelheit an.

Melatonin fördert das Einschlafen und reguliert das Schlafverhalten.

Dein tägliches Denken sowie deine Gefühle sind abhängig von der Zirbeldrüse. Sie ist für die Produktion des Hormons Melatonin verantwortlich, welches die Qualität und Dauer deines Schlafs bestimmt. Dieses winzig kleine Organ regelt den täglichen und saisonalen Tagesrhythmus, das Schlaf-Wach-Muster, deinen Hormonspiegel, Stress und körperliche Leistungsfähigkeit.

Die Zirbeldrüse und der Alterungsprozess

Die Tatsache, dass mit steigender Abnahme der Zirbeldrüsen-Tätigkeit auch automatisch der Melatoninspiegel sinkt, ist in Bezug auf den Alterungsprozess sehr interessant.

Durch die Abnahme des Melatoninspiegels wird der Alterungsprozess beschleunigt und die Anfälligkeit für Erkrankungen jeder Art steigt an. Wissenschaftler vermuten sogar, dass ein reduzierter Melatoninspiegel mit Alzheimer in Verbindung steht. Einige Untersuchungen zeigten bereits positive Ergebnisse bei der Behandlung von Alzheimer durch die Wiederherstellung des zirkadianen Rhythmus mittels einer Lichttherapie und der Einnahme von Melatonin.

Einige Menschen berichteten, dass sie durch die Einnahme von Melatonin auch ein gesteigertes Empathieempfinden hatten – was sich sehr positiv auf persönliche Beziehungen auswirkte.



Regeneration von Zellschäden in der Nacht

Melatonin ist jedoch nicht nur für einen geruhsamen Schlaf von immenser Bedeutung, denn es verfügt zusätzlich über ein aussergewöhnlich starkes antioxidatives Potential, wodurch Zellschäden wirksam reduziert werden. Studien zufolge soll es als Antioxidans eine vielfach grössere Wirkung zeigen als beispielsweise das zu Therapiezwecken häufig verwendete Molekül bekannt.

DMSO ist aufgrund seiner antioxidativen Wirkung als besonders wirkungsvolles Mittel zum Schutz vor elektromagnetischer Strahlung bekannt. Dieser Fakt dürfte dann auch auf das Melatonin zutreffen.

Was verursacht die Blockade der Zirbeldrüse?

Die Zirbeldrüse hat sich im Laufe der Evolution stark zurückgebildet. Sie ist von ihrer ursprünglichen Grösse von ca. 3 Zentimetern auf wenige Millimeter geschrumpft. Moderne Lebensweise lässt die Zirbeldrüse schrumpfen. Das liegt sicher zum einen auch daran, dass wir unserem natürlichen Lebensrhythmus nicht mehr folgen. Wir halten uns durch künstliche Lichtquellen wach und machen somit die Nacht zum Tag. Mangelndes Sonnenlicht und eine unzureichende Nachtruhe beeinträchtigen die Funktion der Zirbeldrüse erheblich. Aber auch die hohe Belastung des Körpers mit Toxinen hat gravierende Auswirkungen auf die Aktivität der Zirbeldrüse – sie beginnt zu verkalken.

Dieses Organ ist dein spirituelles Visions-Werkzeug, deine Brücke zwischen zwei Welten – der physischen und der metaphysischen. Es ermöglicht dir, mystische und luzide Traum-Erfahrungen zu haben, die wesentlich sind für deine spirituelle Entwicklung. Sie sind die Nachrichten von deiner Seele, und die Zirbeldrüse ist als Antenne entwickelt, um diese zu empfangen.

Doch die Zirbeldrüse der meisten Menschen ist vom 12. Lebensjahr an



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

ausgeschaltet. Du hast dies wahrscheinlich selbst bemerkt: Kinder sind alle intuitiv und von Natur aus spirituell, aber wir verlieren diese Fähigkeit, wenn wir aufwachsen. Warum?

Das Problem ist die Verkalkung der Zirbeldrüse. Diese Drüse hat tatsächlich einen mit Wasser gefüllten Inhalt, und das bedeutet, dass sie mit dem Alter verkalkt, aber auch aus anderen Gründen.

Diese Faktoren beeinträchtigen massgeblich die Aktivität der Zirbeldrüse und schränken sie in ihrer Tätigkeit immer weiter ein:

Fluorid in Zahnpasta und im Wasser verarbeitete Nahrungsmittel

„Junk-Food“

Limonade und andere kohlenensäurehaltige Getränke

raffiniertes Zucker, tierische Fette, Mehl

Hormone, Quecksilber, Koffein, Tabak und Alkohol können Verkalkungen der Zirbeldrüse auslösen.

Strahlungsfelder, wie jene, die uns in Form von Stromleitungen, Mobiltelefonen und Internetnetzwerken umgeben, haben ebenfalls eine zerstörerische Wirkung auf diese wichtige Drüse.

beschränkte Glaubenshaltungen

Mangel an spiritueller Praxis

Um die Zirbeldrüse in ihrer Funktion zu unterstützen und sie wieder zu aktivieren, ist es unumgänglich, die genannten Störfaktoren weitestgehend zu beseitigen.

Hast du Probleme beim Meditieren oder der Erinnerung an deine Träume,



oder einfach nur das Gefühl von verloren sein und getrennt sein von der Quelle? Das Problem kann eine blockierte oder verkalkte Zirbeldrüse sein.

Du kannst jedoch selbst einiges dazu beitragen, deine Zirbeldrüse zu entkalken und wieder zu aktivieren. Die Aktivierung der Zirbeldrüse kann zur Regulierung der Stimmung, des Schlafs und der Energie hilfreich sein.

Mit diesen 7 Möglichkeiten kannst du direkt loslegen:

1) Sage Bye-Bye zu Fluorid

Fluorid ist der größte Feind deiner Zirbeldrüse!

Das Fluorid im Speisesalz, in Mineralwässern, in vielen konventionell angebauten und verarbeiteten Nahrungsmitteln sowie in Zahncremes stellt für die Zirbeldrüse eine besondere Gefahr dar, denn das Fluorid sammelt sich in ihrem Gewebe an und lässt sie schliesslich verhärten.

Verkalkung ist das größte Problem. Fluorid akkumuliert in der Zirbeldrüse mehr als jedes andere Organ und führt zur Bildung von Phosphatkristallen.

Je mehr aufgrund der Kristallproduktion deine Zirbeldrüse verhärtet, desto weniger Melatonin wird produziert. Wie du jetzt mittlerweile weißt, beeinträchtigt das negativ deinen Schlaf-Wach-Zyklus.

Forschungsberichte zeigen auch, dass Fluorid-Verhärtungen die sexuelle Entwicklung bei Kindern beschleunigt, insbesondere soll das der Fall bei Mädchen sein. Eine Studie von vor 30 Jahren berichtete, dass bei 40 Prozent der amerikanischen Kindern unter 17 Jahren eine Verkalkung der Zirbeldrüse stattfand. Vor allem Mädchen in unserer heutigen Zeit erleben sehr früh ihre Pubertät.



Neben **Fluorid**, können auch **Halogenide** wie **Chlor** oder **Brom** sich ansammeln und deine Zirbeldrüse beschädigen. Kalziumpräparate können ebenfalls Probleme verursachen.

Ohne ausreichend Vitamin D – (etwa 65 Prozent der Deutschen haben einen Vitamin D Mangel) – kann Kalzium im Körper nicht verfügbar gemacht werden und das menschliche Gewebe mitsamt der Zirbeldrüse verkalkt.

Die Beseitigung von Fluorid ist sicherlich der erstbeste Schritt zur Reduzierung der gesundheitlichen Bedenken:

- Verwende deswegen fluoridfreie Zahnpasta.
- Trinke kein Leitungswasser, sondern nur Gefiltertes.
- Esse lieber kalziumreiche Nahrungsmittel anstatt Kalziumpräparate, wenn du genügend Vitamin D hast. Es ist harmlos in sehr geringen Mengen – tatsächlich kommt es natürlich im Wasser vor.

Allerdings ist das Fluorid in unserem Leitungswasser und unserer Zahnpasta überhaupt nicht ein natürlich vorkommendes Fluorid, und die Mengen davon übertreffen die Sicherheitsgrenzen bei weitem.

Die Zirbeldrüse akkumuliert Fluorid, so hat sie die höchste Konzentration von Fluorid im menschlichen Körper und das ist die primäre Ursache der Zirbeldrüsen-Verkalkung.

70 Prozent der US-Wasserversorgung ist fluoridiert (heute wird in den meisten europäischen Ländern, darunter Deutschland, Österreich und die Schweiz, das Trinkwasser nicht fluoridiert; Details können bei der lokalen Wasserversorgung nachgefragt werden; Anm.d.Ü). Es wurde uns beigebracht, dass Fluorid sicher ist und dass es Karies vorbeugt, aber dies ist eine Lüge. Die Forschung zeigt, dass es keinen Unterschied gibt zwischen



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Ländern die Fluorid benutzen oder nicht benutzen. Und was die Sicherheit betrifft ... jedes Jahr werden mehr als 20'000 Anrufe gemacht an die Gift-Kontroll-Zentren in den USA wegen akuten Vergiftungen durch die Aufnahme von Fluorid aus Zahnpasta. Aus diesem Grund wird eine Warnung gefordert für alle Fluorid-Zahnpasta Tuben, um ein versehentliches Verschlucken zu vermeiden: es ist ein bekanntes Gift.

In der Tat, bis vor kurzem war Fluorid ein Wirkstoff in Rattengift.

Ich werde mich nicht über die Gründe äußern, weshalb einige andere Länder beschlossen unser Wasser, Nahrung und Zahnpasta mit Fluorid anzureichern – ziehe deine eigenen Schlüsse.

Aber ob du es glaubst oder nicht, die Tatsache ist: Fluorid ist giftig, und es zerstört unser wichtigstes spirituelles Organ. Wenn du interessiert bist, der Dokumentarfilm „DMT: The Spirit Molecule“ erklärt, warum Menschen mit spirituellen Erfahrungen möglicherweise nicht gut für die herrschende Klasse sind.

So ist das Wichtigste, was du tun kannst, um die Zirbeldrüse zu aktivieren:

- reduziere die Aufnahme von Fluorid.
- Verwende nur natürliche, nicht fluoridhaltige Zahnpasta und lehne Fluorid-Gel Behandlungen beim Zahnarzt ab.
- Vermeide verarbeitete Getränke wie Limonaden, Fruchtsaftgetränke, Instant-Tees und Sportgetränke.
- Koche nicht mit Antihft-Pfannen, sie erhöhen den Fluoridgehalt von Lebensmitteln.
- Reduziere deinen Fleischkonsum – ernähre dich am besten vegeta-



risch oder Vegan. Denn übermäßiger Fleischkonsum bringt Ungleichgewicht im Säure-Basen-Haushalt und führt zu Übersäuerung. Was deine Zirbeldrüse zusätzlich belastet und verkalkt.

- Trinke Tees, die aus jungen Blättern hergestellt werden (z.B. „Weißer Tee“) oder Yerba Mate – ein Tee aus Südamerika.
- Vermeide Kalzium als Nahrungsergänzung, da es nicht in die Knochen eingelagert wird, sondern nur die Organe verstopft, insbesondere die Zirbeldrüse.

2) Entkalke die Zirbeldrüse

Entkalkung ist ein weiterer wichtiger Schritt in der Aktivierung der Zirbeldrüse. Dies bedeutet die Entfernung des Fluorids, das sich bereits in deinem Körper im Laufe der Jahre angesammelt hat.

Hier sind ein paar Möglichkeiten wie du sie entkalken kannst:

Tamarinde

Die Fruchthülsen des afrikanischen Tamarindenbaums sind äußerst wirksam bei der Entfernung von Fluorid aus dem Körper. Tamarinde ist einer der besten Wege, um die Zirbeldrüse zu entkalken. Jüngste Studien zeigen, dass die Tamarinde hocheffektiv ist im Entfernen von Fluoriden aus dem Körper und kann sogar das in den Knochen abgelagerte Fluorid mobilisieren. Dieses wird dann über den Urin ausgeschieden.

Im Vergleich zu einer Kontrollgruppe fand eine Studie heraus, dass Menschen mit der Aufnahme von Tamarinde wesentlich mehr Fluorid über den Urin ausscheiden. Außerdem kann das Essen dieser Frucht die Auswirkungen von Skelettfluorose stoppen oder sogar umkehren.



Kurkuma

Nur ein Gramm Kurkuma reicht aus, um das Arbeitsgedächtnis für sechs Stunden zu optimieren. Diese Entdeckung ist Wissenschaftlern der Monash University in Australien gelungen.

Ausserdem schützt Kurkuma das Gehirn und Zirbeldrüse vor Fluoridvergiftung. Dies berichtete ein indisches Forscherteam, das seine Ergebnisse vor Kurzem in der Fachzeitschrift Pharmacognosy Magazine veröffentlicht hat. Laut der Untersuchungen der indischen Wissenschaftler ist der regelmäßige Verzehr von Kurkuma in der Lage das Gehirn vor einer Fluoridvergiftung zu schützen bzw. von einer Fluoridbelastung zu befreien.

Borax

Borax (Bor) ist ein weiteres, bekanntes Mittel gegen Fluoridbelastung. Mische 1/8 bis 1/4 Teelöffel Borax (oder Bor) mit einem Liter Wasser und trinke es in kleinen Mengen im Laufe von ein oder zwei Tagen. Informiere dich vorher bitte ausführlich darüber. Erst wenn du Borax für geeignet hältst ist eine Anwendung zum Wohle deiner Zirbeldrüse ratsam.

Zeolith

Zeolithe sind Mineralien in alten Meeresböden und Vulkangesteinen. Die wabenförmigen Moleküle von Zeolith sind in der Lage, Metalltoxine aller Art zu erfassen und sicher aus dem Körper zu transportieren. Sie spalten verhärtetes Kalzium auf, das sich um Schwermetalle bildet. Zusätzlich entfernen Zeolithe diese Schwermetalle. (Nicht alle Produkte sind gleich



Zeolith, so stellen Sie sicher qualitativ hochwertiges zu erhalten)

Bentonit-Ton

Wie Zeolith, enthält Bentonit-Ton negative Ionen, die die positiven Ionen anziehen. Du kannst lebendiges Wasser einfach in Form von Ton Bädern herstellen welches in der Lage sein wird die Gifte auszuschwämmen.

Nehme eine Tonschüssel und lege dort einen Bergkristall, Amethyst oder Rosenquarz hinein und fülle diese mit Brunnenwasser, Quellwasser oder Bachwasser auf. Lasse dieses Wasser wenigstens 3 Stunden in der Sonne stehen und wenigstens 3 Stunden im Schatten dann erhältst du LEBENDIGES WASSER welches den Körper heilen wird oder den Körper in der GESUNDHEIT halten kann.

Spirulina / Chlorella

Eine Vielzahl von klinischen Studien zeigten, dass die faserige Qualität der Chlorella ebenfalls in der Lage sind toxischen Metalle zu binden und hinaus zu spülen. Sie können Kapseln einnehmen oder sich Smoothies machen mit Chlorella- Spirulina – Pulver. Der Geschmack ist sehr angenehm.

Koriander (Cilantro)

Dieses vielseitige kulinarische Anlage, die gemeinhin in der mexikanischen Küche verwendet hilft auch bei der Entfernung von Schwermetallen. Cilantro Pesto wurde effektiv für Chelat-Therapie von vielen genutzt.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Die Heimpflanze Koriander ist auch ein sehr guter Binder von Schwermetallen.

Der Koriander ist einfach super und man kann damit sein gesamtes Nervensystem entgiften also um vor allem die Schwermetalle aus dem Gehirn zu holen gibt es wahrscheinlich nichts besseres.

Besonders Doldengewächse im Allgemeinen wie hier unser Koriander sind das beste Heilmittel der Erde.

Vitamin K2

Vitamin K2 entkalkt Arterien und Drüsen. Insofern nicht kontraindiziert: Jeden Tag als Nahrungsergänzungsmittel Vitamin K2 nehmen und (wieder) unfassbar bunt und lebendig träumen.

Vitamin K2 wird von Mikroorganismen gebildet – unter anderem auch von den Bakterien unserer eigenen Darmflora und kann direkt über die Darmzellen aufgenommen werden. Nicht nur deshalb ist ein gesunder Darm eine grundlegende Voraussetzung für die Versorgung mit allen Nährstoffen und Spurenelementen, die unser Körper zum Leben braucht. Auch rohes Sauerkraut ist eine gute Vitamin-K2-Quelle.

Magnesium

Magnesium hat die Fähigkeit, die Aufnahme von Fluorid in unsere Zellen zu hemmen. Verwende immer eine gute tägliche Dosis von Magnesium aus hochwertigen pflanzlichen Quellen, da dies sehr helfen wird.

Die besten pflanzlichen Magnesiumquellen sind: Kürbiskerne, Sonnenblu-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

menkerne, Kakaobohnen, Leinsamen, Sesam, Mohn, Cashewkerne, Pinenkerne und Mandeln.

Jod

Halogenide wie Fluorid, Chlor und Brom sammeln sich in deinem Gewebe, sobald ein Jodmangel vorhanden ist. Das Spurenelement Jod ist elementarer Bestandteil der Schilddrüsenhormone.

Gleichzeitig zählt Jodmangel zu den größten Gesundheitsproblemen weltweit. Mögliche Symptome sind: Chronische Müdigkeit, Erkrankungen der Schilddrüse, Kältegefühl oder eine niedrige Körpertemperatur sowie Hormon-Ungleichgewichte.

Achte darauf regelmäßig Lebensmittel mit natürlichem Jod zu sich zu nehmen. Gute Jodlieferanten sind Algen, Champignons, Brokkoli und Erdnüsse. Meide Jodsalz aus dem Supermarkt.

Leberreinigung

Leberreinigungen sind entscheidend für unser körperliches und geistiges Wohlbefinden. Eine gute Leberreinigung kann Schwermetalle und zahlreiche Giftstoffe, einschließlich Fluorid, aus unserem Körper entfernen. Natürlich sollte dies erst nach einer Darmreinigung durchgeführt werden, da sonst die Giftstoffe nicht weiterkommen und deshalb wieder in die Blutbahnen zurück fließen. Dies ist eine ausgezeichnete Massnahme, um möglichst viele Toxine auszuleiten und somit die Leber wirkungsvoll zu entlasten.

Entlaste zusätzlich deine Leber mit Präparaten wie Mariendistel, Löwen-



zahnwurzel, Curcuperin, und Bitterstoffen wie Bitterstern o.ä.

Wasser

Trinke täglich 2 bis 2,5 Liter gutes Quellwasser oder gefiltertes und energetisiertes Wasser , damit ein grosser Teil der gelösten Toxine auch über die Nieren ausgeschieden werden kann.

Gesunde Ernährung

Esse frische Bio Lebensmittel: Obst & grünes Blattgemüse. Die basische Lebensmittel sind beste Nahrung für die Zirbeldrüse und andere wichtige Organe deines Körpers. Lebensmittel, die viel Sonnenlicht getankt haben, energetisieren deine Zirbeldrüse zusätzlich. Je mehr verarbeitet das Essen ist, desto mehr Fluorid enthält es. Fluoridhaltigen Pestizide sind eine Hauptquelle von Fluorid.

Reduziere deinen Fleischkonsum – ernähre dich am besten vegetarisch oder Vegan. Denn übermässiger Fleischkonsum bringt Ungleichgewicht im Säure-Basen-Haushalt deines Körpers und führt zu Übersäuerung. Was deine Zirbeldrüse zusätzlich belastet und verkalkt.

Sauna

Sauna oder eine Schwitzhütten-Zeremonie wirken sehr gut für das Entfernen von Fluorid und anderen Giftstoffen aus (über) der Haut, da es über den Schweiß ausgeschieden wird. Wische dabei den Schweiß öfters ab, um eine Rückresorption zu verhindern und trinke viel Wasser.

Flüssigkeitszufuhr ist sehr wichtig, falls du diese Methode wählst.



3) Lass dich tagsüber von der Sonne kitzeln und verzichte auf Sonnenbrille

Gehe möglichst täglich für mindestens 15 Minuten in die Sonne, denn das Sonnenlicht aktiviert die Zirbeldrüse.

Durch Sonneneinstrahlung beginnt die Zirbeldrüse Serotonin zu produzieren und deinen Geist anzuregen. Jede Art von natürlicher **Belichtung**, entweder direkt oder indirekt, aktiviert die Zirbeldrüse, woraufhin sie sofort anfängt Serotonin auszuschütten. Dieser Neurotransmitter ist für die Stimmung verantwortlich und verbessert die Energieniveaus.

Mehr und mehr Menschen tragen Sonnenbrillen, auch wenn die Sonne nicht hell scheint, ich sehe auch, dass kleine Kinder Sonnenbrille aufhaben.

Ich erinnere mich an einen Artikel von Dr. Ornstein im Live-Magazin aus dem Oktober 1980, dort wird erklärt, dass Sonnenlicht/Tageslicht sehr wichtig ist. Licht, der Schöpfer für unsere seelische und körperliche Gesundheit, indem es der Zirbeldrüse Befehle gibt wie: "Es werde Licht"!

Die Zirbeldrüse ist eine aktive, sensible Drüse im gesamten Lebensverlauf. **Natürliches, ungefiltertes Sonnenlicht** ist notwendig für die reibungslose Funktion dieser Drüse.

Licht, die bewusste elektromagnetische Energie von der Sonne, tritt in den Körper durch die Sehnerven der Augen, die wiederum direkt die Zirbeldrüse stimulieren. Die Zirbeldrüse wandelt Lichtenergie in einen elektrochemischen Impuls, der direkt den Hypothalamus (Abschnitt des Zwischenhirns) befeuert.

Der **Hypothalamus** ist der Teil des Gehirns, der alle lebenswichtigen Prozesse des Körpers leitet, über seine unmittelbare und direkte Anbindung an die **Hypophyse** (Hirnanhangdrüse) und des vegetativen **Ner-**



vensystems.

Der Hypothalamus ist mit lichtempfindlichen Zellen, die das elektromagnetische Signal von Licht in einen neuro-chemischen Impuls umwandeln, welcher direkt in die Hypophyse geleitet wird.

Die Hypophyse wiederum verarbeitet und sondert Hormone innerhalb des Körpers ab, wodurch die Aufrechterhaltung der Homöostase (Aufrechterhaltung eines **Gleichgewichtszustandes** eines offenen dynamischen Systems durch einen internen regelnden Prozess. Sie ist damit ein Spezialfall der Selbstregulation von Systemen) gewährleistet wird. Mit diesem Wissen können wir entscheiden, wann wir eine Sonnenbrille tragen und wann nicht und vor allem, ob und wann unsere Kinder Sonnenbrillen tragen.

Die Augen sind in der Lage sich dem Sonnenlicht sehr gut anzupassen, mehr als wir es ihnen zutrauen. Wenn wir in Einrichtungen mit künstlichem Licht arbeiten, während des Tages, dann können wir bejahen, dass die Menschen nicht genug natürliches Licht aufnehmen.

Eine weitere Quelle stellt auch die Korrelation (Zusammenhang) zwischen **Sonnenbrille** und der **Zirbeldrüse** her. In dem Buch der "Entgiftungsplan der Natur" ("Nature`s Detox Plan") – Ein Programm für körperliche und emotionale Entgiftung von Roy Mankovitz, wird darauf hingewiesen, dass "der Nachteil vom Tragen der Sonnenbrille ist, dass es einen Teil des endokrinen Systems (Hormonsystem) behindert, die Zirbeldrüse mit betreffend. Wir verstehen noch nicht vollständig die Funktion der Zirbeldrüse, aber von dem was wir wissen, sollten wir nicht damit herumfuschen."



4) Schlafe in völliger Dunkelheit

Wenn es Richtung Schlafenszeit geht, brauchst du für einen guten Schlaf einen hohen Melatonin-Anteil. Deshalb ist es von entscheidender Bedeutung Licht zu vermeiden, nachdem die Sonne untergegangen ist.

Die Zirbeldrüse soll jetzt viel Melatonin und kein Serotonin mehr produzieren. Dieser Vorgang kann nur richtig stattfinden, wenn möglichst kein Licht von irgendwelcher Elektronik in deinem Schlafzimmer leuchtet.

Am besten schläfst du in völlig dunkler Umgebung. Nur in einem solchen Fall kann ein erholsamer Schlaf gewährleistet werden.

Achte sinnvollerweise schon vor dem zu Bettgehen darauf, dass dich keine Hintergrundbeleuchtung von Geräten wie Handys, Tablets, Computer-Monitoren oder Fernsehgeräten belastet.

Die Beleuchtung dieser Geräte stimuliert die Serotonin-Produktion, was die Zirbeldrüse anregt und ihr einen helllichten Tag vorgaukelt. Dadurch wird dein Wach-Schlaf-Rhythmus verwirrt.

5) Die Sonne anstarren – Sun Gazing

Sun Gazing ist vielleicht einer der umstrittensten Übungen die du tun kannst, um die Zirbeldrüse zu aktivieren. Einfach deshalb, weil es keine wissenschaftlichen Beweise für die Wirksamkeit oder Sicherheit gibt.

Die Praxis: Innerhalb der ersten 15 Minuten des Sonnenlichts zu Beginn des Tages und den letzten 15 Minuten vom Sonnenlicht am Ende des Tages, schaust du für ein paar Sekunden direkt in die Sonne.

Das kann hohes Risiko für die Augen sein und deswegen sollten ein paar Sekunden am Anfang nicht überschritten werden!



6) Singe!

Singe so oft es geht, da die so erzeugten Schwingungen die Zirbeldrüse stimulieren.

7) Spirituelle Praxis

Der siebte Schritt bei der Aktivierung deiner Zirbeldrüse ist spirituelle Praxis. Einige argumentieren, dass dies der wichtigste Schritt sei.

Obwohl die Ernährung und die Aufrechterhaltung eines gesunden Körpers eine wichtige Rolle spielen, ersetzt nichts eine tägliche spirituelle Praxis, die eine natürliche Heilung anregt und den Geist trainiert, um zur Ruhe zu kommen und dich auf höhere Zustände des Bewusstseins vorbereitet.

Meditieren, Meditieren, Meditieren. Die Zirbeldrüse reagiert auf die bioelektrischen Signale von hell sowie dunkel und Meditation aktiviert diese bioelektrische Energie. Mit etwas Übung kannst du lernen, die Energie zu deinem hochempfindlichen Organ im Kopf zu lenken. Es gibt eine Reihe von Meditationen die du anwenden kannst, um deine Zirbeldrüse zu erreichen.

Zum Beispiel meditieren mit dem Wort „Liebe“.

Setze dich mit geradem Rücken, schließe die Augen und lege die Zunge zwischen die Zähne. Beiße vorsichtig auf die Spitze der Zunge. Vibriere das Wort „Liebe“ durch die Zähne, indem du mit gespitzten Lippen ausatmest. Atme während deiner Meditation tief und bewusst (folge dem Atem, lasse alle Gedanken los, in dem du nur der Beobachter bist und nichts wertest). Konzentriere dich dabei auf den Bereich deiner Stirn, der



zwischen beiden Augen liegt – das so genannte dritte Auge.

Atmen durch das dritte Auge ist eine weitere Technik, die du einsetzen kannst, um deine Zirbeldrüse zu aktivieren: Atme brillantes Silber-Licht durch dein drittes Auge ein, halte es, und dann visualisiere die Umgebung deiner Zirbeldrüse. Siehe wie sie vibriert mit dem silbernen Licht, sieh, wie die Kalkschale zerbricht und zerfällt. Visualisiere nun deine Zirbeldrüse als leuchtendes, lichtvolles Organ. Übe dies für etwa 15 bis 20 Minuten pro Tag.

Auch einfach dein Bewusstsein auf das dritte Auge zu richten ist wirksam bei der Stimulierung der Zirbeldrüse. Wenn du dies tust, kann ein Gefühl von leichtem Druck im Stirnbereich auftreten, welches ein gutes Zeichen ist. Richte einfach deine Aufmerksamkeit darauf und sei achtsam auf Körper und Geist.

Die Zirbeldrüse kann auch durch Kundaliniyoga aktiviert werden. Die Kundalini-Energie wird durch das Symbol der Schlange dargestellt. Kundalini kann vom Wurzel-Chakra, an der Basis der Wirbelsäule, aufsteigen bis hin zum Kronen-Chakra und darüber hinaus. Die Idee hinter Kundaliniyoga und Meditation ist ein allmählicher Energieaufbau der hilft, die Chakren auf natürliche Weise eines nach dem anderen zu aktivieren.

Du kannst auch Edelsteine und Kristalle verwenden. Edelsteine, die mit dem Drittauge-Chakra arbeiten sind tiefblaue Steine wie Lapislazuli, Saphir oder Sodalith. Kommuniziere mit dem Stein.

Bitte ihn, dir zu helfen dich zu wecken und deine Zirbeldrüse zu heilen. Du kannst den Stein während einer Meditation halten oder auf die Stirn legen um die Wirkung zu erhöhen.

Die Reinigung deines Körpers von tierischem Eiweiß sowie Schwermetall-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

belastung und Natriumfluorid wird nicht nur helfen deine Melatonin Produktion zu normalisieren, sondern fördert zusätzlich dazu die kognitive Funktion und die Vitalität auf allen geistigen Ebenen.

Durch einen GESUNDEN KÖRPER ist es uns einfach möglich das LEBEN zu genießen und unsere MITSCHÖPFERENERGIE auszuleben.



DREI EINFACHE WEGE ZUR AKTIVIERUNG DEINER ZIRBELDRÜSE

Ist Dir bewusst, dass die Zirbeldrüse eine der wichtigsten Drüsen im menschlichen Organismus ist? Viele Menschen haben von dieser Drüse bisher noch nie etwas gehört.

Das hat einen Grund ...

... es stellt Geheimwissen dar, welches nicht der breiten Masse an Menschen zugänglich gemacht werden soll.

Es ist sogar so, dass heute durch verschiedenste Zusatzstoffe die Zirbeldrüse aktiv an ihrer Entwicklung gehindert wird.

Du solltest Dir diesen Artikel wirklich zu Herzen nehmen und aufmerksam durchlesen, da eine Aktivierung Deiner Zirbeldrüse folgende Auswirkungen auf Dich haben kann:

- ◆ *sie ist ausserordentlich wichtig für Deine körperliche, geistige und sogar seelische **Gesundheit***
- ◆ *sie steuert Deine innere Uhr, reguliert Deinen **Schlaf**, erhöht Deine **Intuition***
- ◆ *sie ist der **Schlüssel** für **Bewusstsein** & deine kosmische **Anbindung***

In diesem Artikel zeigen wir dir 3 effektive Wege, um deine Zirbeldrüse wieder voll aufzubauen und bestmöglich zu unterstützen.

Zu erst wollen wir dir aber zeigen was diese überhaupt ist.



Was ist die Zirbeldrüse?

Die Zirbeldrüse liegt Mitten Deinem Gehirn & ist sehr klein. Diese Drüse variiert in ihrer Größe von einer Erbse bis zu einem Tischtennisball.

Nachts wandelt sie das am Tage gebildete Serotonin in Melatonin um. Diese Umwandlung wird im Gehirn durch das Licht gehemmt. Bei Dunkelheit wird diese Hemmung aufgehoben, die Produktion und der Melatoninspiegel steigen an.

Durch dieses neurotransmitter Hormon wird unser Zeitgefühl und Schlafrythmus gesteuert. Ein Melatoninmangel kann zu Schlafstörungen führen.

Weiterhin wird vermutet, dass die Zirbeldrüse DMT produziert welches als „spirituelles Molekül“ bekannt ist. Durch dieses Molekül ist es Dir möglich neue Gedankenstrukturen und Empfindungen zu erfahren.

Serotonin & Melatonin - Was bewirken diese?

Serotonin wird u.a. als **Glückshormon** bezeichnet, denn es wirkt stark stimmungsaufhellend und ist zudem auch entspannend.

Melatonin steuert, wie weiter oben bereits geschrieben, den **Schlaf-Wach-Rhythmus**. Das Einschlafen wird gefördert und es hat auch **Auswirkungen** auf Dein **Schlafverhalten**.

Zusätzlich wirkt **Melatonin** stark antioxidativ, sodass dieses Zellschäden reduzieren kann und damit auch bei Alterungsprozessen beteiligt ist.

Weiterhin wird vermutet, dass **Melatonin** gegen elektromagnetische



Strahlung schützt und es sich auf Deine Beziehungen auswirkt, da es einen **Einfluss** auf das Empathieempfinden des Menschen hat.

Die Medizin ist mittlerweile dazu übergegangen auch künstliches Melatonin zu verabreichen. Ob das so sinnvoll ist, solltest Du Dir vorher genau überlegen. Schließlich weiß Dein Körper am besten welche Dosierungen er von diesen Hormonen in seinem Körper benötigt. Du kannst die Präzision Deines Körper niemals durch künstliche Gaben erreichen oder übertreffen.

Die moderne Lebensweise der Zivilisation

Unsere westliche Lebensweise wirkt sich auf die Zirbeldrüse verheerend aus. Sie **schrumpft** permanent und kann dadurch ihre **Aufgabe** in Deinem Körper nicht mehr voll und ganz erfüllen.

Umso wichtiger also ist es für Dich zu erfahren was sich so negativ auf die Drüse auswirkt und was Du tun kannst um ihr wieder zu helfen ihre vollen Dienste Deinem Körper zugute kommen zu lassen.

Kommen wir also zum ersten Schritt den Du gehen solltest. Es fängt alles mit einem Stoff an den Du eventuell kennst, zumindest schon mal etwas davon gehört hast:

- Fluorid -

In der **Schule**, beim **Zahnarzt**, von der **Ernährungs-, Getränke- oder Salzindustrie**, und sonst wo wird Dir erzählt, dass es wichtig für Deinen Körper ist und Deine Zähne stärken soll.



1. Die Realität um Fluorid sieht allerdings anders aus

In Wirklichkeit ist Fluorid ein Abfallprodukt der **Schwermetallindustrie** so wie **Nervengift**. In geringen Mengen kommt dieses auch in der Natur vor und ist deshalb eine natürliche Substanz. Allerdings ist es eine Frage des Masses, also der Quantität die ich einer Substanz bei messe..

Zum Beispiel findest Du kleine Mengen davon im natürlichen Trinkwasser. Die Mengen die Du aber heute durch Salz, Trinkwasser und Zahnpasta in Deinen Körper leitest sind nicht mehr normal und auch nicht natürlich oder gesund.

Zu hohe **Mengen** an Fluorid lassen Deine Zirbeldrüse verkalken. Dieses sammelt sich in ihrem Gewebe an und das reagiert mit künstlich hinzugeführten **Kalzium**. Das lässt die Drüse verhärten!

Normalerweise ist Fluor kein Problem für Deine Zirbeldrüse, da diese es auf natürlicher Weise akkumuliert. Aber das aktuell unnatürliche Bombardement mit Fluorid (auch über Jahre hinweg) machen Deiner Drüse wirklich richtig zu schaffen.

Gerade in der aktuellen Zeit in der immer mehr Menschen „erwachen“ ist es so wichtig Deine Zirbeldrüse zu unterstützen und auf alle fluoridhaltigen Produkte so weit es geht zu verzichten.

Off-Topic - Keine Ausrede mehr zum Thema Zahnpasta!

Da wir immer wieder von vielen Freunden zu hören bekommen, dass sie nicht auf ihre "tolle" Zahnpasta verzichten möchten oder sich schlicht und einfach nicht vorstellen können womit



man sich die Zähne putzen kann, hier ein Rezept für Dich zum Selbermachen:

Option 1 - **Zahnpasta der Tibetischen Mönche**

100 mL Wasser erhitzen und darin zwei Teelöffel Himalaya Kristallsalz auflösen Himalaya Kristallsalz enthält über 80 verschiedene Mineralien und wirkt durch das Salz gut gegen Bakterien. So bleiben Deine Zähne gesund & munter -> **Himalaya Salz** auch unbedingt zum Kochen benutzen

Option 2: **Kaiser-Natron mit Kokosöl**

Eine wirklich tolle Zahnpasta-Alternative ist das Kokosöl-Natron Gemisch. Mische einfach 30% **Kaisernatron** mit 60% **Kokosöl** zusammen und putze Dir damit die Zähne. Deine Zähne werden damit super weiß

2. Giftstoffe in Deinem Körper (durch Ernährung)

Ein weiterer Weg Deine Zirbeldrüse wieder zu aktivieren ist die ganzen Giftstoffe aus Deinem Körper zu leiten.

Diese Giftstoffe sind nicht nur das angesprochene Fluorid, sondern z.B. auch **Aluminium**, **Schwermetalle** und anderer Abfall in Deinem Körper. Am besten entgiftest Du mit einem erfahrenen Berater zusammen Deinen Körper.

Gute Hilfsmittel zur Entgiftung Deines Körpers sind z.B. **Zeolith**, **Bentonit** oder **Chlorella**. Aber auch grüne Smoothies am Morgen sind sehr gut.



Weitere Tipps für Deine Ernährung:

esse frisches, naturbelassenes, biologisches **Gemüse** aller Art (außer Spinat, Tomaten, Auberginen, Hefe)

esse frische, biologische **Salate** aller Art (Dressing: Essig, Öl, Vinaigrette, kein Sonnenblumenöl)

esse möglichst kein Fleisch und wenn dann nur biologisch

esse frische **Pilze**

nimm bestes **Kokosöl**, am Besten in Rohkostqualität und Zedernussöl

trinke gutes, reines **Wasser**

trinke **Kräutertee**, keinen schwarzen Tee

esse frisches, naturbelassenes, biologisches **Obst**

generell viel **Rohkost** essen

trinke oft "goldene Milch" bzw. nehme viel **Kurkuma** zu Dir

3. Trainiere Deine Spiritualität

So wie ein Muskel trainiert werden muss damit dieser wächst, so musst Du auch Deine Zirbeldrüse so oft wie möglich trainieren. Durch spirituelle Übungen wirst Du Deine Zirbeldrüse wieder aktivieren können.



Was aber sind spirituelle Übungen?

Meditation

Gebete

Rituale wie z.B. Räuchern

Wenn Du diese Übungen täglich durchführst, hilfst Du Deiner Zirbeldrüse sich wieder zu aktivieren. Aber es hat auch noch viele weiteren positive „**Nebenwirkungen**“ wie ein ausgeglichener Geist, **Ruhe & Zentriertheit**

Was wirkt sich sonst noch negativ auf Deine Zirbeldrüse aus?

künstliche Strahlungsfelder jeglicher Art, wie Stromleitungen, Mobiltelefone, Internetnetzwerke, Satellitenanlagen

unnatürlicher Schlaf-Wach-Rhythmus

künstliche Lichtquellen

zu wenig echtes Sonnenlicht

künstliche Hormongaben, z.B. die Pille

Quecksilber (Thiomersal in Impfungen)

Koffein oder **Tabak**, **Alkohol**, raffiniertes Zucker

Mononatriumglutamat (häufig in Chips und Fertigprodukten)

künstliche Zusatzstoffe in Lebensmitteln

Aspartam (heißt auch AminoSweet)



Nebelmaschinen in Clubs und Discos

Antibiotika, Neuroleptika, Psychopharmaka

Transportstoffe bei **Impfungen**

künstliche Ernährung mit stark verarbeiteten Lebensmitteln

verarbeitete **Fleischwaren** (z.B. Chicken Fingers, Chicken Nuggets)

Limonade, Softgetränke, künstliche Wasser

alles, was Fluorid enthält: Zahnpasta, Kosmetika,

Fluoridlack, oft Wasser

beschränkte Glaubenshaltungen

Mangel an spiritueller Praxis

Mangel an **Rückverbindung** an die EINE Quelle allen Seins



HYGIENE: MAN KANN AUCH ÜBERTREIBEN

Übertriebene Hygiene behindert entscheidende Lernschritte, die unser Immunsystem braucht, um gestärkt zu werden. Wer es mit der Sauberkeit übertreibt, tut seiner Gesundheit nicht etwas Gutes, sondern schadet ihr sogar. So zerstört zu häufiges Baden oder Duschen den wichtigen Säureschutzmantel der Haut und die Hautflora.

Viele Menschen benutzen Desinfektionsmittel für die Wäsche und zum Putzen so Professor Dr. Eiko Petersen, Leiter der Abteilung für Infektiologie der Universitäts-Frauenklinik Freiburg und Mitglied des Wissenschaftlichen Beirats der Sektion Frauengesundheit im Deutschen Grünen Kreuz. Dies sei ebenso wie eine übertriebene Genitalhygiene oder die häufige Anwendung von Salben, die zu Ekzemen führt, völlig überflüssig.

Sehr verbreitet ist die **Pilz-Phobie**. Die Angst vor Mikroorganismen nimmt vielen Frauen die Lebensfreude, dabei gibt es nur wenige Erreger, vor denen man Angst haben muss.

Heutzutage verfügen wir über ein ganzes **Waffenarsenal** gegen Schmutz und Bakterien. Die Spanne reicht vom Allzweckreiniger bis zum hin zum Spezialbakterienkiller. Dabei genügen für einen normalen Hausputz harmlose und wirksame Reiniger wie Essig, Spülmittel und / oder Neutralseife völlig. (Anm. FCM: wenn ich etwas gegen jemanden unternehme befinde ich mich doch im Kampf, oder? Frieden würde bedeuten mit den Bakterien und dem Schmutz zu leben, es zu akzeptieren und in Liebe annehmen, man braucht es ja nicht gleich für schön zu empfinden)

Vor allem antibakterielle Produkte wirken nicht besser als herkömmliche



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Reiniger. Untersuchungen haben ergeben, dass sie Bakterien gar nicht oder **nur für kurze Zeit** verschwinden lassen.

Stattdessen fördern sie aber die Entstehung von Allergien, schwächen das menschliche Immunsystem und belasten außerdem die Umwelt.

Das gilt erst recht für Desinfektionsmittel. Desinfektionsmaßnahmen im Bad- und Sanitärbereich sind nicht nur überflüssig, sondern sogar schädlich. Eine Desinfektion im Haushalt ist vergleichbar mit dem Einsatz von Insektiziden, Pestiziden und Fungiziden in der Landwirtschaft. Desinfektionsmittel **vernichten** vielmehr die für unser Leben nützlichen Mikroorganismen, führen zu Resistenzen bei krankheitsverursachenden Bakterien und können damit das menschliche Immunsystem schwächen, da es ohne Bakterien nicht ausreichend stimuliert wird.

Viele desinfizierende Mittel enthalten zudem Stoffe, die dem Menschen gefährlich werden können: Triclosan zum Beispiel kann über die Haut aufgenommen werden und in den Entgiftungsstoffwechsel der Leber eingreifen. Benzalkoniumchlorid, ein desinfizierender Zusatzstoff, gilt als allergieauslösend. Aus Natriumhypochlorid, einer Substanz die in vielen Reinigern zu finden ist, wird Chlor freigesetzt. Das wiederum kann Haut und Schleimhäute reizen.

Nur in Ausnahmefällen (z. B. bei ansteckenden Magen-Darm-Erkrankungen) sollte der eventuelle Einsatz von Desinfektionsmitteln mit dem Gesundheitsamt oder dem Hausarzt besprochen werden.

Auf der heimischen Toilette ist die Angst vor Ansteckungen unbegründet, denn Krankheitserreger gehen außerhalb des Körpers schnell zugrunde. Essigreiniger oder Zitronensäure zur Badreinigung genügen vollkommen, um ein Frischegefühl ins Örtchen zu zaubern. Auch die Umwelt wird uns den zurückhaltenden Einsatz aggressiver Putzmittel danken.



So reduzieren Sie Haushaltskeime:

- ◆ ausreichende Reinigung unter Verwendung einfacher Putzmittel
- ◆ häufiger Wechsel von Putzlappen
- ◆ regelmäßige Reinigung des Kühlschranks, z. B. mit warmen Essigwasser
- ◆ regelmäßiges Leeren und Reinigen der Abfalleimer
- ◆ Bad, Küche und WC trocken halten
- ◆ regelmäßiges Händewaschen nicht vergessen

Auch in der Körperhygiene wird oft zu viel des Guten getan. Denn die Keime, unsere so genannte Hautflora, sind nicht nur harmlose Nutznießer, sondern schützen vielmehr vor Infektionen, indem sie mögliche Angriffspunkte für Krankheitskeime blockieren. Das sensible Gleichgewicht unserer Haut- und Schleimhautflora wird durch übertriebene Hygiene leicht gestört.

Die regelmäßige Körperreinigung gehört zu den wichtigsten Hygienemaßnahmen. Allerdings wird in kaum einem Bereich derart übertrieben wie in dem der Körperpflege. Mittlerweile ist es normal geworden, sich täglich zu duschen oder zu baden. Allerdings kann ein Zuviel den natürlichen Schutz der Haut beeinträchtigen. Zu häufiges Duschen, Baden und Waschen entzieht ihr dabei Fett und Feuchtigkeit. Der wichtige Säureschutzmantel der Haut und die Hautflora werden zerstört. Oft ist dies die Ursache von Hautkrankheiten. Dermatologen bestätigen, dass diese in den vergangenen Jahren zugenommen haben und führen das auch auf häufi-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

ges Waschen mit ungeeigneten Mitteln zurück.

Bei normaler Verschmutzung reicht Duschen mit einfachem Wasser. Bei der täglichen Körperreinigung muss nicht der ganze Körper eingeseift werden. Eine gründliche Reinigung der Tropenregionen des Körpers, wie Achselhöhlen, Intimbereich und Füße, wo feuchtwarmes Klima herrscht, ist in den meisten Fällen ausreichend, da sich dort besonders viele Schweißdrüsen befinden. Waschen mit Seife entfernt 90 bis 95 Prozent der oberflächlichen Mikroorganismen.

Daher sollte mit Seife sparsam umgegangen werden, Syndets oder milde Duschbäder gehen zudem schonender mit dem Säureschutzmantel um als Seifen. Produkten ohne oder mit möglichst wenigen Zusätzen von Parfümen und Duftstoffen sollte der Vorzug gegeben werden. Körperpflegeprodukte wie Enthaarungsmittel oder andere Chemikalien können aggressiv sein. Oft reagiert die Haut erst Jahre später auf diese Stoffe empfindlich.



THE GREAT LACK OF OXYTOCIN – DER MANGEL AN OXYTOZIN

oder warum deine Brustatmung zu einem Mangel an Sauerstoff (Oxygen) in deinem körperlichen Nerven-Sinn-System (NSS), Herz-Kreislauf (RS) und Stoffwechselsystem (MLS) führt.

Als ich im Laufe meiner Forschungen darauf stieß, dass die vier Elemente, also **Feuer, Wasser, Erde** und **Luft** die zentralen „Dinge“ sind, die jedes Wesen auf diesem Planeten zum Leben braucht war mir zunächst die substanzielle Notwendigkeit des „Elementes **Luft**“ nicht unbedingt bewusst. Selbstverständlich sind alle Elemente wichtig. Verbinden und manifestieren sie sich doch in fein abgestimmter Kombination miteinander und ermöglichen dem Wesen ein natürliches Leben. So wird aus eben diesen vier Basiselementen die für den „Betrieb“ des Organismus essentielle **Energie**, oder der „Äther“, „Chi“, „Darma“, wie viele alte Lehren es nennen und berichten.

Die moderne Wissenschaft, Medizin und daraus resultierende Bereiche wie Pharmazie, Chemie, Medizintechnik mit all ihren Apparaten und Arzneien vermitteln den Eindruck dass es zum Leben selbst komplexe und komplizierte Systeme benötigt und vergessen dabei sich auf die Grundessenz des Lebens zu besinnen.

Ich respektiere und bewundere die Forscher, Wissenschaftler und Mediziner die sich auf die „technische Schulmedizin“ versteifen und gegen ein System ankämpfen, dessen Krieg niemals zu gewinnen ist.

D.h. dem modernen Menschen sollte auch irgendwann einmal einleuch-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

ten, dass eine aggressive Handlung wie Krieg, Konflikte, streiterische Auseinandersetzungen und nie enden wollende Diskussion von vorne herein zum Scheitern verurteilt sind.

Irgendwann habe ich dann mal gem. Don Quijote erkannt, dass ich einen Kampf gegen Windmühlen niemals gewinnen kann. Und so lasse ich Menschen in ihrem Glauben und gönne mir meine Ruhe.

Jedes Wesen lebt in einer Wirklichkeit und Wahrheit – in seiner eigenen!

Aber zurück zum Thema Oxytocin!

Dazu nehme ich gerne Auszüge und Erkenntnisse aus Wikipedia, die zwar allesamt nicht stimmen müssen, jedoch können! ☺

Wikipedia also: **Oxytocin** (auch Ocytocin, setzt sich zusammen aus dem altgriechischen „**okys**“, deutsch ‚schnell‘ und altgriechisch „**tokos**“, deutsch ‚Geburt‘. Es wird zu **okytokos** = „leicht gebärend“; im Deutschen manchmal auch **Oxitozin** genannt) ist ein im Gehirn produziertes Hormon, welches eine wichtige Bedeutung unter anderem beim Geburtsprozess, bei dem es die Gebärmutter dazu bringt, sich zusammenzuziehen und damit Wehen auslöst, einnimmt.

Zudem stimuliert Oxytocin die Brustdrüsen zur Abgabe von Milch. Gleichzeitig beeinflusst es nicht nur das Verhalten zwischen Mutter und Kind sowie zwischen Geschlechtspartnern, sondern auch ganz allgemein soziale Interaktionen.

Das Neuropeptid aus der Gruppe der Proteohormone wird im Nucleus paraventricularis und zu einem geringen Teil im Nucleus supraopticus (beides Kerngebiete im Hypothalamus) gebildet. Von hier wird Oxytocin über Axone zum Hinterlappen (Neurohypophyse) der Hypophyse (deutsch: **Hirnanhangdrüse**) transportiert, zwischengespeichert und bei Bedarf abgegeben.



Henry Dale entdeckte Oxytocin 1906 in der **Hypophyse**. Er beschrieb die Wirkungen des Oxytocins zuerst in Verbindung mit dem Geburtsbeginn und der Geschwindigkeit der Geburt. Kurz darauf kam er zu Forschungsergebnissen, die ihm den Zusammenhang zwischen Oxytocin und der Sekretion von Muttermilch beim Stillen nahelegten. Oxytocin wurde zusammen mit Vasopressin erstmals 1953 von Vincent du Vigneaud isoliert und synthetisiert, wofür er 1955 den Nobelpreis für Chemie erhielt.

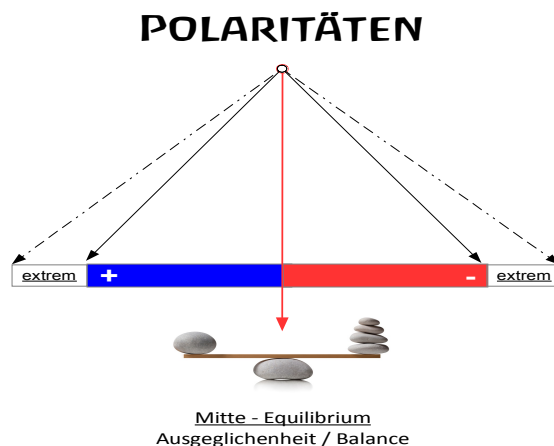
Heute ist bekannt, dass Oxytocin sowohl als Hormon als auch als Neurotransmitter wirkt. Die Bandbreite seiner Wirkung ist daher größer als ursprünglich angenommen.

Jetzt bin ich allerdings kein Wissenschaftler oder Molekularbiologe um auf die, wirklich in tiefste Ebenen hinabsteigenden, Zusammenhänge einzusteigen, einzugehen, zu begreifen oder weiter zu forschen. Dafür gibt es ja die Wissenschaft schließlich.

Und meine Bestimmung in meinem Leben ist nicht micro-kosmisches Wissen aufzubauen und zu leben. Meine Aufgabe im Leben ist mich zu erkennen, meine Funktion zu erfahren, meine Fähigkeiten zu entwickeln und zwar exakt in der Mitte zwischen dem **Micro-** und dem **Macro-Kosmos**. Daher konzentriere ich mich auf das **Wesentlichste** und verliere mich nicht im Detail, wie es viele Menschen meinen tun zu müssen.

Ich glaube in der folgenden Darstellung der Polaritäten und Extremitäten kann man sich gut bildlich vorstellen, was ich damit meine:

Das darf allerdings jedes Wesen mit sich selbst ausmachen, wie es die Welt sehen möchte.





DocQuizzle – Heile deine Seele – Selbstheilung

Durch meine einigermaßen zentrierte Sichtweise aus der Mitte ist es mir möglich ein ziemlich exaktes Bild der Wirklichkeit, der Wahrheit und des Wesentlichen zu erhaschen.

In diesem Gedankengang kam ich zu der Erkenntnis, dass sich das Hormon Oxytocin, in dem der Name **Ocygene**, also das Element Sauerstoff, vorkommt und die chemische Formel für dieses **Hormon** sich auch noch hauptsächlich mit O₂-Atomen, also Oxygen, ein gasförmiges, nicht-metallisches Element aus der 2. Periode und der 16. Gruppe des chemischen Periodensystems besteht, zu ellenlangen Molekularketten zusammenbindet.

Es ist demnach für mich interessant festzustellen, dass, wenn dieses Hormon eine zentrale Rolle spielt in der Bildung in der Hypophyse (Hirnanhangdrüse), einer Drüse im endokrinen System der Menschen und Tiere, und ein Zusammenhang zwischen den sieben Chakren und den 12 Sinnen der Lebewesen auf diesem Planeten besteht, dann lohnt sich doch ein Augenmerk auf die ganzheitliche Zusammensetzung dieses Konzeptes.

Wie ich weiter oben schon in „Das Auge des Horus – mystisches Licht der Seele,“ auf Seite 17 feststellte, dass Einflüsse von Außen wesentlich die Funktion unserer inneren Organe (dort die Zirbeldrüse = Epiphyse) beeinflusst, so verhält es sich also ebenso mit der Bildung des Hormons Oxytocin, das in der Hypophyse entsteht und überwiegend aus den Elementen N = Stickstoff, H = Wasserstoff und O = Sauerstoff als „Oxytocin-Neurophysin-1“ eine Kette von 106 Aminosäuren bildet.¹

Hellhörig wurde ich in einem Vortrag auf einer einwöchigen vedischen Tantra-Veranstaltung in der portugiesischen Algarve als wir über die Kundalini-Energie sprachen:

¹ bei allem Verständnis, wer da tiefer einsteigen möchte, den werde ich nicht aufhalten, gute Reise!



Kundalinia und das Nerven-Sinne-System

Das Gehirn ist sowohl eine fantastische und bezaubernde Schöpfung als auch ein großes Energie konsumierendes Organ. Es verbraucht bis zu 20% der für den Körpererholungsprozess bzw. Stoffwechselprozess verfügbaren Energie.

Den Weg den wir einschlagen um unser Leben zu meistern ist durch Wiederholung der meisten Dinge im Leben die wir tun gekennzeichnet. Denken und Erleben ist stetiger Wiederholungsprozess.

Das Gehirn und der gesamte Rest des physischen Körpers sind verbunden durch das Nerven-Sinne-System. Und je mehr wir denken, desto weniger Muskelversorgung erhalten die übrigen Organe wie Herz, Lunge, Muskeln, Bänder, etc.

Je mehr wir denken, desto weniger fühlen wir in den Körper. Die Nerven versorgen und helfen dem System in dem sie Informationen aus den Sinnesorganen an das Gehirn senden um sicherzustellen, dass der Organismus sich nicht in einer Gefahr befindet.

Jetzt schicken allerdings Gedanken des Zweifels und der Sorge in einem angespannten und ummandelten Körper inadequate Signale an das Gehirn und das „Nervenkostüm“ schaltet von „normal“ auf Flucht (flight) und Kampf-Modus (fight).

Wenn die Verspannungen (Faszien) nicht befreit, gelöst sind werden die Verspannungen und Sorgen zu einer Gewohnheit. In den einzelnen Zellen deines Körpers sind deine Gefühle aus Äonen der Vergangenheit gespeichert. Es ist der Speicher deiner Erinnerung und auch gut so! Dadurch kannst du dich an wundervolle Begebenheiten erinnern und leider auch, da jede Medaille zwei Seiten hat, an suboptimale.

Wenn jetzt allerdings die Kundalini-Energie sich entlang der Chakren



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

durch den Körper bewegt, veranlasst sie den Körper, sich in einer neuen, anderen Art zu bewegen und dadurch neue Pfade durch das Nerven-Sinne-System einzuschlagen. Sie möchte eine Art Verzerrung der Erfahrungswerte des Körpers erreichen und sofern es in einem sicheren und entspannten, relaxten Umfeld geschieht, wird sich durch die Aufgabe der alten Gewohnheiten zu Gunsten der neuen Erfahrungswege des Lebens einstellen. Und das in einem sehr engen Zusammenhang mit dem Hormon **OXYTOCIN!**

Dieses Hormon Oxytocin hat einen machtvollen Effekt auf die Entstehung neuer Verbindungen im autonomen Nerven-Sinne-System. Wenn also der Körper während einer Kundalini-Reise (Freisetzung der Kundalini-Energie) mit Oxytocin durchflutet wird, wirkt sich das auf das gesamte Wesen aus.

Neue Wege im Denken zu gehen, die nicht urteilend jedoch höchst kreativ sind, hat einen bedeutsamen Effekt auf die Persönlichkeit eines Wesens. Darüberhinaus stärkt es das **Immun-System**, die **Atmung**, den **Kreislauf**, den **Verdauungs-** und **Entsorgungsprozess**, das **Schlafverhalten** und vor allem das **Wachstum** (geistig, seelisch wie physisch).

Das Hormon ist auch noch verantwortlich für die Codierung und den Produktionsanstoß der Zellrezeptoren der Hormone Dopamin, Serotonin und Endorphine, die offensichtlich im Hypothalamus gebildet werden. Das bedeutet das es für dich einfacher ist, dich motiviert, fröhlich und glücklich zu fühlen .

Es hat also einen wesentlichen Einfluß auf unsere Psyche. Es gibt uns die Kraft uns mehr zu öffnen, zu anderen Wesen in unserem Umfeld zu verbinden und ermöglicht uns, unsere eigenen als auch andere mimischen und gestikularen Ausdrücke² besser zu verstehen.

2 Mimik und Gestik, also Gesichts- und Körpersprache eines Wesen



Die nachhaltige Auswirkung von OXYTOCIN und KUNDALINI-Erwachen ist weniger Stress, Depression (Niedergeschlagenheit) und Ärger. Meiner Ansicht nach ist auch der Umgang mit Ängsten, Scham und Schuld dadurch heilbar.

Es befähigt uns auch mit den niederen Schwingungen anderer Wesen besser zurecht zu kommen.

Der Energie-Orgasmus

Das Erwachen der Kundalini-Schlange³ bringt orgastische Wellen durch unseren gesamten Körper. Nicht nur der physische, sondern ebenfalls die nicht-physischen Leiber, also Ätherleib, Astralleib, Seelenleiber und Geist werden mit diesen Energie-Wellen durchströmt. Es kann sich darstellen als Welle des vollen Bewusstseins und der Stärke, eine zappelnde, kribbelnde oder schlängelnde Bewegung wie ein Lurch oder ein ruhiger, delikater Farbverlauf im Inneren, was sehr erleuchtend ist.

Der Kundalini-Energie erlauben durch den Körper zu fließen ist eine Loslassen von allem. Du kannst es nicht erzwingen. Das Fließen durch die Körper öffnet die Chakren. Die Chakren sehe ich als Energiezentren welche die Körper, den Verstand, das höhere Bewusstsein, die subtilen Energie verbinden, die das individuelle Bewusstsein mit dem universalen Bewusstsein vereint.

Jedes Chakra hat seine eigene Qualität und Funktion im Gesamtsystem und, verglichen mit der westlichen Schulmedizin, sehen wir eine Korrelation zu den endokrinen Organen. Das bedeutet gleichzeitig, dass, wenn ich meine Chakren öffne, es mir hilft eine Balance in den gesamten Hormon-Level herzustellen, als auch die Zirbeldrüse (pineal gland) für den

³ ich spreche im Rahmen von KUNDALINI im allgemeinen vom weiter oben ausgeführten 5. Element, dem Äther!



DocQuizze - Heile deine Seele - Selbstheilung

Ausstoß des göttlichen Moleküls „DMT“ = Dimethyltryptamin (siehe auch den Abschnitt Warum ist DMT interessant? auf Seite 33!)

Also, das Öffnen der Pforten für wahrhaftige Wahrnehmung (perception), die verborgenen Geheimnisse sowie das intuitive Wissen und Weisheit in dir. Kundalini bringt heilende Kräfte und Stärke. Sobald deine Kundalini-Schlange frei ist und dadurch dein Herz in der Wahrhaftigkeit, wirst du durch deine Transformation die Kraft und Energie besitzen andere Wesen zu erwecken, zu erleuchten, mitzureisen in eine Welt die schöner ist, als es sich die Menschen in der dritten Dimension jemals vorstellen können.



BEWUSSTSEIN UND SCHWINGUNGSFREQUENZ

Bewusstsein und Schwingungsfrequenz gehen Hand in Hand.

Wenn ihr eine niedrige **Frequenz** habt, dann habt ihr einen niedrigen **Bewusstseinszustand** und eine schlechte **Wahrnehmung**.

Wenn ihr eine hohe Frequenz habt, dann seid ihr in einem erhöhten Bewusstseinszustand und eure Wahrnehmung ist ebenfalls besser.

Umso niedriger eure **Schwingungsfrequenz**, umso niedriger ist eure **Fähigkeit** zu begreifen, weil euer Ego eure Lebenskraft, die Quelle eurer Energie, einschränkt. Es schränkt auch den Fluss der **Intuition** und **Liebe** durch euren **Geist** und **Körper** ein.

Umso höher eure **Schwingung** ist, umso mehr erlaubt ihr einen grösseren **Fluss** eurer **Lebenskraft** durch euren Geist und Körper. Wenn ihr die Schwingung haltet und bedingungslose **Liebe** aussendet, dann erhöht ihr euer **Bewusstsein** und auch von denen, die in euer Energiefeld kommen.

Eure Emotionen sind ein biochemisches Feedbacksystem.

Eure Emotionen sind erschaffen, um euch zu jeder Zeit eure Schwingung zu reflektieren. Ihr könnt an Schwingungen in negativer und positiver Sicht denken. Es gibt Milliarden unterschiedlicher Frequenzen innerhalb dieser Reihe. Aber was am wichtigsten ist, wenn ihr an das Erhöhung eurer Schwingung denkt ist, dass ihr zwischen negativer Schwingung und



positiver Schwingung unterscheidet. Und ihr werdet an eurem Gefühl herausfinden, in welcher Schwingung ihr euch befindet.

Wenn ihr eine Emotion fühlt, die sich nicht gut anfühlt, dann befindet ihr euch in einer niedrigen Schwingung. Wenn ihr eine Emotion fühlt, die sich gut anfühlt, dann befindet ihr euch in einer hohen Schwingung. Um eure Schwingung also zu erhöhen, müsst ihr euch dazu veranlassen, positive Gefühle zu haben.

Was ist es also, was Emotionen erschafft?

Es sind **Gedanken**. Eure **Emotionen** reflektieren eure **Gedanken** und **Gedanken** sind **Schwingung**. So pickt ihr in eurem Leben Gedanken auf, die entweder in einer hohen Frequenz oder einer niedrigeren Frequenz schwingen. Oder irgendwo dazwischen.

Aber wir wollen darüber nachdenken, welche Gedanken wir denken, die verursachen, ob wir uns gut oder schlecht fühlen.

Wenn ihr eure Schwingung erhöhen möchtet, ist es die beste Möglichkeit euch dazu zu bewegen positive Gedanken zu denken, damit ihr euch emotional gut fühlt.

Nichts ist wichtiger, als die **Gedanken**, die ihr denkt, ganz egal worauf ihr euch konzentriert oder was ihr tut. Das ist der Punkt, der eine Person daran hindert, in einer wirklich hohen **Frequenz** zu bleiben, während diese mit einer Person redet, die eine sehr niedrige **Schwingung** hat.

Ihr könnt euch nicht auf Dinge konzentrieren, die verursachen, dass ihr euch schlecht fühlt und dabei eine hohe Schwingung halten. Ihr müsst euch auf **Dinge** fokussieren, die verursachen, dass ihr euch **gut** fühlt, damit ihr in einer hohen **Schwingung** bleibt.



Ich gebe euch ein Beispiel von mir. Ich habe viele Klienten, die in einem Krankenhaus sind. **Ich werde mir selbst und ihnen nichts Gutes tun, wenn ich in ihren Raum gehe und mich sofort auf Ungerechtigkeit, die die Versicherungsgesellschaften ihnen antun, ihren Zustand der Krankheit oder dem tiefen Leiden, in dem sie sind, fokussiere.** Wenn ich das tue, handele ich nicht in bedingungsloser Liebe zu ihnen. Ich konzentriere mich negativ auf sie und ihre Situation. Wenn ich das tue, verhindere ich nicht nur ihre Heilung, ich bin auch nicht in der Lage ihnen zu geben, was Menschen brauchen, die in einer niedrigen Schwingung sind.

Sie brauchen euch, um völlig da zu sein, sie brauchen euch, um widerzuspiegeln, wie bedingungslose Liebe und positives Denken aussehen.

Wenn ich in ein Krankenzimmer gehe, indem jemand liegt, der eine Krankheit hat, und ich konzentriere mich auf sein Leiden und nicht auf seine Heilung, dann sinkt meine Schwingung damit sofort.

Was können wir stattdessen tun?

Wir gehen in den **Raum** und fokussieren uns auf unsere Version des Erkrankten in einem perfekten gesunden Zustand. Wir fokussieren uns auf alles, das ihnen mehr Linderung bringt. Wir konzentrieren uns auf die **Wahrheit**, dass *sie ewige Wesen sind, die mächtige Schöpfer sind* und wir konzentrieren uns darauf, wie gut es sich anfühlt, jemandem die Hände zu halten, während sie ihren Übergang, potenziell sogar in den Tod machen, während wir in ihre Augen blicken und ihnen ohne Worte erzählen, dass *es nichts gibt, um Angst davor zu haben und dass sie nicht allein sind*. Während wir das tun, sind wir die ganze Zeit für sie bewusst da. Wir geben ihnen bedingungslose Liebe und **Energie** mit einer hohen Schwingung, die von dieser Art **Fokussierung** kommt.

Wenn ihr momentan auf negative Gedanken fokussiert seid, dann ist ei-



nes der besten Dinge die **Meditation**. Wenn wir **meditieren**, hören wir auf zu **denken**. Es ist einfach, von negativen Gedanken in eine **Gedankenlücke** zu gehen und von dorthin zu positiven Gedanken, als direkt von negativ zu positiv. **Meditation hilft also wirklich gut.**

Als **Alternative** könnt ihr euch in die **Sicht** des **Beobachters** begeben. Das ist ein Zustand, ohne zu werten, ohne eure Gedanken zu kritisieren, einfach dazusitzen und zu beobachten. Jetzt, wenn ihr etwas ohne Urteil beobachtet, was ihr tut, schaut ihr auf einen Gedanken und investiert nicht wirklich darin.

Wenn wir in einen Gedanken investieren, entscheiden wir in uns, ob die **Idee** wahr oder nicht wahr **ist**. Es sind nur Gedanken. Beurteilt nicht, was ihr beobachtet oder findet, das heisst ausserhalb des Egos zu sein. Erlaubt eurem Ego auszudrücken, was auch immer es braucht, ob seine **Wut, Kummer** und **Selbstgerechtigkeit**, was auch immer es ist, lasst es herauskommen.

Das Aufschreiben eurer Gefühle könnte auch nützlich sein. Wenn ihr schreien oder kreischen oder auf ein Kissen schlagen wollt oder tun müsst, dann tut es, um eure Energie raus zulassen. Es gibt nichts in euch, was in seiner Basis nicht nett ist. Ihr wisst am besten, was euch in eine hohe Schwingungsfrequenz bringt.

Mit anderen Worten wisst ihr am besten, was ihr genießt, was euch veranlasst, positive Gefühle zu fühlen. Ihr solltet euch also vertrauen, über eure Gefühle zu den Dingen, die ich jetzt aufführen werde. Die Sachen, die wir machen könnten, um unsere Schwingung zu erhöhen, sind endlos.

Aber ich bin dabei, euch einige Vorschläge zu geben, wie ihr eure Schwingung erheben könnt, die darauf gestützt sind, worauf ich schaue, wenn ich **Leute** im Allgemeinen beobachte.



Vorschläge zur Schwingungs- und Stimmungserhöhung

1. Nehme dir bewusste positive Änderungen in deinem Lebensstil, Glauben, Ängsten und Urteilen vor. Verwende deine Intuition zu diesem Punkt, weil du wahrscheinlich am besten weißt, welche Arten von Dingen du potenziell in deinem Leben ändern kannst, um in der hohen Frequenz zu leben.

2. **Musik** ist eines der erstaunlichsten **Schwingungswerkzeuge**, die wir haben, weil es alle Grenzen durchquert und es eine Art ist, die Gedanken Seiten schnell zu ändern. Das Ego widersteht der **Hochfrequenz** von Musik nicht. So, wenn du Musik verwendest, veranlasst du deine eigene Schwingung, auf die Frequenz der Musik einzusteigen, der du zuhörst. Das ist wirklich alles, ehrlich darüber zu sein, welche Musik sich für dich gut fühlt.

3. Verbringe Zeit in der Nähe von **Leuten, Plätzen, Dingen**, die eine hohe Schwingung von sich aus haben. Diese könnten geistige Lehrer sein, es könnten **Freunde** sein, es könnten **Tiere** sein, es könnten **Kristalle** sein. **Natur** ist ein gutes Beispiel von etwas, was eine sehr hohe Frequenz hat, weil Natur in einem **Zustand** des **Nichtwiderstandes** ist. Immer wenn du dich mit etwas beschäftigst, das eine hohe Schwingung hat, wirst du feststellen, dass deine Frequenz daraufhin ansteigt.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

4. Irgendetwas, das anregend ist, ist dabei, deine Frequenz zu erheben. Lese **Bücher**, die verursachen, dass du dich gut über dich in der Welt fühlst, sieh **Filme**, die bewirken, dass du dich gut fühlst, begeistere dich und höre geistigen Lehrern zu, die dich begeistern und dich veranlassen, zu deiner eigenen Herrlichkeit zu erwachen.

5. **Sport**. Physische Bewegung verursacht nicht nur Energie, sich zu bewegen und füllen dein Gehirn mit Sauerstoff, es stimuliert die Ausgabe von Glückshormonen (Endorphinen), welches Frequenz erhöhende Chemikalien sind, die dich zu wahrer Freude und Heiterkeit bringen. Stelle sicher, dass du eine Übung machst, die du gern magst, nicht eine Übung, für die du dich zwingen musst, weil es darum geht, deine Schwingung zu erhöhen.

6. **Aromatherapie** oder **Farbtherapie**. Genau wie die Musik dich veranlasst, dich mit der Frequenz der Musik einzustimmen. Aromatherapie und Farbtherapie bewirken, dass du dich mit der Frequenz einer beliebigen Zutat einstimmst, welche als Aroma/Duft oder Farbe gewählt wird.

7. Schreibe deine positiven Gefühle auf oder erstelle eine Dankbarkeitszeitschrift. Das muss nicht unbedingt eine Zeitschrift sein, wenn du Probleme damit hast, etwas aufzuschreiben. Ich habe nur gerade gefunden, dass der **Schreibprozess** sehr hilft, um eine hohe Frequenz zu halten.

Aber du kannst, wenn du möchtest, es auch nur gedanklich machen. Wenn du zum Beispiel im Auto fährst, könntest du eine **Schnitzeljagd** für positive Aspekte machen. So könntest du umherfahren und dich der Welt auf eine positive Art und Weise nähren. Es ist meine bevorzugte Ab-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

sicht, nach Dingen zu suchen, die ich sehen möchte, die mich gut fühlen lassen, wenn ich darauf schaue. So könntest du fahren und sagen: "Oh, ich mag die Farbe dieses Autos." Oder du könntest fahren und sagen: "Ich mag die Tatsache, dass Mütter die Hände ihrer Kindes halten."

Was auch immer es ist, dass du das magst, du schaust darauf. Es ist wichtig, sich auf die positiven Dinge zu konzentrieren, da sie deine Schwingung hoch halten werden.

8. Verbringe viel Zeit im **Wasser**. **Licht** ist die Manifestation, die die Schwingung hält, die der reinen Quellenergie am nächsten kommt. Wasser ist die zweithöchste Schwingung zur Quellenenergie. Jedes Mal, wenn wir Zeit im Wasser verbringen, haben wir eine höhere Schwingung. Das ist der Grund, warum es sich so gut anfühlt, zu duschen oder ein Bad zu nehmen. Und deshalb haben wir nach der Berührung mit Wasser, das Gefühl, das es uns gereinigt hat, weil es so hoch schwingt.

9. Übe wiederholende **Wohltaten**. Viele von euch haben das Video gesehen, das ich vor zwei Wochen über das Üben von wiederholenden Wohltaten veröffentlicht habe. Dieses Video heißt „**Herausforderung**“. Immer wenn du bedingungslose **Liebe** ausstrahlst, bist du in einer höheren Schwingung. Es ist eine der besten Sachen, die du machen kannst, um deine Schwingung zu erhöhen.

10. **Selbsterkundung**. Jedes Befragen von dir wird dich in immer höhere Niveaus des Bewusstseins bringen und dich von Angst und Grenzen befreien. Umso mehr du weißt und umso mehr du dich aus der Box heraus bewegst, umso einfacher wird es, dich permanent in einer hohen



Schwingung zu halten.

11. **Lachen** und **Lächeln**. Alles, was dich zum Lachen oder Lächeln bringt, steigert automatisch deine Schwingung. Das geschieht, wenn die erhöhte Schwingung dich veranlasst, etwas von dieser positiven Energie zu entladen.

So verbringe wirklich die Zeit mit dem Versuch, jene Dinge herauszufinden, die dich veranlassen, zu **lächeln** und zu **lachen**. So wirst du dich dann dem Glück hingeben müssen und die Priorität für persönliches Glück über alles andere stellen.

Ich lege wirklich Wert darauf, dass du deine **Frequenz anhebst**. Wenn du dich der Anhebung deiner Frequenz gewidmet hast, kannst du dir nicht den Luxus eines negativen Gedankens gewähren. Wenn du jedoch einen negativen Gedanken hast, solltest du ihm nie widerstehen. Indem es dich frustriert, dass er da ist, widersetzt du dich. **Widerstand**. Mit anderen Worten bekämpfst du das Feuer mit dem Feuer.

Also, akzeptiere dich gerade dort, wo du bist. Drücke es auf eine gesunde Weise aus und dann bewege dich in die Richtung, dich emotional besser zu fühlen. Jegliches, was dir Heiterkeit bringt, hilft dir, deine Frequenz zu erhöhen. Aber ich will dich an etwas sehr Wichtiges erinnern. Als das es zur Anhebung deiner Frequenz kommt, ist es nicht nötig, darauf viel Zeit zu verwenden.

Um deine Frequenz zu veranlassen, sich zu erheben, kann nichts wirklich deine Realität beeindrucken. Also alles was geschieht, wenn du dich in so etwas wie Musik einfühlst oder in einen Duft oder eine Person, bedeutet, dass diese Sache dir ihre höhere Frequenz anbietet.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Es ist jetzt deine Wahl, diese Vibration als deine eigene anzunehmen und hineinzugehen. Es ist immer eine Wahl, manchmal fühlt es sich nicht bewusst so an, als dass wir diese Wahl treffen, aber es ist immer eine Wahl. Du bist derjenige, der schliesslich die Schwingung vergrössert. Nichts anderes kann dich veranlassen, das zu tun. Du verwendest einfach dieses andere Ding, wie Musik oder einen Duft oder eine Person als eine Entschuldigung, deine eigene Frequenz zu erheben, indem du das Angebot dieser höheren Frequenz annimmst und es dann akzeptierst. Die Anhebung deiner Frequenz ist nicht so schwer, wie es scheint.

Es benötigt keinerlei okkulte Kenntnisse und Meisterschaft. Es braucht nur, dass du dich auf deine Gefühle einstimmst, ständige Selbstbeobachtung, um sich mehr bewusst zu werden und bewusst zu sein und das Engagement für dein eigenes persönliches Glück. Erinnerung dich, dass deine Gefühle der Gradmesser deiner Frequenz und deiner Schwingung sind. umso besser du dich fühlst, je höher ist deine Schwingung.

Es ist wirklich so einfach!

HERZ ÜBER KOPF UND WIE WIR BEIDE ZU FREUNDEN MACHEN

„Hör auf das, was Dein Herz Dir sagt“ ... heißt es immer wieder und vielleicht hältst auch Du das für Eso-Quatsch. Als könnte das Herz was anderes tun als stumpf pumpen! Klar, so etwas wie ein Bauchgefühl kennt man schon, aber auch das wird sich alles nur in einem Teil des Gehirns im Kopf abspielen. Oder?

Wenn Du diesen Artikel liest, wirst Du vielleicht genauso perplex sein wie ich, als ich das erste Mal von den vielen Studienergebnissen rund um die Sprache des Herzens erfuhr. Kann gut sein, dass Du Dich und Dein Herz



und die Welt danach mit anderen Augen siehst.

Erst seit etwa 20 Jahren arbeiten Kardiologen und Psychologen enger zusammen. Bis dahin wusste man zwar, dass das Hirn das Herz beeinflusst.

Zum Beispiel so: emotionaler Stress erhöht das Herzinfarkt-Risiko stärker als Rauchen, und eine Depression nach einem Herzinfarkt, die Todeswahrscheinlichkeit mehr, als alle anderen bekannten Faktoren.

Doch erst seit die Wissenschaftler aus den verschiedenen Bereichen ihre Köpfe zusammen stecken, ist klar, wie sehr das Gleichgewicht des Herzens auch das Gehirn ununterbrochen beeinflusst. Viel mehr noch:

Das Herz hat ein eigenes kleines Gehirn.

Seit kurzem ist erst bekannt: das Herz hat – ebenso wie der Darm – ein eigenes Netzwerk aus etwa 40.000 Neuronen, eine Art eigenes kleines Gehirn.

Dieses Herz-Gehirn kann unabhängig vom Kopf:

eigenständig wahrnehmen (Sinne)

die Funktion des Herzens regulieren, je nachdem, was es wahrnimmt

sich entsprechend von Erfahrungen verändern, also erinnern und lernen

Veränderungen schneller spüren als das Kopf-Gehirn,

also die Zukunft intuitiv „vorhersehen“

das Kopf-Gehirn und den gesamten Organismus beeinflussen

Neben den Neuronen besitzt das Herz über eine eigene Hormonfabrik, mit der es mittels der Hormone Adrenalin und Noradrenalin die Leistungsfähigkeit und den Blutdruck steuern kann.



Außerdem kann diese Fabrik das herzeigene Hormon **Oxytocin** freisetzen. Das passiert zum Beispiel beim Orgasmus, wenn sich Liebende umarmen oder wenn eine Mutter ihr Kind stillt. Oxytocin stärkt die emotionale Bindung. (siehe The great lack of oxytocin – Der Mangel an Oxytocin auf Seite 64)

Nicht nur über Hormone beeinflusst das **Herz-Gehirn** das **Kopf-Gehirn**. Es ist über das vegetative Nervensystem direkt mit ihm verbunden und kann so auch direkt auf das Kopf-Gehirn einwirken.

Die Forscher haben weiterhin herausgefunden: das elektromagnetische Feld des **Herzens** ist das größte des menschlichen Körpers und kann über mehrere Meter Entfernung gemessen werden.

Es kann nicht nur den eigenen Körper, sondern auch die Hirnwellen von Mitmenschen in unserer Nähe beeinflussen und sich mit ihnen synchronisieren. Andere Menschen können unsere „Herz-Energie“ daher spüren.

Dass es dieses elektromagnetische Feld gibt, liegt in der Evolution begründet. Die elektromagnetische Kommunikation ließ Gruppen sich besser austauschen und verstehen, was in früheren Zeiten überlebenswichtig war. Diese „unsichtbare“ Kommunikation kann man heute noch an Vogel- oder Fischeschwärmen beobachten, die, scheinbar willkürlich von einem auf den anderen Moment ihre Flugrichtung ändern und zwar nahezu alle gleichzeitig – wie ist das möglich?

Was das Herz und sein Gehirn tun, hängt davon ab, ob es im Gleichgewicht ist. Gerät das Herz aus den Fugen, tut es das emotionale Gehirn auch. Und anders herum: wenn wir lernen, wie wir es ins Gleichgewicht bringen können, tun wir unseren Gedanken, Gefühlen und dem ganzen Organismus etwas Gutes.



Das Herz im (Un)gleichgewicht.

Nur, wenn **Anspannung** – etwa als Kampf oder Flucht – und **Entspannung** (also YIN und YANG) gleichermaßen gut funktionieren, arbeitet das Herz harmonisch. Um sich schnell anpassen zu können, ist das Intervall der Herzschläge ständig im Wechsel: keine zwei Herzschläge hintereinander haben denselben zeitlichen Abstand.

Wie ein Fußball-Torwart beim Elfmeter hin und her springt, tut es das Herz auch. Es bleibt in Bewegung und passt sich in jeder Sekunde an kleinste Kleinigkeiten an. Zumindest bei gesunden Menschen zeigen sich daher gleichmäßige Wellen auf einem Monitor, der die Abstände zwischen den Herzschlägen aufzeichnet.

Wird das Herzintervall auf diese Weise gleichmäßig kürzer und länger, wechseln sich also kurze und lange Abstände zwischen den Herzschlägen ebenmäßig ab, spricht man von „**Kohärenz**“.

Das **Gegenteil** der Kohärenz wird als „**Chaos**“ bezeichnet. Hier sind die Wechsel nicht mehr gleichmäßig wie Wellen, sondern auf Monitoren als irre gezackte Linie sichtbar: mehrere gleichschnelle Schläge treten hintereinander auf, dann ein paar langsamere hintereinander, statt ständig zwischen schneller und langsamer zu wechseln.

eventuell so zu erklären

Kohärenz ist : Ding – da, da, da - Ding - da, da, da – Ding, usw.

Chaos ist : Ding, da, da, Ding, Ding, Ding, da, Ding, da, da ...

In der Kohärenz kann sich das Herz viel besser an Veränderungen anpassen, es liegt eine hohe „**Herzratenvariabilität**“ vor. Bei der Geburt ist diese Herzratenvariabilität am höchsten, wenn wir sterben, ist sie am niedrigsten.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Dass die Herzratenvariabilität abnimmt und wir immer mehr ins Herz-Chaos verfallen, liegt vor allem daran, dass wir im Laufe des Lebens trainieren, ständig aufs Gaspedal des Körpers zu treten, aber das Bremsen verlernen.

Während das gesunde Herz schnell auch auf kleine Gefühlsschwankungen reagiert, tut es das kranke immer weniger, wodurch Bluthochdruck, Diabetes, Krebs und Herzinfarkte begünstigt werden.

Im schlimmsten Fall – wenn das Herz bei Gefühlsschwankungen überhaupt nicht mehr reagiert – ist das ein sehr gefährliches Zeichen: ein plötzlicher Herzstillstand und Tod ist nie wahrscheinlicher als in diesem Fall der komplett stillstehenden Herzratenvariabilität.

Sind Herz und Gehirn jedoch im Gleichgewicht, dann, so zeigen Studienergebnisse:

atmen wir ruhiger

haben einen niedrigeren Blutdruck

verbrauchen weniger Energie

altern langsamer

haben eine bessere Immunabwehr und sind
dadurch deutlich seltener erkältet

sind weniger verspannt

sind weniger müde und gestresst und weniger
anfällig für Ängste und Depressionen

kommen emotional besser mit den Anforderungen des Lebens zurecht

erleben mehr Flow-Zustände

Eine weitere Studie zeigte: Kinder mit einer höheren Kohärenzrate lei-



den viel weniger darunter, wenn ihre Eltern sich scheiden lassen.

Drei Jahre nach der elterlichen Trennung waren sie psychisch weniger davon beeinflusst, hatten mehr positive Gefühle, konnten sich besser an andere Menschen binden und waren in der Schule leistungsfähiger.

Zum Glück können wir lernen, das Herz ins Gleichgewicht – in die Kohärenz – zu bringen. Das geht mit dem sogenannten Herz-Kohärenz-Training.

Das Herz ins Gleichgewicht bringen (Übung).

Die folgende Übung wurde am Heart-Math-Institute in Kalifornien erforscht und entwickelt.

Ihr Name: **Herz-Kohärenz-Übung.**

Die Herz-Kohärenz-Übung ist eine Art Meditation, jedoch kein klassisches Entspannungsverfahren. Sie hat nichts mit der Anzahl der Herzschläge selbst zu tun, sondern nur mit deren gleichmäßigem Wechsel.

Kohärenz lässt sich bei einem Puls von 50 genauso erzeugen wie bei einem Puls von 150 und ermöglicht innere Ruhe auch bei Anspannung und in Stresssituationen.

Die Übung besteht aus drei Schritten:

1. Schritt: *Zweimal langsam und tief einatmen. Dabei auf die Atmung konzentrieren und nach dem langsamen Ausatmen kurz pausieren, bis der Körper von sich aus nach dem nächsten Atemzug verlangt.*



DocQuizzle – Heile deine Seele – Selbstheilung

So wird der entspannende Parasympathikus aktiviert, man tritt also schon mal auf die Körperbremse.

2. Schritt: *Weiter langsam und tief einatmen, ohne die Atmung willentlich zu beeinflussen. Dabei stellt man sich bildlich und sinnlich vor, man würde durch das Herz atmen (wer sein Herz noch nicht spürt, kann sich vorstellen, wie er durch den zentralen Brustbereich atmet).*

Beim Einatmen vorstellen, wie das Herz all die frische, beruhigende, reinigende Luft bekommt, die es braucht.

Beim Ausatmen vorstellen, wie alle überflüssigen Abfallstoffe weggeblasen werden.

Das Herz dabei beobachten, als würde man ein Kind beobachten, wie es friedlich und wohligh spielt.

3. Schritt: *Ruhig weiteratmen. Nun auf ein Gefühl von Wärme und Ausdehnung in der Brust achten und / oder auf Gefühle von Dankbarkeit oder Liebe.*

Unterstützen kann man dies, indem man an einen geliebten Menschen oder ein geliebtes Tier denkt, an einen schönen Urlaubstag oder an ein Bild friedlicher Ruhe inmitten der Natur.

Die Erinnerungen lösen positive Gefühle aus, und positive Gefühle können genauso schnell zu Kohärenz führen, wie Angst, Sorgen, Traurigkeit oder Zorn, Herz-Chaos auslösen.

Die Übung dauert höchstens ein paar Minuten. Sie wirkt umso schneller und besser, je regelmäßiger man sie anwendet. Je länger man sie einübt,



DocQuizzle – Heile deine Seele – Selbstheilung

umso schneller gelangt das Herz in Gleichgewicht und Kohärenz, und man selbst in ein Wohlgefühl.

Nach einem eintägigen Herz-Kohärenz-Training an mehreren Tausend Führungskräften in Großbritannien und den USA und der täglichen Übung über sechs Monate wurden die Teilnehmer befragt, wie sich das Training ausgewirkt hatte. Die Ergebnisse:

Sechsmal weniger Teilnehmer als vorher klagten über Schlaflosigkeit

Achtmal weniger fühlten sich „angespannt“

Fünfmal weniger fühlten sich „ausgelaugt“

Fast alle gaben an insgesamt gedanklich leistungsfähiger zu sein und sich besser konzentrieren zu können, auch unter Stress

Doch auch schon nach den ersten Übungen wirkt sich die Herz-Kohärenz-Übung deutlich aus.

Die Sprache des Herzens verstehen (Übung).

Wir haben gesehen: das Herz hat ein eigenes kleines Gehirn und es beeinflusst Körper und Geist auf vielfältige Weisen. Wir haben weiter gesehen, wie wichtig ein Gleichgewicht im Herzen für uns ist.

Dieses Gleichgewicht spielt auch eine wichtige Rolle, wenn wir mit unserem Herzen reden – also die Sprache des Herzens verstehen – wollen.

Nur in dieser Kohärenz können wir direkt mit dem Herzen kommunizieren. Wenn Du wissen willst, „was Dein Herz Dir sagt“, kann Dir die folgende Übung Klarheit verschaffen. Sie stammt ebenfalls vom Heart-Math-Institute und geht so:



Herz-Kohärenz herstellen (siehe Übung oben)

sich eine Frage stellen,

zum Beispiel „Liebe ich ihn wirklich?“

oder „Will ich diesen Job wirklich von ganzem Herzen

hinter mir lassen?“.

dabei auf das Herz konzentrieren.

was passiert, wenn Du Dir diese Frage stellst?

a. Fühlt es sich **warm** (bzw. wärmer als zuvor) in der Herzgegend an, fühlt es sich so an, als würden sich Brustkorb, Herz und Liebe ausdehnen? Dann lautet die Antwort des Herzens **JA**.

b. Fühlt es sich hingegen eher so an, als würde sich das Herz zurückziehen und verschließen, dann lautet seine Antwort **NEIN**.

Es gibt auch noch eine zweite Übung dazu, eine, mit der sich man sich leichter entscheiden und zukünftigen Stress so gering wie möglich halten kann:

Wenn es ein Problem gibt, das Dir Stress bereitet, nimm einen Zettel und schreibe auf, was Du darüber denkst und wie Du Dich mit dem Problem fühlst.

Herz-Kohärenz herstellen (siehe Übung oben)

Frage Dich, wie eine bessere Reaktion auf das Problem aussehen könnte. Eine Reaktion, die den zukünftigen Stress für Dich damit so weit wie möglich reduziert.

Schreibe auf, was Dein Herz auf diese Frage antwortet (auch dann, wenn Dir die Antwort als zu einfach oder zu abwegig erscheint).



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Vergleiche die Antwort, die Du im ersten Schritt niedergeschrieben hast, mit dem, was Dein Herz geantwortet hat. Was fühlt sich besser für Dich an ... einfacher ... fließender?

Empfehlung: Was das Herz antwortet, muss nicht immer wahr sein und nicht immer befolgt werden. Vielleicht kriselt es gerade nur vorübergehend in der Beziehung oder im Job.

Aber: man kann die Sprache des Herzens immer mit in seine Überlegungen und Entscheidungen einbeziehen, zum Beispiel, um zu schauen, ob Herz und Verstand im Einklang sind.



DIE FINALE INKARNATION EINES MENSCHEN

> Die maximale geistige und seelische Entwicklung <

Ein jeder Mensch befindet sich in einem so genannten **Inkarnationszyklus / Reinkarnationszyklus**. Dabei ist dieser Zyklus dafür verantwortlich, dass wir Menschen unzählige Leben erfahren und diesbezüglich stets, ob bewusst oder unbewusst (in den meisten anfänglichen Inkarnationen unbewusst), versuchen, diesen Zyklus zu beenden und zu durchbrechen.

In diesem Zusammenhang gibt es daher eine **finale Inkarnation**, in der unsere eigene seelische und geistige Inkarnation abgeschlossen wird und man diesen Zyklus durchbricht.

Man hat dann im Grunde genommen einen Bewusstseinszustand geschaffen, in dem ausschließlich positive Gedanken und Emotionen ihren Platz finden und man selbst diesen Zyklus nicht mehr benötigt, da man das Spiel der Dualität gemeistert hat.

Man unterliegt dann keinen **Abhängigkeiten** mehr, lässt sich nicht mehr von negativen **Gedanken** dominieren, hält sich selbst nicht mehr in selbstgeschaffenen **Teufelskreisläufen** gefangen, sondern man besitzt dauerhaft einen **Bewusstseinszustand**, der von **bedingungsloser Liebe** geprägt wird.

Aus diesem Grund spricht man hier auch gerne von einem kosmischen Bewusstsein bzw. von einem **Christus-Bewusstsein**.

Mit dem Christus-Bewusstsein, ein Begriff der in letzter Zeit immer bekannter wird, ist daher lediglich ein vollkommen positiv ausgerichteter Bewusstseinszustand gemeint, aus dem wiederum ausschließlich eine



positive Realität heraus entsteht.

Der Name stammt daher, da man diesen Bewusstseinszustand gerne mit dem von Jesus Christus vergleicht, da ja laut Erzählungen und Schriften Jesus ein Mensch war, der bedingungslose Liebe predigte und an die empathischen Fähigkeiten eines Menschen, stets appellierte.

Es ist aus diesem Grund daher ein vollkommen hochschwingender Bewusstseinszustand. Was das betrifft ist alles in Existenz mentaler, geistiger Natur.

Daran anknüpfend besteht der eigene Geist auch wiederum aus energetischen Zuständen, Energie, die auf einer entsprechenden Frequenz schwingt. Positive Gedanken und **Emotionen** sind energetische Zustände, die eine hohe Frequenz aufweisen. Negative oder gar destruktive Gedanken und Emotionen sind energetische Zustände, die eine niedrige Frequenz aufweisen.

Die Ausrichtung unseres eigenen Geistes bestimmt die Qualität unseres eigenen Lebens, da wir immer die Dinge in unser eigenes Leben ziehen, mit denen unser eigener Geist auch in Resonanz steht ...!!

Je besser es einem Menschen geht, je positiver er gestimmt ist, je mehr positive Gedanken und Emotionen seinen eigenen Geist auszeichnen, desto höher schwingt in der Folge auch sein eigener Bewusstseinszustand.

Die Schaffung eines göttlichen Bewusstseinszustandes

Da das komplette eigene Leben letzten Endes nur ein Produkt des eigenen Bewusstseinszustandes ist, besitzt dann in der Folge auch die kom-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

plette eigene Realität, dass komplette eigene Leben, einen hochschwingenden Zustand.

In diesem Zusammenhang erreicht man einen solchen Zustand auch erst in der letzten Inkarnation. Man hat alle eigenen Urteile abgelegt, betrachtet alles aus einem urteilsfreien, aber dennoch friedfertigen Bewusstseinszustand heraus und unterliegt keinen dualitären Mustern mehr.

Ob Habgier, Neid, Eifersucht, Hass, Wut, Trauer, Leid oder Angst, all diese Gefühle sind dann in der eigenen Realität nicht mehr präsent, stattdessen sind im eigenen Geiste nur noch Gefühle der Harmonie, des Friedens, der Liebe und der Freude präsent.

Man überwindet so sämtliche dualitäre Muster und teilt Dinge nicht mehr in **gut** oder **schlecht** ein, urteilt nicht mehr über andere Dinge, zeigt dann nicht mehr mit dem Finger auf andere Menschen, da man vollkommen friedfertiger Natur ist und ein solches Denken nicht mehr benötigt.

Man lebt ein Leben in **Ausgleich** und zieht nur noch die Dinge in das eigene Leben, die man auch benötigt. Der eigene Geist ist nur noch auf **Fülle**, statt auf **Mangel** ausgerichtet.

Letztlich unterliegen wir auch keinerlei **Negativität** mehr, erzeugen keine negativen **Gedanken + Emotionen** mehr und beenden in der Folge den eigenen **Inkarnationszyklus**.

Parallel dazu ereilen einen auch außergewöhnliche **Fähigkeiten**, die einem gegenwärtig noch vollkommen fremd erscheinen könnten. Fähigkeiten, die sich wahrscheinlich in keinsten Weise mit den derzeitigen Überzeugungen und Glaubenssätzen decken würden.

Wir überwinden dann unseren eigenen **Alterungsprozess**, müssen in der Folge nicht "sterben" (den Tod gibt es an sich nicht, er ist lediglich



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

ein Frequenzwechsel, der unseren Geist, unsere Seele, in eine neue Da-seinsebene transportiert).

Wir sind dann wahrlich Meister unserer eigenen Inkarnation geworden und unterliegen keinen irdischen Mechanismen mehr (Wer mehr zu den Fähigkeiten wissen möchte, den kann ich nur diese Artikel empfehlen: Das Erwachen der Macht – Die Wiederentdeckung magischer Fähigkeiten, Der Lichtkörperprozess und seine Stufen – Die Ausbildung des eigenen göttlichen Selbst – **siehe weiter unten!**).

Mithilfe unseres eigenen schöpferischen Potenzials, mithilfe unserer eigenen gedanklichen Fähigkeiten sind wir in der Lage, ein Leben zu erschaffen, dass wiederum vollkommen unseren eigenen Vorstellungen entspricht ...!!

Natürlich ist dies auch kein leichtes Unterfangen, da wir in dieser Welt noch von sämtlichen **Dingen** abhängig sind, wir noch sehr vielen selbst-geschaffenen **Blockaden** und negativen **Gedanken** unterliegen, da wir noch mit der **Entfaltung** unseres eigenen seelischen **Verstandes** zu kämpfen haben.

Dennoch ist ein solcher Zustand wieder realisierbar und ein jeder Mensch wird seine finale Inkarnation erreichen, darin besteht kein Zweifel. In diesem Sinne bleibt gesund, zufrieden und lebt ein Leben in Harmonie.



DAS ERWACHEN DER MACHT **– DIE WIEDERENTDECKUNG MAGISCHER FÄHIGKEITEN!!!**

Einzigartige Magische Fähigkeiten

Tief im Inneren eines jeden Menschen schlummern magische Fähigkeiten die jenseits unserer Vorstellungskraft liegen. Fähigkeiten, die das Leben eines jeden Menschen von Grund auf erschüttern und verändern können.

Diese Macht ist auf unsere schöpferischen Qualitäten zurückzuführen, denn ein jeder Mensch ist Erschaffer seiner eigenen gegenwärtigen Grundlage bzw. Realität. Dank unserer immateriellen, bewussten Präsenz ist jeder Mensch ein multidimensionales Wesen das zu jeder Zeit, an jedem Ort seine eigene Realität formt.

Diese magischen Fähigkeiten gehören zum heiligen Gral der Schöpfung. Wie man diese wieder erlangen kann, erkläre ich euch in diesem Beitrag.

Eine Voraussetzung: Grundlegendes Verständnis für Spiritualität

Eines sei vorab gesagt. Dass was ich hier schreibe muss nicht zwingend auf jeden zutreffen. Meines Erachtens nach müssen bestimmte Kriterien erfüllt sein um diese Fähigkeiten wieder zu erlangen, dennoch sind diese nicht ausschlaggebend für jeden Menschen, sie sind eher die Regel, Ausnahmen gibt es natürlich dennoch.

Ich fange erst mal ganz von vorne an. Ein Hauptkriterium zur Entfaltung eigener magischer Fähigkeiten ist ein grundlegendes **Verständnis** und



Akzeptanz für das spirituelle **Universum**.

Um magische **Fähigkeiten** voll zu entwickeln, ist es sehr wichtig das spirituelle Universum kennen zu lernen und zu verstehen.

Alles in Existenz besteht aus Bewusstsein.

Ob der Mensch, Tiere, Universen, Galaxien, alles ist letztlich nur ein materieller Ausdruck eines immateriellen Bewusstseins. Ohne Bewusstsein kann nichts existieren! Bewusstsein ist dabei die höchste schöpferische Instanz in Existenz. - All is mind! - Alles ist Geist!

Alles entsteht aus Bewusstsein und den daraus resultierenden Gedankengängen heraus. Genau so ist auch dieser Artikel aus meiner gedanklichen Vorstellungskraft heraus entstanden. Jedes hier verewigte Wort wurde zuerst von mir erdacht, bevor es niedergeschrieben wurde, bevor es auf physischer Ebene manifestiert wurde.

Dieses Prinzip kann man auf das gesamte Leben eines Menschen übertragen. Wenn jemand spazieren geht tut er dies nur aufgrund seiner gedanklichen Vorstellungskraft. Zuerst wurde das Szenario gedanklich erdacht, danach wurde es in die Tat umgesetzt.

Aus diesem Grund ist jede begangene Handlung nur auf die eigene gedankliche Kraft zurückzuführen. All das, was man in seinem Leben erfährt, macht oder erschafft ist nur dank unseren Gedanken möglich, ohne diese könnten wir uns nichts vorstellen, nichts planen, nichts erfahren und nichts kreieren. Aus diesem Grund ist auch Gott, sprich die höchste Instanz in Existenz, reiner bewusster Schöpfergeist.



Das erwachen spiritueller Kräfte

Ein gigantisches Bewusstsein, das in allen materiellen und immateriellen Zuständen zum Ausdruck gelangt, sich dabei durch **Inkarnation** individualisiert und selbst erfährt.

Das heißt jeder Mensch ist so gesehen selber Gott bzw. ein bewusster Ausdruck Gottes. Deshalb ist Gott auch allgegenwärtig und permanent präsent. Du blickst in die Natur und siehst Gott, denn die Natur ist genau wie der Mensch auch nur ein Ausdruck raumzeitlosen Bewusstseins.

Alles ist Gott und Gott ist alles.

Alles ist Bewusstsein und Bewusstsein ist alles.

Das ist auch ein Hauptgrund warum Gott nicht für das Leiden auf unserem Planeten verantwortlich ist.

Dieses Resultat ist ausschließlich auf energetisch dichte Menschen zurückzuführen die bewusst Chaos in ihrem eigenen Geiste legitimieren und ausleben!!

Wenn jemand einem anderen Menschen Schaden zufügt, dann trägt nur diese Person die volle Verantwortung dafür. Gott ist keine materielle, drei-dimensionale Person die über oder hinter dem Universum existiert und über uns wacht.

Gott ist eine immaterielle, 5-dimensionale Präsenz, ein Urgrund der aus intelligentem Schöpfergeist besteht. Gott bzw. Bewusstsein besitzt dabei faszinierende Eigenschaften.

Bewusstsein ist genau wie die daraus entspringenden Gedanken raumzeitlos. Wenn du dir jemals in deinem Leben vorgestellt hast wie ein



raumzeitloser "Ort" aussehen könnte, dann kann ich dir nur gratulieren, denn in diesem Moment hast du einen solchen Zustand erfahren.

Gedanken sind nämlich raumzeitlos, weswegen man sich auch alles vorstellen kann was man möchte. Ich kann jetzt genau in diesem Moment komplexe gedankliche Welten erschaffen, ohne dabei von Raumzeit begrenzt zu werden.

In Gedanken herrscht keine Zeit und kein Raum.

Physikalische Gesetze wirken auf Gedanken daher auch nicht ein. Wenn du dir etwas vorstellst sind dir keine Grenzen gesetzt, es gibt kein Ende, Gedanken sind aufgrund dieser Tatsache unendlich und zeitgleich schneller als **Lichtgeschwindigkeit** (Der Gedanke ist die schnellste Konstante in Existenz).

Die energetische Entdichtung der eigenen Realität

Bewusstsein bzw. Gedanken weisen aber noch andere wichtige Merkmale auf. Eines davon ist die Tatsache, dass Bewusstsein aus reiner Energie, aus energetischen Zuständen besteht, die auf gewissen Frequenzen schwingen.

Dabei besitzen diese energetischen Zustände die Fähigkeit der energetischen Veränderung. Diese grundlegende Energie, die auch als **Raum-Äther, Prana, Qi, Kundalini, Orgon, Od, Akasha, Ki, Odem** oder **Äther** bekannt ist, kann sich aufgrund einhergehender Wirbelmechanismen verdichten oder entdichten (Bei uns Menschen nennt man diese links und rechtsdrehenden Wirbelmechanismen auch Chakren).

Materie ist so gesehen nichts weiteres als energetische Dichte. Je dichter ein energetischer Zustand ist, man könnte auch sagen, je niedriger die Frequenz ist auf der Energie / Bewusstsein schwingt, desto materiel-



ler wird diese.

Im Umkehrschluss lassen energetisch lichte Zustände die eigene Realität höher schwingen, entdichten. Dabei muss man verstehen das **energetische Dichte** auf **Negativität** zurückzuführen ist.

Sämtliche negative Gedanken blockieren unseren energetischen Fluss und verdichten unsere eigene Realität.

Wir fühlen uns schlechter, unwohler, dichter und belasten so unserer eigene Existenz. Wer beispielsweise **eifersüchtig** ist, **neidisch**, **wütend**, **traurig**, **gierig**, **urteilend**, **belächelnd** usw. ist, der verdichtet in diesem Moment aufgrund energetisch dichter Gedanken das eigene Schwingungsniveau (Damit möchte ich nicht sagen dass diese Gedanken falsch oder schlecht sind, im Gegenteil, diese Gedanken sind wichtig um erstens aus ihnen zu lernen und um zweitens um den eigenen egoistischen Verstand noch tiefgründiger zu erfahren).

Auf der anderen Seite entdichten positive Gedanken und Handlungen die eigene energetische Grundlage. Wenn jemand **glücklich** ist, **ehrlich**, **liebend**, **fürsorglich**, **mitfühlend**, **zuvorkommend**, **harmonisch**, **friedfertig** usw. dann lässt dieses positive Gedankenspektrum das eigene feinstoffliche Kleid lichter werden.

Aus diesem Grund kann man diese Fähigkeiten auch nur erlangen in dem man ein reines Herz hat.

Jemand der niedere Ambitionen hat oder vor hat diese höheren Fähigkeiten zu missbrauchen, kann diese auch nicht erlangen, denn niedere Ambitionen verdichten ja den eigenen energetischen Zustand und schneiden einen so von der allgegenwärtigen Schöpfung ab.

Man sollte im Interesse anderer handeln, anstatt im Eigeninteresse, dann sind einen sowieso keine Grenzen mehr gesetzt. Um so lichter der eigene



energetische Zustand schwingt, desto feinfühler wird man auch.

Das ganze wirkt sich auf allen existenziellen Ebenen eines Menschen aus. **Teleportation** bzw. die Fähigkeit der eigenen Dematerialisierung kann man beispielsweise nur dann erlangen wenn man die eigene energetische Grundlage vollkommen entdichtet.

Irgendwann schwingt der eigene materielle Körper so hoch, dass man sich automatisch in eine raumzeitlose Dimension hinein auflöst. Man wird vollkommen immateriell und kann sich zu jeder Zeit, an jedem Ort wieder beliebig materialisieren.

Jemand der aber durchgehend energetische Dichte produziert kann diese Dematerialisierung nicht erfahren.

Skepsis und Urteile blockieren unseren Geist

Vorteilhaft bei der energetischen Entdichtung hat sich ein unvoreingenommener und freier Geist erwiesen. **Jemand der beispielsweise nicht an diese Fähigkeiten glaubt, diese belächelt, verurteilt oder gar verpönt kann diese Fähigkeiten nicht erlangen.**

Wie soll man auch etwas erlangen was in der eigenen gegenwärtigen Realität nicht präsent ist oder nicht existiert. Zumal Urteile bzw. die Skepsis daran auch wieder nur energetische Dichte ist.

Wenn man etwas belächelt erzeugt man in diesem Moment energetische Dichte, denn ein solches Verhalten ist suprakausal, irrational. Hier ist auch noch wichtig zu wissen dass sämtliche energetische Dichte von dem eigenen egoistischen Verstand geschaffen wird, energetische Lichte wird wiederum von dem seelischen, intuitiven Verstand erzeugt.

All das was einem selbst schadet, sprich jeglicher energetisch dichter Zustand wird ausschließlich von unserem niederen Verstand erzeugt. Des-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

halb ist es auch von äußerster Wichtigkeit zur Erlangung dieser Fähigkeiten, den eigenen egoistischen Verstand vollkommen aufzulösen.

Man darf keine energetische Dichte mehr produzieren und muss im **Wohle** der **Schöpfung** handeln. Man wird irgendwann selbstlos und handelt nur noch im Interesse anderer Menschen. Man handelt dann nicht mehr aus einem ICH heraus, sondern aus einem WIR. Man isoliert sich geistig nicht mehr, sondern verbindet sich geistig so mit dem Bewusstsein anderer Menschen (Aus energetischer, bewusstseins-technischer Sicht betrachtet sind wir sowieso alle miteinander verbunden).

Ein starker Wille ist ausschlaggebend

Wenn man sich das ganze Konstrukt vor Augen führt dann wird einem auch bewusst dass die eigene Willenskraft von äußerster Wichtigkeit zur Entfaltung dieser Fähigkeiten ist.

Wenn man die eigene Realität nämlich vollkommen entdichten will, muss man auf alles verzichten was den eigenen energetischen Zustand belastet. Man muss quasi ein Meister der eigenen Inkarnation werden, ein **Meister des Verzichts**.

Man muss Herr seiner äußeren Umstände werden. Ein vollkommen positives Gedankenspektrum ist beispielsweise auch nur dann möglich wenn man erstens den eigenen **EGO Verstand** ablegt, sprich man nur noch aus reinem Herzen handelt, man sich zweitens vollkommen natürlich ernährt und auf alles verzichtet was einem selbst schadet (Kaffee, Alkohol, Nikotin, Fastfood, Chemisch verunreinigte Lebensmittel, qualitativ schlechtes Wasser, Aspartam, Glutamat, tierische Proteine und Fette jeglicher Art usw.), wenn man so gesehen nichts isst um seinen Geschmackssinn zu befriedigen, sondern einzig und allein um den eigenen Organismus rein zu halten.



Dabei kann man auch festhalten dass beide Punkte miteinander verknüpft sind. Schlechte Lebensmittel nimmt man nur aufgrund energetisch dichter Gedanken zu sich. Umgekehrt führen nur EGO Gedanken zu energetisch verunreinigten Lebensmitteln. Wenn man auf all das verzichtet, dann stärkt man ungemein die eigene Willenskraft.

Einige Menschen glauben, dass ein solcher Verzicht die eigene Lebensqualität stark mindert, doch dem kann ich nur widersprechen. Wenn man selbst auf alles verzichtet was einem schädigt, **dann führt das zu einem riesigen Selbstbewusstsein und zu einer extrem starken Willenskraft.**

Man lässt sich nicht mehr von eigenen Sinnen verleiten oder täuschen, sondern man kann problemlos mit niederen Begierden umgehen, im Gegenteil, diese lösen sich sogar größtenteils nach der Zeit auf, da man feststellt, dass dieser Verzicht, diese enorme Willenskraft einem selber viel mehr Lebensqualität schenkt.

Welche Fähigkeiten kann man erlangen?

All jene die du dir vorstellen kannst. Es gibt keinen Gedanken den man nicht realisieren kann, sei er noch so abstrakt.

In der Regel sind es aber so genannte Avatar Fähigkeiten die sich in der eigenen Realität manifestieren.

Teleportation, Dematerialisierung, Materialisierung, Telekinese, Apportation, Levitation, Hellsichtigkeit, Allwissenheit, Selbstheilung, vollständige Unsterblichkeit, Telepathie und vieles mehr.

All diese göttlichen Fähigkeiten sind tief in unserer immateriellen Hülle verborgen und warten nur darauf eines Tages von uns gelebt zu werden.

Ein jeder Mensch besitzt dabei die Möglichkeit diese Fähigkeiten in sein



Leben zu ziehen und ein jeder Mensch geht dabei seinen eigenen ganz speziellen Weg.

Manche werden diese Kräfte in dieser Inkarnation erreichen, manch andere werden diese vielleicht in der nächsten Inkarnation erfahren. Dafür gibt es keine festgelegte Formel.

Letztendlich sind wir jedoch selbst für das Erfahren dieser Fähigkeiten verantwortlich und niemand anderes. **Wir selber sind Schöpfer unserer eigenen Realität** und **erschaffen unser eigenes Leben.**

Auch wenn der Weg bis zu diesen Fähigkeiten, bis zu diesem Bewusstseinszustand schier unmöglich oder nur sehr schwer zu bewältigen scheint, so kann man dennoch beruhigt sein, denn alles kommt zur richtigen Zeit, am richtigen Ort zu einem. (und da du raumzeitlos lebst, ist es so was von egal wann und wo das ist ****grins****)

Wenn es dein größter Wunsch ist diese Fähigkeiten zu erlangen, dann zweifel auch zu keiner Sekunde daran, wenn du es wirklich willst, du fest entschlossen bist dann wirst du es auch schaffen, daran zweifel ich zu keiner Sekunde. In diesem Sinne, bleib gesund, zufrieden und leb ein Leben in Harmonie.

DER LICHTKÖRPERPROZESS UND SEINE STUFEN – DIE AUSBILDUNG DES EIGENEN GÖTTLICHEN SELBST!!!

Einzigartiges Licht und Finsternis

Die Menschheit befindet sich aktuell in einem so genannten Aufstieg ins Licht. Häufig wird hier auch von einem Übergang in die fünfte Dimension



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

gesprachen (Mit der 5. Dimension ist dabei kein Ort an sich gemeint, sondern viel mehr ein höherer Bewusstseinszustand, in dem harmonische und friedvolle Gedanken / Emotionen ihren Platz finden), sprich ein gewaltiger Übergang, der letztendlich dazu führt, dass ein jeder Mensch eigene egoistische Strukturen auflöst und in der Folge wieder eine stärkere seelische Anbindung erlangt.

In diesem Zusammenhang ist dies auch ein übergreifender Prozess, der erstens auf allen Daseinsebenen in Erscheinung tritt und zweitens aufgrund ganz spezieller kosmischer Umstände, unaufhaltsam ist.

Dieser **Quantensprung** ins **Erwachen**, der uns Menschen am Ende des Tages zu multidimensionalen, voll-bewussten Wesen aufsteigen lässt (Sprich Menschen, die ihre eigenen Schatten / Ego Anteile ablegen und anschließend wieder ihr göttliches Selbst, ihre seelischen Aspekte verkörpern) wird dabei als **Lichtkörperprozess** bezeichnet.

Der Lichtkörperprozess ist dabei ein Prozess der dafür zuständig ist, dass wir Menschen wieder unseren eigenen Lichtkörper (**Mer-ka-ba**) voll ausbilden. Dabei wird dieser Prozess in verschiedene Stufen unterteilt, die alle samt unterschiedliche geistige und seelische Entwicklungen mit sich bringen.

Grundlagen und wichtige Hinweise
zur Veränderung der eigenen Frequenz!!!

Lichtkörperprozess

Bevor ich mit der Erklärung und vor allem den einzelnen Stufen des Lichtkörperprozess beginne, möchte ich euch ein paar wichtige Grundlagen und Hinweise mit auf den Weg geben.



DocQuizzle – Heile deine Seele – Selbstheilung

Zu allererst sei gesagt, dass ein jeder Mensch über einen individuellen Lichtkörper verfügt. Dieser Lichtkörper besitzt dabei das **Potenzial**, sich energetisch ausdehnen zu können. Diese Ausdehnung findet vorrangig durch die **Aufnahme** von **Licht** statt.

Licht steht in diesem Kontext für Energie, die wiederum auf einer sehr hohen **Frequenz** schwingt. Man könnte hier auch von positiven Gedanken sprechen, sprich Gedanken der **Liebe**, der **Harmonie**, des **Glücks**, des **Friedens**, der **Freude** usw., denn all dies wären nämlich Gedanken, die mit einer positiven Empfindung / Emotion aufgeladen wären, also Gedanken, die eine sehr hohe Schwingungsfrequenz aufweisen.

Abseits dessen ist ein jeder Mensch letztendlich auch ein **Ausdruck** von **Bewusstsein**, ein **Produkt** seines eigenen Geistes. Was das betrifft ist die gesamte Existenz oder besser gesagt der Urgrund der gesamten Existenz ein gigantisches Bewusstsein (ein großer Geist), der alles in Existenz durchströmt und sämtlichen existierenden Zuständen Form verleiht. Wir Menschen besitzen dabei so gesehen einen Teil dieses Bewusstseins und erfahren mithilfe dieses Geistes die Schaffung unseres eigenen Lebens.

Wir sind ein **Ausdruck** unseres eigenen Bewusstseinszustandes und die gesamte äußere Welt ist daher lediglich eine immaterielle / mentale Projektion unseres eigenen Bewusstseinszustandes.

Geist bzw. Bewusstsein besitzt dabei auch noch die faszinierende Eigenschaft, aus Energie zu bestehen, – Energie, die wiederum auf einer entsprechenden Frequenz schwingt (Alles ist **Energie** / **Information** / **Frequenz** / **Schwingung** / **Bewegung** – Stichwort: Morphogenetische Felder).



Je positiver dabei unser eigenes **Gedankenspektrum** ausgerichtet ist, desto höher schwingt anschließend auch unser eigener Bewusstseinszustand und in Folge dessen natürlich auch der eigene physische Körper und die komplette eigene Existenz.

Negative Gedanken bzw. ein negatives Gedankenspektrum (Negative Glaubenssätze, Überzeugungen, Gewohnheiten, Verhaltensweisen, Gedanken und Emotionen) senkt dabei die Schwingungsfrequenz des eigenen Bewusstseinszustandes herab, unsere eigene energetische Grundlage verdichtet sich und die Ausdehnung des Lichtkörpers wird gehemmt.

Somit gibt es verschiedene Faktoren die das eigene Schwingungsniveau massiv herabsenken und für ein so genanntes Abschwingen im Lichtkörperprozess sorgen.

Verminderung der eigenen Schwingungsfrequenz:

Hauptgrund für eine Herabsenkung des eigenen Schwingungsniveaus sind in der Regel immer negative Gedanken (Unsere Welt ist ja auch ein Produkt unserer eigenen Gedanken). Dazu zählen Gedanken des Hasses, der Wut, Eifersucht, Gier, Missgunst, Habgier, Trauer, Selbstzweifel, Neid, Urteile jeglicher Art, lästern usw.

Jegliche Formen von **Ängste**, dazu zählen unter anderem Verlostängste, Existenzängste, Lebensängste, die Angst vor dem Verlassen werden, Angst vor der Dunkelheit, Angst vor Krankheiten, Angst vor sozialen Kontakten, Angst vor der Vergangenheit oder der Zukunft (= fehlende geistige Präsenz in der Gegenwart), Angst vor Zurückweisungen.

Ansonsten zählen dazu auch jegliche Formen von **Neurosen** und **Zwangsstörungen**, die wiederum auf Ängste, die im eigenen Geiste le-



gitimiert werden, zurückzuführen sind.

Das **Handeln** aus dem egoistischen **Verstand**,

3-dimensionale **Verhaltensweisen**,

Produktion energetischer **Dichte**,

Erzeugung von niedrigen **Frequenzen** (EGO Verstand produziert negative Gedanken, Erfahrungen und in der Folge negative Handlungen bzw. Frequenzen)

materiell orientiertes **Handeln**, = ausschließliche Fixierung auf **Geld** oder **materielle Güter**,

keine **Identifikation** mit der eigenen **Seele**, fehlende **Selbstliebe**,

Verachtung / **Missachtung** anderer Mitmenschen, der Natur und der Tierwelt.

Weitere regelrechte „Schwingungsfrequenz-Killer“ wären jegliche Formen von **Sucht** und **Gewohnheitsmissbrauch**,

dazu zählen verständlicherweise Zigaretten, Alkohol, Drogen jeglicher Art,

Kaffeesucht, **Medikamentenmissbrauch** bzw. die regelmäßige Einnahme von Schmerzmitteln, Antidepressiva, Schlaftabletten und co.

Geldsucht, die nicht zu unterschätzende **Glücksspielsucht**, anabole Steroide,

Konsum-Sucht, sämtliche **Essstörungen**, Sucht nach ungesunden Lebensmitteln bzw. schweres Essen / Völlerei, Fastfood, Süßigkeiten, Fertigprodukte, Softdrinks, usw. (Vorrangig bezieht sich dieser Ab-



schnitt auf einen dauerhaften oder regelmäßigen Konsum)

Chaotische Lebensumstände, chaotische Lebensweise, das dauerhafte **Aufhalten** in unaufgeräumten / verschmutzten Räumlichkeiten, meiden natürlicher Umgebungen (Wald, Feld, Flur, Parks, Wiesen, Meer, Strände, Flüsse, etc.)

Spirituelle Überheblichkeit bzw. eine allgemeine Überheblichkeit die man an den Tag legt, z.B. **Hochmut, Arroganz, Narzissmus, Egoismus** usw.

Auf der anderen Seite gibt es wiederum extrem viele Faktoren, die das eigene Schwingungsniveau massiv anheben können und eine **Erhöhung** der eigenen Schwingungsfrequenz massivst begünstigen.

Diese Faktoren entdichten die eigene energetische Grundlage, wirken sich sehr positiv auf die eigene physische und psychische Konstitution aus und stärken in der Folge das eigene Geist-Körper-Seele System.

Anhebung der eigenen Schwingungsfrequenz:

Hauptgrund für eine Anhebung der eigenen Schwingungsfrequenz sind immer positive Gedanken, die man im eigenen Geiste legitimiert.

Dazu zählen Gedanken der **Liebe**, der **Harmonie**, **Selbstliebe**, **Freude**, **Nächstenliebe**, **Fürsorge**, **Vertrauen**, **Mitgefühl**, **Demut**, **Barmherzigkeit**, **Gnade**, **Fülle**, **Dankbarkeit**, **Glückseligkeit**, **Frieden** und **Heilung**.



Eine natürliche Ernährung resultiert immer in einer Erhöhung des eigenen Schwingungsniveaus. Dazu zählt der **Verzicht** auf tierische Proteine und **Fette** (insbesondere in Form von Fleisch, da Fleisch negative Informationen in Form von Angst und Tod enthält, ansonsten enthalten tierische Proteine säurebildende Aminosäuren, die wiederum unser Zellmilieu schädigen),

das **Zuführen** von **Vollkornprodukten** (Vollkornreis/Nudeln), Quinoa, Chia Samen, Apfelessig, Meersalz (insbesondere Himalaya-Pinksalz) Linsen, sämtliches Gemüse, sämtliches Obst, Hülsenfrüchte, frische Kräuter, frisches Wasser (Vorrangig Quellwasser oder energetisiertes Wasser, Wasser energetisieren mit Gedanken, oder mit Heilsteinen, – Edelschungit), Tee (kein Beuteltee und frischen Tee nur in Maßen genießen), Superfoods (Gerstengras, Kurkuma, Kokosöl und co.) usw.

Die **Identifikation** mit der eigenen Seele bzw. das **Handeln** aus dieser 5-dimensionalen Struktur, Produktion von energetische Lichte, – von hohen Schwingungsfrequenzen, positives Denken, respektieren der **Natur**, der **Tierwelt**, d.h. aller auf diesem Planeten lebenden Wesenheiten!

hochschwingende, angenehme oder beruhigende Musik, Musik in einer 432Hz Frequenz, Solvaggio Frequenzen

geordnete Lebensumstände, geordnete Lebensweise, das Aufhalten in der **Natur** und vor allem das Aufhalten in aufgeräumten / sauberen Räumlichkeiten

sportliche Betätigung, stundenlanges Spazieren gehen, Bewegung im allgemeinen, **Yoga**, **Tantra**, **Meditation**, usw.

bewusst in der **Gegenwart** (HIER und JETZT) leben, Kraft aus diesem auf ewig ausdehnenden Moment beziehen,



sich nicht in negativ behafteten vergangenen und zukünftigen Szenarien verlieren,

die **Schaffung** von positiven **Glaubenssätzen, Überzeugungen** und **Lebensvorstellungen**

Der konsequente **Verzicht** auf sämtliche **Genuss** und **Suchtmittel** (Je mehr verzichtet wird, desto höher schwingt die eigene energetische Grundlage und desto stärker wird auch die eigene Willenskraft)

Was ist der Lichtkörperprozess und worum geht es eigentlich?

Im Grunde genommen ist der Lichtkörperprozess ein völlig individuell ablaufender Prozess, den man auch aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten kann.

Zum einen ist das ein Prozess, der dazu führt, dass wir Menschen wieder deutlich seelischer werden und uns wieder mit unserem eigenen verloren gegangenen göttlichen Aspekt identifizieren.

Alte, 3-dimensionale Gedankengänge und Verhaltensweisen beginnen sich aufzulösen (werden transformiert / uns somit erlöst) und werden durch höhere Emotionen, Gedanken, Verhaltensweisen und Gewohnheiten ersetzt.

Der eigene 3- dimensionale, egoistische Verstand (hier spricht man auch gerne von unserem materiell orientierten Verstand) wird vermehrt ausvibriert / gewandelt und negative gedankliche Muster / Verstrickungen, die wiederum tief im Unterbewusstsein eines jeden Menschen verankert sind, werden umprogrammiert / abgeändert.

Des weiteren führt dieser Prozess auch dazu, dass wir Menschen wieder



unseren eigenen Lichtkörper vollständig ausbilden. Dieser Umstand wird durch eine signifikante und kontinuierliche **Erhöhung** der eigenen **Schwingungsfrequenz** ermöglicht.

Zeitgleich kann man den Lichtkörperprozess auch mit einem Prozess des geistigen **Erwachens** gleichsetzen. Alte **Glaubensmuster** und **Strukturen**, nachhaltige **Gewohnheiten** und **Überzeugungen** erleben einen radikalen **Wandel** und das eigene **Weltbild** erlebt eine drastische **Veränderung**.

Auf der anderen Seite ist der Lichtkörperprozess aber auch mit der **Wiederentdeckung** unserer eigenen **Göttlichkeit** gleichzusetzen.

Ein jeder Mensch ist ja ein mentaler / geistiger **Ausdruck**, stellt ein Abbild einer göttlichen **Konvergenz** dar und ist aufgrund dessen Schöpfer seiner eigenen Umstände (Wir sind die Gestalter unseres eigenen Schicksals).

Man ist von Gott umgeben, besteht aus diesem, entsteht aus dieser göttlichen / mentalen Struktur heraus und erforscht mithilfe dieser uner-schöpflichen **Kraft** das eigene **Leben**.

Dieser Prozess ist also auch mit einem bewussten Entdecken der Schöpfung zu vergleichen, ein Prozess, in dem man wieder den eigenen Urgrund studiert und die wahren Hintergründe des Lebens kennen lernt.

Zwingenderweise ist an dieses Entdecken natürlich auch das ergründen wahrer globaler **Umstände** geknüpft.

Die Menschheit versteht wieder was wirklich auf unserem Planeten vor sich geht, setzt sich mit dem chaotischen planetaren Umstand auseinander und erfährt in der Folge eine massive **Wahrheitsfindung**.

Politische, wirtschaftliche und industrielle **Intrigen** werden wieder aufge-



deckt und die Menschen können sich aufgrund der erhöhten planetaren Schwingungsfrequenz nicht mehr mit dem energetisch dichten System identifizieren.

12 Entwicklungsstufen zur Ausbildung des Lichtkörpers

Der Lichtkörperprozess wird dabei in 12 verschiedene Stufen eingeteilt, die allesamt verschiedene Entwicklungsstufen darstellen.

An dieser Stelle sei gesagt, dass die einzelnen Stufen im Lichtkörperprozess parallel ablaufen können. Verschiedene Stufen können zeitgleich aktiviert werden und es gibt dabei keine festgelegte Reihenfolge.

Des weiteren läuft dieser Prozess bei einem jeden Menschen völlig individuell ab. Während eine Person schon sehr weit in diesem Prozess fortgeschritten ist, könnte ein anderer sich wiederum gerade am Anfang dieses Prozesses befinden.

Während eine Person gerade in Kontakt mit spirituellen Themen gekommen ist, jedoch nichts über die Scheinwelt weiß, die um seinen Verstand herum errichtet wurde, kann es sehr gut möglich sein, dass eine andere Person wiederum gerade das System und seine versklavenden Mechanismen erforscht, dabei aber bisher noch nicht in Kontakt mit spirituellen Thematiken gekommen ist.

Nun denn, im folgenden werde ich die einzelnen Stufen des Lichtkörperprozesses mal näher beleuchten. Dabei sei an dieser Stelle gesagt, dass im Internet sehr viele Texte zum Lichtkörperprozess existieren. Die meisten dieser Artikel ähneln sich stark und stammen meist aus ein und der selben Quelle.

Aus diesem Grund habe ich mir gedacht, dass ich euch immer zuerst die



klassische bzw. bekannte Erklärung / Variante präsentiere und im Anschluss daran meine persönlichen Gedanken und Erklärungen dazu ergänze.

- - - **Der Lichtkörperprozess und seine Stufen** - - -

Lichtkörperstufe 1

Erste physische Veränderungen.

Plötzlich beginnendes Interesse an Spiritualität usw.

Man hat das Gefühl, unter Strom zu stehen. Es kommt zu Grippeanfällen, Fieberzuständen, Gliederschmerzen und Nadelstichen am Körper, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Übelkeit und Erbrechen, Durchfall und Verdauungsstörungen, Akne, Hautausschlägen, Brennen und Hitze an einzelnen Körperteilen und Gewichtsveränderungen.

Die **DNS-Codierung** wird aktiviert

Der **Zellstoffwechsel** beschleunigt sich, was zur Folge hat, dass alte Traumata, Gifte, Gedanken und Gefühle aktiviert werden

Die **Hirnchemie** verändert sich, es bilden sich neue Synapsen

Mit der ersten Stufe im Lichtkörperprozess beginnt so gesehen der Prozess des geistigen Erwachens. Dieser Prozess fängt damit an, dass man sich plötzlich vermehrt mit spirituellen und anderen mystisch angehauchten Themen auseinandersetzt.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Verschiedene Situationen und Ereignisse führen dazu, dass ein plötzliches spirituelles Interesse geweckt wird und man diesbezüglich Vorurteile, die man im Vorfeld dem entsprechendem Wissen gegenüber hatte, im Keim ersticken lässt.

In der heutigen Zeit handeln sehr viele Menschen noch aus ihrem egoistischen Verstand heraus. In diesem Zusammenhang werden häufig Dinge belächelt, die nicht dem eigenen konditionierten und geerbten Weltbild entsprechen.

Aufgrund gewisser medialer und gesellschaftlicher Instanzen, sind wir häufig voreingenommen und urteilen über die Gedankenwelten anderer Menschen.

Sobald bestimmtes Wissen oder die Gedanken anderer Menschen, für einen selber nicht erklärbar oder gar abstrakt erscheinen, zeigen wir mit dem Finger auf diese Menschen und diskreditieren diese.

Doch wie soll man den eigenen geistigen Horizont erweitern, wenn man Wissen, das nicht dem eigenen Weltbild entspricht, schon von Grund auf belächelt und in diesem Sinne nicht beide Seiten einer Medaille studiert.

Aus diesem Grund öffnen in der Regel viele Menschen zu Beginn des Prozesses ihren Geist und können sich aufgrund dessen wieder vorurteilsfrei mit spirituellen Themen auseinandersetzen (**Spiritualität** = Die Lehre des Geistes – **Geist** = Zusammenspiel von Bewusstsein und Unterbewusstsein, oder auch, – der Raum, in dem alles geschieht, die Kraft, durch die wir Menschen schöpfen können bzw. Gedanken realisieren / manifestieren).

Dieser plötzliche Sinneswandel kann auch dazu führen, dass wir uns anfänglich sehr ermüdet und niedergeschlagen fühlen. Das ganze neue Wissen und vor allem die eigene Frequenzanpassung an diese neuen



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Themengebiete, können recht anstrengend sein und belasten gerade zu Beginn die eigene physische und psychische Konstitution.

Unser Tagesbewusstsein wird vermehrt mit nachhaltigen gedanklichen Mustern konfrontiert!

Desweiteren beschleunigt sich in dieser beginnenden Phase der eigene Zellstoffwechsel, wodurch wieder alte Traumata, Gifte, negative Gedanken / Emotionen, karmische Verstrickungen, alte, nachhaltige Gewohnheiten, Überzeugungen und Verhaltensweisen aktiviert/offen gelegt werden.

Diese negativ behafteten Muster sind dabei tief in unserem eigenen Unterbewusstsein verankert und gelangen immer wieder in das eigene Tagesbewusstsein (Hier spricht man auch gerne von immer wieder auftauchenden Schattenanteilen).

Gerade zu Beginn des Prozess des Erwachens, werden diese niederen Strukturen erstmalig so richtig aktiviert und man erlebt in Folge dessen eine vermehrte Konfrontation mit diesen selbstauferlegten gedanklichen Problemen. Hierzu können auch frühkindliche Traumata oder gar karmischer Ballast zählen, sprich selbst geschaffene karmische Muster, die wir gegebenenfalls sogar schon seit unzähligen Inkarnationen mit uns herum schleppen.

Lichtkörperstufe 2

Weitere physische Veränderungen.

Man beschäftigt sich mit Sinnfragen, mit dem Sein.

Karmastrukturen beginnen sich aufzulösen, die Chakren werden akti-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

viert.

Hinzu kommen die gleichen körperlichen Symptome wie in der 1. Stufe, und zusätzlich Desorientierung.

Der Ätherkörper erhält Licht

Die Kristalle beginnen sich aufzulösen
(Blockaden brechen auf)

In der zweiten Lichtkörperstufe fängt man selbst wieder damit an, nach dem Sinn des Lebens zu fragen. Die eigene Existenz wird zum ersten mal so richtig hinterfragt und man beschäftigt sich mit einigen großen Fragen des Lebens.

Wer oder was bin ich? - Wieso existiere ich und wo komme ich eigentlich her? - Gibt es Gott und wenn ja was ist Gott? - Was ist der Sinn meines Lebens und welche Aufgabe birgt mein sein? - Gibt es ein Leben nach dem Tod, wenn ja was geschieht beim Eintritt des Todes?

All diese Fragen beschäftigen einen Menschen immer mal wieder im Leben, doch gerade in der heutigen Zeit, gerade in den Anfängen des Lichtkörperprozesses rücken diese Fragen wieder vermehrt in das eigene Tagesbewusstsein.

Eine intensive Suche nach der Wahrheit beginnt, was wiederum mit dem studieren unzähliger Quellen und einem stundenlangen philosophieren einhergehen kann.

Man spürt einfach, das man auf dem richtigen Weg ist, dass etwas völlig neues geschieht und man selbst dabei ist, einen neuen Lebensabschnitt zu betreten. Dennoch fällt es einem selber schwer, dass ganze richtig



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

einzuordnen.

Man versucht Antworten auf diese Fragen zu finden, doch stellt man anfänglich fest, dass es noch ein weiter Weg ist, bis man Antworten auf all diese Fragen erhalten / gefunden hat.

Des Weiteren beginnen sich so langsam auch Karmastrukturen aufzulösen. Mit Karma ist wiederum das Prinzip von Ursache und Wirkung gemeint. Man versteht, dass jede Handlung eine entsprechende Wirkung erzeugt und das man dementsprechend selbst für all das verantwortlich ist, dass man im eigenen Leben erfährt.

Sobald man sich vergangener karmischer Muster bewusst wird, wenn man versteht, warum einem selbst gewisse Dinge (meist negative Ereignisse) im Leben widerfahren sind, dann fängt man automatisch damit an **Karmastrukturen** aufzulösen / aufzuarbeiten.

Außerdem beginnt in dieser Stufe die Aktivierung eigener inaktiver Chakren. Chakren sind Wirbelmechanismen, die dafür zuständig sind, dass unsere energetische Grundlage sich verdichten oder entdichten kann (Außerdem gewähren Chakren, welche mit Meridianen / Energiebahnen verbunden sind, einen kontinuierlichen Fluss) .

Negative Gedanken / Überzeugungen / Gewohnheiten verschließen dabei Chakren und sorgen dafür, dass die Energie in diesem Bereich nicht mehr richtig fließen kann.

Sobald man sich wieder verschiedenem spirituellen Wissen bewusst wird, dass sich das Bewusstsein dementsprechend erweitert, wenn man gegebenenfalls eigene Schattenanteile und karmische Strukturen ablegt, dann kann das letztlich mit dazu führen, dass sich wieder einige unserer Chakren öffnen. Genau dieses Phänomen kann in der zweiten Stufe in Kraft treten.



Politische, wirtschaftliche, industrielle und mediale Instanzen werden hinterfragt!

In der zweiten Stufe beginnen wir Menschen auch wieder damit, dass derzeit herrschende politische System zu hinterfragen. Das derzeitige politische System ist -was das betrifft- auch ein energetisch dichtes System, ein System, dass den Geist der Menschen unterdrückt und uns absichtlich in einem Taumel, in einem niedrig frequenten Umstand gefangen hält.

In diesem Prozess beginnt der Mensch daher damit, dieses System in Frage zu stellen und kann sich mit der ganzen Ungerechtigkeit, die ihm nun bewusst geworden ist, in keinster Weise mehr identifizieren.

Des weiteren wird in dieser Stufe unser so genannter Ätherkörper oder Lebensleib nun deutlich stärker mit Licht versorgt. Einfach ausgedrückt ist mit Ätherkörper unsere energetische Präsenz gemeint, die uns Menschen mit Lebensenergie versorgt. Dabei wird dieser Körper aufgrund der neuen Selbsterkenntnisse und des erhöhten Bewusstseinszustandes nun vermehrt mit Licht bzw. positiven Gedanken / hochschwingender Energie versorgt.

Lichtkörperstufe 3

Weitere physische Veränderungen.

Die Sinneswahrnehmungen verstärken sich.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Hellfühligkeit stellt sich ein. Es kommt zum ersten Seelenabstieg. An körperlichen Symptomen kommt es zu Lärm- und Lichtempfindlichkeit, einem empfindlichen Geschmackssinn und erhöhter sexueller Stimulierung.

Ein Bioumwandler-Prozeß beginnt:

Man ist in der Lage, Frequenzen weiterzuleiten

Die Mitochondrien nehmen Licht auf (Zellorganellen im Zellinnern, die für den Energiestoffwechsel wichtig sind) und erzeugen mehr ATP (Adenosintriphosphat = Substanz, die in den Mitochondrien im Energiestoffwechsel entsteht)

In der dritten Lichtkörperstufe erwarten uns weitere physische Veränderungen. Aufgrund der Entfaltung bzw. Ausdehnung des Ätherkörpers, erhöht sich die Leistung unseres Energiestoffwechsels. Durch diesen beschleunigten Prozess verbessert sich auch die Leistung unseres eigenen Zellmilieu, wodurch das eigene Erscheinungsbild wieder jünger / jugendlicher erscheint.

Außerdem führt die dritte Stufe mit dazu, dass man einen empfindlicheren Geschmacks und Geruchssinn ausbildet. In der heutigen Zeit ist der Geschmackssinn der meisten Menschen aufgrund der ganzen Fertiggerichte, dem ganzen Fastfood, den ganzen suchterzeugenden Stoffen und Co. bei sehr vielen Menschen gestört.

Man hat sich selber so sehr an chemisch verunreinigte Speisen / Lebensmittel, gewöhnt, dass man keinen natürlichen Geschmackssinn mehr besitzt. In dieser Stufe beginnt es aber wieder, dass einem selbst aufgrund einer erhöhten Sensibilität, diese Lebensmittel auf einmal nicht mehr schmecken.

Man entwickelt einen ausgeprägteren Geschmackssinn und fühlt sich auf



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

einmal zu einer natürlichen Ernährung hingezogen. Süße Speisen, Fast-food, Fertiggerichte und im allgemeinen Süßigkeiten verlieren an Reiz und man selbst stellt über die Zeit fest, wie belastend diese "Nahrungsmittel" doch für den eigenen Organismus die ganze Zeit waren.

Des weiteren kommt es zu ersten hellfühligen Momenten. Hellfühligkeit bezeichnet dabei die Fähigkeit, Gefühle, Frequenzen und vor allem intuitive Eingebungen bewusst wahrnehmen zu können, diese zu fühlen / zu deuten.

Die Anbindung zum eigenen intuitiven Verstand wird daher stärker und man selbst wird für höheres Wissen empfänglicher. Die verstärkte Anbindung zum intuitiven Verstand verbessert letztlich auch unsere Sinneswahrnehmungen.

Man entwickelt eine gewisse Lärm- und Lichtempfindlichkeit, was sich vorrangig auf eine künstliche bzw. energetisch dichte Geräusch- und Lichtkulisse bezieht. Beispielsweise Lärm von Autos, Flugzeugen, Rasenmähern, Smartphones usw. belasten auf einmal die eigene auditive Wahrnehmung, es kann sogar dazu kommen, dass man regelrechte Ohren und Kopfschmerzen von einer solchen Geräuschkulisse bekommt.

Das selbe gilt auch für künstliche Lichtquellen. Starke Neonlichter, Dauerbeleuchtungen, LED-Licht, künstliches UV-Licht usw. üben auf einmal einen bewusst wahrnehmbaren, negativen Einfluss auf die eigene Psyche aus.

In der heutigen Zeit empfindet man diese ganzen künstlichen Lichtquellen, die sich überall tummeln als Normalität, doch im Grunde genommen stellen diese Lichtquellen eine so genannte Lichtverschmutzung dar (Lichtsmog), was sich in der dritten Stufe daher definitiv bemerkbar machen kann.



Die Integration erster Seelenaspekte beginnt!

Diese Lichtkörperstufe führt auch zu einem ersten Seelenabstieg.

Ein Seelenabstieg oder ein Seelenanteil, der wieder in das eigene Bewusstsein hinabsteigt, meint in diesem Zusammenhang lediglich einen Aspekt der Seele, der wieder gelebt möchte.

An dieser Stelle sei gesagt, dass die Seele unseren 5 dimensionalen, hochschwingenden, positiv ausgerichteten Verstand eines jeden Menschen darstellt.

Ein Seelenanteil kann also auch mit einer positiven Verhaltensweise, einem positiven Glaubenssatz oder einem positiven Gedankengang gleichgesetzt werden.

Wenn jemand plötzlich die Eingebung bekommt oder über Nacht die eigene Einstellung erlangt, dass man nicht das Recht hat über das Leben eines anderen Menschen zu urteilen, dann ist diese neue positive Erkenntnis mit aller Wahrscheinlichkeit auf einen Seelenaspekt zurückzuführen, ein Teil unserer Seele der nun wieder in der eigenen Realität manifest geworden ist.

Lichtkörperstufe 4

Physisch-mentale Veränderungen.

Man hat erste über-sinnliche Erfahrungen, telepathische Erlebnisse, hell-



sichtige Momente und neue Gedanken.

Die körperlichen Symptome sind neurologischer Art und betreffen die Sinnesorgane. Es kommt zu einem Gefühl von „gipsigem“ Kopf, zu häufigen und starken Kopfschmerzen, Augen- und Ohrenbeschwerden, Klingeln im Ohr (wie Tinnitus) und Hörstürzen, vorübergehender Taubheit, verschwommenem Sehen und dem Gefühl, dass elektrische Energie durch Kopf und Wirbelsäule fließen.

- Die elektromagnetischen und chemischen Zustände im Gehirn verändern sich
- Es werden neue **Hirnfunktionen** aktiviert, und es bilden sich neue Synapsen
- beide Hemisphären des Gehirns verbinden sich allmählich miteinander

In der vierten Lichtkörperstufe kommt es zu ersten über-sinnlichen Erfahrungen, telepathischen Erlebnissen und vor allem zu vermehrt hell-sichtigen Momenten.

Mit übersinnlichen Erfahrungen sind dabei Momente gemeint, in denen sich einen selbst völlig neue Welten auftun, man selbst plötzlich außergewöhnliche Selbsterkenntnisse erlangt, sprich Erkenntnisse, die das eigene Leben von Grund auf verändern können, kleinere Erleuchtungen, die das ganze existenzielle Fundament erschüttern können und einem selbst neue Einblicke in das Leben geben.

Diese starken bewusstseinsweiternden Momente führen auch dazu, dass man sich selbst träge und überlastet fühlt. Gerade Momente, in denen man eine für den eigenen Verstand sehr auffällige Bewusstseins-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

weiterung erlangt, resultieren meistens in einem anschließenden Gefühl der Schwere. Der eigene Kopf fühlt sich sehr schwerer an, die ganzen neuen Erkenntnisse prasseln nur so auf den eigenen Geist nieder und der Bewusstseinszustand wird überlastet.

Zeitgleich sieht man auf einmal Dinge mit ganz anderen Augen und kann aufgrund der verstärkten Verbindung zum intuitiven Verstand Geschehnisse besser deuten.

Außerdem wird man sich erster telepathischer Momente bewusst. Man weiß auf einmal, was ein Gegenüber denkt, kann seine Gedanken viel besser deuten, durchschaut Lügen und andere dunkle Verhaltensweisen von Menschen.

Des weiteren kann man Menschen im allgemeinen viel besser verstehen. Man bekommt auch ein besseres Verständnis für das Fühlen von Energien.

Man kann Schwingungserhöhungen oder Verminderungen viel besser wahrnehmen und erlangt im allgemeinen einen deutlich feinfühligere Zustand.

Lichtkörperstufe 5

Physisch-mentale Veränderungen.

Man stellt sich Fragen nach dem Sinn (des Lebens), fragt sich, wer man eigentlich ist, fängt an, seine **Kindheit** zu durchforsten und sich zu prüfen. Bisherige **Vorstellungen** von sich selbst und der **Wirklichkeit** beginnen zu wanken.

Man fängt an, seine Vergangenheit zu bearbeiten, analysiert und gewinnt



Einsichten. Man beginnt, alte **Verhaltensweisen** aufzugeben. Erste Ahnungen darüber, dass es noch andere **Dimensionen** gibt, als die, die wir sehen können, stellen sich ein.

Immer mehr macht man übersinnliche **Erfahrungen** und erlebt telepathische **Gedankenübertragung**. Die **Träume** werden zusehends intensiver und man hat **Klarträume**. Die **Schlafmuster** verändern sich.

Es ist eine Zeit mit vielen Herausforderungen. Man ist jetzt euphorisch über das neue spirituelle Wissen, aber der **Verstand** analysiert es noch.

Die fünfte Lichtkörperstufe geht mit weiteren physisch-mentalenen Veränderungen einher. Die Fragen nach dem Sinn des Lebens, der eigenen Existenz, dem Tod und auch über Gott rücken sehr stark in den Vordergrund und man findet vermehrt Antworten auf diese Fragen.

Diese Antworten spiegeln dabei auch Wissen über den eigenen Geist, dem göttlichen / mentalen Urgrund, der Raumzeit, der Liebe und in der Folge auch der eigenen Seele + der Natur wieder.

Man begreift wieder, dass unser materielles Dasein lediglich eine mentale Projektion unseres eigenen Bewusstseinszustandes ist, dass alles in Existenz geistiger Natur ist und das Gott im Grunde genommen ein gigantisches, alles durchdringendes Bewusstsein darstellt, aus dem wiederum alle existierenden Zustände heraus entstanden sind.

Außerdem bekommt man plötzlich einen viel besseren Überblick über spirituelle Zusammenhänge und erlangt vollkommen neue Ansichten und Vorstellungen zum Leben.

Alte Glaubensmuster werden daher komplett verworfen und ein neues Weltbild entsteht. Man erlangt einen größeren Blick hinter die Kulissen und erlebt eine drastische Veränderung des eigenen Bewusstseinszustandes. Auf einmal wird einiges klarer.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Man selbst begreift nun auch, inwiefern Spiritualität mit dem derzeitigen Weltgeschehen zusammenhängt und wieso dieses Wissen von verschiedenen Instanzen schon seit Lebzeiten unterdrückt wurde bzw. der Lächerlichkeit preisgegeben wurde (Stichwort: Die Herren des Planeten).

Des weiteren beginnt man nun damit, die eigene Vergangenheit bzw. das eigene vergangene Leben stärker Revue passieren zu lassen. Man versteht auf einmal, warum das eigene gegenwärtige Leben so ist wie es ist und erkennt den Sinn oder auch die Notwendigkeit in vergangenen Konflikten.

Außerdem tritt weiterhin einer vermehrte Auflösung alter karmischer Strukturen auf. Vergangene Ereignisse, die einen sonst immer mal wieder im Leben belastet haben, alte Programmierungen, die zwischendurch in das Tagesbewusstsein transportiert wurden, erleben nun eine Transformation.

Nachhaltige Verhaltensweisen mit denen man sich selbst nicht mehr identifizieren kann, sei es zum Beispiel das Rauchen, das Urteilen über andere Menschen, eine schlechte Ernährung oder andere negative Verhaltensweisen, können von einem selbst nicht mehr akzeptiert werden und werden aufgrund dessen nach und nach aufgelöst bzw. in positive Gedankengänge und Verhaltensweisen transformiert.

Luzides Träumen tritt wieder in Erscheinung!

In dieser Stufe machen sich auch Klarträume bemerkbar und im allgemeinen werden die eigenen Träume von einer nie dagewesenen Intensität geprägt.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

In dieser Zeit erlangen viele Menschen auch die Fähigkeit des luziden Träumen. Man ist plötzlich in der Lage, die eigenen Träume nach belieben zu gestalten und kann Herr über die eigenen Traumwelten werden.

Diese Stufe führt auch häufig zu einer verstärkten Euphorie. Man ist glücklich über die ganzen neuen Selbsterkenntnisse und spürt zum ersten mal im Leben so richtig, wie sich der eigene Bewusstseinszustand permanent erweitert, auch wenn der eigene Verstand diese neu gewonnenen Erkenntnisse noch analysiert und kritisch beäugt.

Lichtkörperstufe 6

Physisch-mentale Veränderungen.

Man sortiert nun alte Bilder der Wirklichkeit aus.

Es kommen nun auch sinngemäße äußerliche Veränderungen: Bisherige **Freundschaften** brechen auseinander, die **Arbeitsplatzsituation** verändert sich, man wird mit Menschen bekannt, die man als gleichgesinnt empfindet.

Das Gesetz der Resonanz wirkt sich nun immer offensichtlicher aus: Überall stößt man auf **Hinweise** und **Publikationen**, die einen tiefer in das Neue bringen. Die übersinnlichen Erlebnisse häufen sich und man macht nun auch eigene spirituelle Erfahrungen.

Aber es kommt auch zur Identitätskrise bis zum Identitätsverlust. Es ist eine schwierige Zeit mit großen Herausforderungen. Immer wieder neigt man zum Aufgeben. Einige wählen den Tod, weil sie es weiter nicht schaffen. Wer diese Zeit übersteht, schafft auch mehr. Am Ende steigt ein weiterer Seelenanteil hinab.



In der sechsten Stufe des Lichtkörperprozesses erwarten uns Menschen drastische äußerliche Veränderungen. Zum einen können bisherige Freundschaften auseinandergehen, der derzeitige Arbeitsplatz verändert sich und im allgemeinen verschwinden Dinge aus dem eigenen Leben, die wiederum nicht der eigenen Schwingungsfrequenz entsprechen.

Es fällt einem selber schwer sich mit Situationen und Menschen auseinanderzusetzen, die einem vom Lebensstil her inzwischen fremd geworden sind. Im Grunde genommen ist das wie schon erwähnt nur auf die Veränderung der eigenen Schwingungsfrequenz zurückzuführen.

Da man selbst eine drastische Erhöhung des eigenen frequentierten Zustandes erfährt, zieht man gleichzeitig Dinge in das eigene Leben, die eben genau dieser Frequenz entsprechen (Gesetz der Resonanz, Energie zieht immer Energie der gleichen Intensität an, – Man zieht das in das eigene Leben was man ist und was man ausstrahlt). Stell dir zum Beispiel vor, dass du seit Jahren in einer Metzgerei arbeiten würdest und plötzlich deine eigene Lebensweise komplett abänderst. Auf einmal kannst du dich mit dieser Arbeit nicht mehr identifizieren, was dich über die Zeit immer mehr belasten würde.

Die Frequenz des entsprechenden Berufes würde nicht mehr deiner eigenen Frequenz diesbezüglich entsprechen, was wiederum zu einem Wechsel des Berufes zwingenderweise führen würde. Du kannst dich in keins-ter Weise mehr mit diesem Beruf identifizieren, hast eventuell nun eine Liebe zur Natur und Tierwelt entwickelt und veränderst in der Folge deine Arbeitsplatzsituation.

Diese Frequenzanpassung führt letztlich auch dazu, dass wir Situationen, Ereignisse und Menschen in das eigene Leben ziehen, die der eigenen Schwingungsfrequenz entsprechen. Dies könnten zum Beispiel Menschen



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

sein, die ein ähnliches Denken an den Tag legen und sich genau so im Prozess des geistigen Erwachens befinden.

Man zieht automatisch Gleichgesinnte in das eigene Leben und verändert so das eigene soziale Umfeld. Da man sich selbst intensiv mit spirituellen und anderen Thematiken auseinandersetzt hat, darauf vermehrt den Fokus gerichtet hat, entdeckt man außerdem überall im Außen Publikationen, die sich mit diesen Themengebieten befassen.

Man wird noch empfänglicher für diese Quellen und wird immer wieder mit diesem Wissen in der eigenen Realität konfrontiert. Abseits dessen kann es in dieser Lichtkörperstufe auch zu einer Identitätskrise kommen. Man selbst ist gegebenenfalls verwirrt, weiß nicht so recht wer man denn wirklich ist.

Ein vorübergehende Identitätsverlust, Verwirrtheit und Orientierungslosigkeit!

Ist man der Körper, eine materielle Daseinsform ausschließlich bestehend aus Fleisch und Blut? Ist man der Geist / das Bewusstsein, das über den eigenen Körper herrscht? Oder ist man wiederum die Seele, das Bewusstsein oder gar ein komplexes Zusammenspiel, bestehend aus verschiedenen materiellen und immateriellen Körpern?

Dieser Identitätsverlust kann sogar soweit gehen, dass man sich kurzzeitig ganz verliert, sich fremd fühlt oder gar das Gefühl hat, nicht mehr Herr des eigenen Geistes zu sein.

Es ist eine sehr schwierige Phase, in der viele Menschen sogar aufgeben und sich eventuell das Leben nehmen.



Dieser Effekt ist auf den Umstand zurückzuführen, dass man sich nicht mehr mit dem derzeitigen System bzw. der Gesellschaft identifizieren kann und nur noch den eigenen Fokus auf das Elend und das bewusst produzierte Chaos richtet.

Dennoch, wenn man diese Phase übersteht wird man mit einem voranschreiten im Lichtkörperprozess belohnt werden, man gewinnt an innerer Stärke und kann weitere sehr prägsame, spirituelle und seelische Abstiege erwarten.

Lichtkörperstufe 7

Physisch-emotionale Veränderungen.

Emotionale Blockaden kommen nun hoch.

Man fühlt sich konfrontiert mit Unwertsein, Inkompetenz, Scham und Schuld. Es kommt zu emotionalen Ausbrüchen. Es ist eine Phase des erwachten spirituellen Bewußtseins mit Enthusiasmus bei weiterhin bestehenden emotionalen Ungereimtheiten, weshalb man sich selbst überhebt und die kompensierende Vorstellung hat, etwas Besonderes im Spirituellen zu sein. Dabei betont man das mit Ritualen, Fasten u.a.

Aber man wird auch spontaner, lebt im **Hier** und **Jetzt**. Die emotionalen und karmischen **Bindungen** beginnen sich aufzulösen.

Man hört auf die innere Stimme und folgt der inneren **Führung**. Aber immer wieder flackern auch Lebensängste auf. Es entwickelt sich eine **Liebe** zur **Natur** und zum **Ganzen**. Man entdeckt die **Göttlichkeit**. Man wird ruhiger und gelassener.

Das **Herzchakra** öffnet sich nun, und damit auch alle anderen **Chakren**.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Frühere Interessen und Neigungen fallen allmählich weg. Man fühlt sich nur noch zu Gleichgesinnten hingezogen und hat keine Resonanz mehr zu „niederen“ Charakteren.

Dabei wird die Ausstrahlung auch kühler und distanzierter. Verbindungen zu anderen werden überpersönlicher. Man wird sich nun auch seiner Co-Inkarnationen und Parallel-Selbste bewußt. Körperlich kommt es jetzt zu Brust- und Herzschmerzen, was sich wie Angina pectoris anfühlen kann.

Es kommt zum Druck auf das Brustbein, an der Stirn und am Hinterkopf und zum Schmerz auf dem Kopfscheitel, weil das endokrine System sich entwickelt. Das Gesicht verändert sich und man sieht jünger aus, hat weniger Falten.

Das **Herzchakra** öffnet sich, **Stirn-** und **Kronenchakra** werden aktiviert

Thymus, Hypophyse und **Zirbeldrüse** beginnen zu wachsen

Der erhöhte Zellmetabolismus mit Energie verringert den Alterungsprozess

Die siebte Lichtkörperstufe beginnt mit verschiedenen physisch-emotionalen Veränderungen. Auf der einen Seite machen sich starke emotionale Blockaden bemerkbar. Man selbst ist sich zum Beispiel dessen bewusst, wie sehr man sich doch geistig weiterentwickelt hat, doch auf der anderen Seite legt man immer noch Verhaltensweisen an den Tag, die mit diesem Wissen so gar nicht im Einklang stehen.

Stell dir beispielsweise vor, dass du ganz genau weißt, welche Dinge deine eigene Schwingungsfrequenz anheben, du dir als Ziel gesetzt hast, all diese Dinge in die Tat umzusetzen, du aber dennoch Dinge tust die dem



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

widersprechen. Dinge, von denen du ganz genau weißt, dass diese dein eigenes Schwingungsniveau herabsenken oder besser gesagt deinen eigenen Geist / Körper / Seele System belasten.

Dieser innere Konflikt wird auch gerne als Konflikt zwischen dem egoistischen und seelischen **Verstand** bezeichnet. Ein permanenter Wechsel zwischen 3-dimensionalen und 5-dimensionalen Handlungen.

Dieser innere Konflikt kann dabei auch zu massiven emotionalen Ausbrüchen führen und wirkt sich sehr belastend auf die eigene psychische Konstitution aus. In dieser Phase kann sich auch eine spirituelle Überheblichkeit breit machen. Man fühlt sich selbst auserkoren und glaubt, dass nur man selbst für dieses Wissen bestimmt ist.

Das ganze kann sogar soweit gehen, dass man wieder in alte EGO-Muster verfällt und aufgrund dessen über das Leben anderer Menschen urteilt, dass man sich selbst für etwas besseres hält oder gar für geistig weiterentwickelt. Letztendlich ist das aber auch nur wieder auf den eigenen egoistischen Verstand zurückzuführen, der einen selbst in solchen Momenten täuscht.

Man schneidet sich geistig von der Gesamtheit ab und legitimiert ein starkes ICH-bezogenes Denken im eigenen Geiste.

Trotzdem hat man sich in dieser Phase schon eine starke Anbindung zum seelischen Verstand aufgebaut und hört aufgrund dieser Tatsache, wieder vermehrt auf die eigene innere Stimme.

Es ist ein Kampf zwischen der Seele und dem Ego, der immer intensiver wird und nur darauf wartet, wieder beendet zu werden. Die Aktivierung dieser Lichtkörperstufe führt auch dazu, dass man eine Liebe zur Natur und dem ganzen entwickelt, was wiederum auf eine Öffnung des Herzchakras zurückzuführen ist.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Insbesondere die Natur und dessen Tierwelt wird nun sehr geschätzt, respektiert und geachtet.

In unserer heutigen energetisch dichten Welt, werden Tiere auf fast allen Daseinsebenen wie Lebewesen zweiter Klasse behandelt. Ob Massentierhaltungen, das Jagen von Wildtieren oder gar die ganzen Tierexperimente zur Erforschung von Medikamenten, Kosmetika und anderen Dingen.

Wenn man sich in dieser Phase befindet, eine dementsprechende Tier- und Naturverbundenheit entwickelt, kann man sich so gar nicht mehr mit diesen Vorgehensweisen der "Modernen Welt" identifizieren.

Des Weiteren entdeckt man in dieser Lichtkörperstufe auch wieder die Göttlichkeit des Lebens. Man weiß wieder was Gott ist, erkennt sich selber in diesem wieder und erblickt vor allem in anderen Lebewesen den göttlichen Funken.

Man weiß nun, dass alles in Existenz im Grunde genommen nur ein Ausdruck Gottes ist, bzw. ein Ausdruck eines göttlichen Bewusstseins ist. Ein gigantisches Bewusstsein, das sich in allen materiellen und immateriellen Zuständen widerspiegelt. Außerdem wird man sich in dieser Zeit auch anderer Seeleninkarnationen bewusst.

Das bezieht sich dabei auch auf die Dualseele. An dieser Stelle sei gesagt, dass so gut wie ein jeder Mensch eine entsprechende Dualseele besitzt.

Dabei ist mit der Dualseele einfach ausgedrückt eine Seele gemeint, die sich vor der ersten Inkarnation in 2 Seelenanteile aufgespalten hat.

Das bewusst werden der eigenen Dualseele!

Diese zwei übergreifenden Seelenanteile inkarnieren dann aufgrund des Reinkarnationszyklus über Hunderttausende hinweg in verschiedenen



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Körpern und warten nur auf eine erneute Vereinigung / Verschmelzung.

Meist sind Dualseelen dabei zwei Menschen die sich bestens verstehen, das Leben des anderen vollständig kennen bzw. zwei Menschen, die eine einzigartige Bindung zueinander haben.

In dieser heißen Phase des Lichtkörperprozesses wird man sich wieder der Dualseele bewusst und strebt aufgrund dessen wieder eine heilende und vollständige Bindung zu dieser Dualseele oder besser gesagt dem entsprechenden Menschen / Partner an (was keine partnerschaftliche Beziehung mit dieser Person voraussetzt!!).

Genau so verändert sich in dieser Stufe auch die eigene Ausstrahlung und vor allem die eigenen Gesichtszüge.

Letztlich muss an dieser Stelle gesagt sein, dass all das was man selbst im Leben erfährt, dass alle Gedanken, Emotionen und Handlungen sich auf die eigene Physis auswirken. Je negativer dabei unser eigenes Gedankenspektrum ist, desto negativer / schlechter / unausgeglichener wirkt unser äußeres Erscheinungsbild.

Im Umkehrschluss wirkt sich ein harmonisches Gedankenspektrum sehr positiv auf das eigene äußere Erscheinungsbild aus.

Man wirkt jünger, dynamischer, Falten werden weniger und die Augen haben eine viel gesündere und lebensfrohere Ausstrahlung.

An dieser Stelle habe ich dafür auch noch ein kleines einfaches Beispiel: Jemand der immer lügt und in dem Sinne nur negative Worte ausspricht, speist seinen Mund in dem Sinne nur mit negativer Energie / niedrigen Frequenzen, die Folge ist ein Mund, der sich dieser Negativität äußerlich angleicht und aufgrund dessen unattraktiver wirkt. Selbstverständlich bezieht sich dieses Phänomen auf alle Körperregionen.



Lichtkörperstufe 8

Physisch-emotionale Veränderungen.

Die Säuberung von emotionalen und mentalen Blockaden bringt eine Zeit großer Herausforderungen, in der viel Kraft nötig ist. Die Aura reinigt sich von Blockaden.

Die überphysischen Chakren werden teilweise aktiviert, sodass man sich ins Vereinte Chakra einklinken kann und Informationen aus allen Dimensionen und Inkarnationen erhält und Lichtsprache möglich wird. Das erkennt man daran, dass man Lichtschriften aufblitzen oder energetische Bewegungen sieht, und einem Informationen erreichen, von denen man nicht weiß, woher sie stammen. Die Hellfühligkeit ist groß und man nimmt alle Energien aus dem Umfeld auf.

Nun wird man von der eigenen Überseele gelenkt. Man sieht in anderen Menschen das spirituelle Wesen, und das Interesse ist spiritueller denn persönlicher Natur. Auch das sexuelle Interesse geht zurück. Wenn, dann erlebt man eine neue Sexualität mit kosmischem **Orgasmus**.

Es ist kein Bedürfnis da, eine Beziehung mit einem ungleichen **Partner** einzugehen. Man wirkt nun noch unpersönlicher auf andere. Ist man ohne Partner, weiß man, dass der eigene Seelenpartner in der 5. Dimension auf einen wartet.

Körperlich kommt es zum Druck im Kopf, an der Stirn, am Hinterkopf und dem Gefühl, dass der Kopf wächst. Man erlebt starke Kopfschmerzen und noch schlimmeres verschwommenes Sehen, Schlafstörungen, Gedächtnisstörungen bis Erinnerungsverlust, Denkstörungen, Desorientierung, Schwindelanfälle, Konzentrationsstörungen, unklares Denken, Plan-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

und Entscheidungsschwierigkeiten, Herzrasen, Herzrhythmusstörungen und Brennen über dem rechten Ohr. Man sieht Flammenschriften und andere Lichterscheinungen aufblitzen (Lichtsprache).

Zirbeldrüse und Hypophyse wachsen weiter

Die Gehirnstruktur verändert sich, das Gehirn nimmt bis zu 100% seiner Nutzungsmöglichkeit ein, der Kopf wächst

Die Herzfrequenz steigt vorübergehend an

Die außerkörperlichen Chakren 8, 9 und 10 werden aktiviert und man klinkt sich ins Vereinte Chakra ein

Es wird ein ätherischer Empfangskristall aktiviert (daher das Brennen über dem rechten Ohr) und Infos heruntergeladen, man erhält Informationen aus der geistigen Welt (daher Lichtsprache)

Die achte Lichtkörperstufe geht genau so mit physisch-emotionalen Veränderungen einher und führt zu einer konsequenten Säuberung von emotionalen und mentalen Blockaden.

Diese Zeit erfordert daher sehr viel Kraft, denn die Reinigung des eigenen feinstofflichen Kleides ist kein leichtes Unterfangen.

Genau so werden in dieser Phase die überphysischen Chakren aktiviert. Entgegen dem Glauben vieler Menschen gibt es nämlich abseits der 7 Hauptchakren noch etliche Nebenchakren. Einige davon befinden sich unterhalb und andere oberhalb unserer physischen Präsenz.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Vor allem einige überphysische Chakren stehen in diesem Zusammenhang mit dem sogenannten Christusbewusstsein in Verbindung. Hier spricht man auch gerne vom kosmischen Bewusstsein.

Damit ist eine Bewusstseinsstufe gemeint, in der man wieder damit beginnt, ausschließlich aus der eigenen Überseele heraus zu handeln (Ein Bewusstseinszustand, in dem ausschließlich positive Gedanken und Emotionen legitimiert werden, sprich Gedanken der Harmonie, der Liebe, des Friedens usw.).

Man hat in einem solchen Bewusstseinszustand stets gutes im Sinn und handelt nicht mehr im eigenen Interesse. Es ist ein Zustand, in dem man das Leben anderer Lebewesen vollkommen respektiert und man einem jedem Geschöpf Liebe und Respekt entgegenbringt.

Ein Bewusstseinszustand, in dem ausschließlich höhere Gedanken und Emotionen ihren Platz finden. In der achten Stufe besitzt man aufgrund der extrem hohen Schwingungsfrequenz, auch eine beachtliche Wahrnehmung. Aufgrund der erhöhten Schwingungsfrequenz nimmt man auf einmal Dinge wahr, die einem im Vorfeld verwehrt geblieben sind.

Dazu zählt auch das Sehen von energetischen Zuständen (Aura-Sehen), das Aufblitzen von Lichtschriften oder besser gesagt das gedankliche aufblitzen von höherem Wissen.

An dieser Stelle betone ich nochmal, dass alles in Existenz eine eigene Schwingungsfrequenz besitzt. Dabei schwingt sämtliches Wissen auf einer individuellen Frequenz.

In diesem Zusammenhang gibt es Wissen, das eine solch hohe Schwingungsfrequenz besitzt, dass man sich diesem Wissen nur bewusst werden kann, indem man selbst den eigenen frequentierten Zustand an dieses Wissen angleicht. Das erfordert wiederum bei hochschwingendem



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Wissen eine komplette Säuberung der eigenen existenziellen Grundlage.

Begierden und körperliche Abhängigkeiten, die den Geist an den Körper binden, werden aufgelöst!

Des weiteren erlebt die eigene Sexualität in dieser Stufe eine gewaltige Weiterentwicklung. Man selbst lernt autodidaktisch enthaltsam zu bleiben, tut dies automatisch und erkennt dadurch wie positiv sich diese sexuelle Enthaltsamkeit doch auf die eigene physische und psychische Konstitution auswirkt (Dramatischer Anstieg der eigenen Willenskraft – Überwindung der Masturbationssucht – Beendigung der eigenen sexuellen Überstimulation).

Dementsprechend erlangt man ein völlig neues Verständnis für Sexualität. Berührungen mit einem entsprechenden Partner gewinnen außerdem massiv an Intensität und Sex wird nicht mehr zur Befriedigung eigener Triebe praktiziert, sondern viel mehr zur Erfahrung eines göttlichen Zustandes.

In diesem Zusammenhang spricht man auch häufig von kosmischen Organismen, die man nun erfahren kann. In dieser Stufe fängt das Gehirn auch wieder damit an, die volle 100 % Nutzungsmöglichkeit zu entfalten. Daher erfährt man auch ein weiteres Wachstum der Zirbeldrüse und der Hypophyse, was wiederum in einer erhöhten Ausschüttung des "göttlichen Hormons" **Dimethyltryptamin** (DMT) resultiert.

Lichtkörperstufe 9

Physisch-emotionale Veränderungen.

Alte, niedere Charaktereigenschaften lösen sich auf.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Es wird einem klar, dass man keine Kontrolle mehr braucht. Die Identität, Werte und das Selbstverständnis verändern sich durch einen weiteren Seelenabstieg.

Man gibt sich seiner eigener Seele hin und macht die Erfahrung, alles im Leben selbst zu erschaffen. Man integriert Parallelselbste und könnte sich dabei vorübergehend fremd oder besessen fühlen, mit Verhaltensweisen, die einem bei sich selbst unbekannt scheinen, als ob man sich von außen beobachtet. Es ist eine schwierige Zeit, die Mut und Tapferkeit erfordert.

Oft fühlt man sich erschöpft und deprimiert. Und es sind auch noch Existenz-Restängste da. Man wird vom Höheren Selbst geführt und ist immer am richtigen Ort zur richtigen Zeit und tut und erlebt immer das Richtige.

Man beginnt, mit dem multidimensionalen Selbst zu verschmelzen, mit dem Ziel, alles von sich zu manifestieren. Man erhält Informationen aus anderen Dimensionen. Man beginnt, göttliche Weisheit und Liebe zu verkörpern.

Das Ego löst sich auf. Körperlich kommt es zu Schmerzen im unteren Rücken und in der Hüfte, einem Druck und Dichtegefühl im Unterleib und Beckenboden, zur Gewichtszu- oder -abnahme, eventuell zum Wachstumsschub, zum Druck auf der Stirn, zur Erschöpfung und (bei Frauen) zu Hormon- und Menstruationsstörungen.

Man erhält kodierte Mitteilungen aus anderen Dimensionen (Lichtsprache)

Die Zirbeldrüse wächst weiter und produziert mehr Wachstumshormone

Die Chakren 9 und 10 öffnen sich, die Chakren 11 und 12 beginnen sich zu öffnen



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Die neunte Lichtkörperstufe ist von äußerster Wichtigkeit und birgt einige tiefgreifende Veränderungen des eigenen Bewusstseinszustandes. Zum einen steigen nun vermehrt Seelenanteile in die eigene Realität hinab, wodurch sich wieder einmal das eigene Selbstverständnis drastisch verändern kann.

Genau so beginnt man nun auch damit, durchgehend vom höheren Selbst geführt zu werden. Man ist stets zur richtigen Zeit, am richtigen Ort und erfährt durchgehend Dinge, die für den eigenen Geist von positiver Natur sind.

Die eigene Anbindung zum seelischen Verstand verfestigt / vervollständigt sich nun und man selbst beginnt damit, einen vollkommen positiven Umstand zu schöpfen.

Genau so beginnt nun auch eine vollständige Identifikation mit dem göttlichen Selbst. Man selbst verkörpert nun zu jeder Zeit göttliche Werte bzw. Liebe, Weisheit, Toleranz, Ausgleich und inneren Frieden. Das macht sich wiederum auch stark in dem eigenen äußeren Erscheinungsbild bemerkbar.

Die eigene Ausstrahlung wirkt im gesamten gesünder, natürlicher, harmonischer, engelsgleicher und man hat den Eindruck, dass man jünger werden würde. Dennoch klammert sich das letzte Restego noch an den eigenen Verstand und macht sich in Form von minimal aufkeimenden Existenzängsten bemerkbar.

Dennoch wird sich diese Unsicherheit nach der Zeit wieder legen und die letzten niederen Charaktereigenschaften bzw. 3-dimensionalen / materiell orientierten Strukturen beginnen sich vollkommen aufzulösen.

Es kommt außerdem dazu, das man sich ins keinsten Weise mehr mit



dem eigenen egoistischen Verstand identifiziert, nicht mehr aus dieser energetisch dichten Struktur handelt und letztendlich diesen 3D-Verstand vollständig auflöst.

Da man in der neunten Lichtkörperstufe den eigenen egoistischen Verstand vollkommen auflöst, wird das Ende dieser Lichtkörperstufe auch mit dem Durchschreiten des sogenannten „**Tor des Erwachens**“ gleichgestellt.

Die Verbindung zur Seele besteht zu jeder Sekunde und das eigene Gedankenspektrum ist vollkommen positiver Natur. Außerdem ist dieser Abschnitt mit der **Beendigung** des eigenen **Reinkarnationszyklus** gleichzusetzen.

Die Meisterung der eigenen Inkarnation

Man hat es geschafft und das Spiel der Dualität exzellent gemeistert. Man ist dann frei von negativen Gedanken, frei von selbstauferlegten Bürden und lebt nun ein Leben in absoluter Liebe und Hingabe.

Man handelt ausschließlich nur noch aus 5-dimensionalen Mustern heraus und beginnt mit dem eigenen multidimensionalen Selbst zu verschmelzen.

Man hat sich nun von allen körperlichen Begierden / Süchten befreit und ist Meister der eigenen Inkarnation geworden. Nichts kann einen selbst mehr erschüttern, aus der Ruhe bringen und man hat nun außerdem einen Zustand erreicht, in dem das eigene existenzielle Fundament derart hoch schwingt, sodass man das Gefühl haben könnte, in einen vollkommen lichten Zustand überzugehen.



Lichtkörperstufe 10

Physisch-spirituelle Veränderungen.

Man fühlt sich mit allem verbunden.

Die höheren Chakren öffnen sich, die Aura ist ein einziges Lichtfeld. Man entwickelt die übersinnlichen Fähigkeiten eines galaktischen Menschen: **Hellsichtigkeit, Teleportation, Aportation, Materialisierung** und **Dematerialisierung** u.a.

Reisen durch **Raum** und **Zeit** und in andere Dimensionen werden möglich.

Die 10. Lichtkörperstufe geht mit physisch-spirituellen Veränderungen einher. Nun fühlt man sich vollkommen mit der gesamten Existenz verbunden und erfährt dadurch ein permanentes Gefühl der inneren Ausgeglichenheit und Freude.

Aufgrund der extrem hohen Schwingungsfrequenz, die diese Stufe voraussetzt, besitzt man nun auch eine extrem lichte energetische Grundlage. Die eigene Schwingungsfrequenz ist dann sogar derart gewaltig hoch, sodass sich wieder magische Fähigkeiten in der eigenen Realität manifestieren.

Letztendlich liegt das mit daran, da nun unsere eigene Merkaba sehr weit ausgebildet ist. Unser Lichtkörper stellt in diesem Zusammenhang ein interstellares Vehikel dar, mit dessen Hilfe eine **Materialisierung** und **Dematerialisierung** ermöglicht wird. Man ist dann also in der Lage, sich an einen jeden erdenklichen Ort zu teleportieren.

Dieser Umstand wird außerdem durch eine Anhebung der eigenen



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Schwingungsfrequenz ermöglicht. Die eigene energetische Grundlage besitzt dann einen solch lichten Zustand, sodass man alleine mit der Kraft der Gedanken den eigenen Körper materialisieren und dematerialisieren kann. Die eigene Physis kann dann einen vollkommen lichten / feinstofflichen Zustand annehmen, ein Zustand, in dem man so gesehen als reines lichtiges Bewusstsein weiterexistiert.

Hiermit erklärt sich auch das Phänomen des Engels. Engel sind oder besser gesagt waren Menschen, die durch reine Selbstaufopferung, der Liebe zum ganzen und vor allem der Beendigung des Lichtkörperprozesses Meister ihrer eigenen Inkarnation geworden sind. Wenn ein solcher Engel sich dann in der physischen Welt dematerialisiert, anschließend materialisiert, dann könnte das auf den Betrachter wie eine lichte Gestalt wirken die aus dem nichts erscheint und wieder eine physische / menschliche Form annimmt.

Des weiteren erlangt man dann Fähigkeiten die einem galaktischen Menschen vollkommen entsprechen. Magische Fähigkeiten wie zum Beispiel **Levitation, Telekinese, Pyrokinese, Telepathie** und **Teleportation** erfahren dann eine vollständige Entfaltung.

Lichtkörperstufe 11

Physisch-spirituelle Entwicklung.

Alle höheren Chakren sind nun offen.

Der Lichtkörper ist fast fertig und beginnt schon hoch zu vibrieren. **Interdimensionales Reisen, Wahrnehmungen** und **Kommunikation** sind nun möglich.

Der Planet Erde wird zu diesem Zeitpunkt nicht mehr in seiner jetzigen



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Raum-Zeit-Struktur sein, und lineare Zeit gibt es nicht mehr. Es ist der „Himmel auf Erden“.

Nun entscheidet man, ob man als Helfer auf der Erde bleibt, denn die Lichtarbeiter gestalten das Leben auf der Erde um, oder ob man als reine Energieform aufsteigt.

In der elften Lichtkörperstufe sind nun alle höheren bzw. überphysischen Chakren geöffnet. Der gesamte Körper wird durchgehend mit Licht geflutet und besitzt kontinuierlich eine extrem hohe Schwingungsfrequenz.

Letztlich ist der eigene Lichtkörper in dieser Stufe auch fast vollständig ausgebildet und beginnt aufgrund des hohen Schwingungsniveaus zu vibrieren.

Es wird schwerer weiterhin auf der Erde als physisches Wesen manifest zu bleiben und interdimensionales Reisen wird nun vollständig ermöglicht. Man befindet sich dann außerdem in einem Zustand, in dem Zeit keinerlei Einwirkung auf einen selber mehr hat. Ganz im Gegenteil, man ist nun in der Lage, die Zeit vollkommen zu kontrollieren / manipulieren und kann diese nach belieben selbst gestalten.

Eine lineare Zeit gibt es nicht mehr und den eigenen Körper kann man nun alleine mithilfe eigener Gedanken verjüngen.

Dieser Zustand wird auch gerne als Himmel auf Erden bezeichnet, was auf verschiedene Gründe zurückzuführen ist. Zum einen erlebt man aufgrund des eigenen positiven Gedankenspektrums, ein permanentes Gefühl der Freude und Glückseligkeit. Zum anderen sind Körper, Geist und Seele vollkommen in Einklang und durch die vollständige Auflösung / Integration des eigenen egoistischen Verstandes, kann man nicht mehr von negativen Gedankengängen usw. geistig dominiert werden.

Außerdem resultiert dieses Glücksgefühl auch durch die Meisterung des



eigenen Reinkarnationszyklus. Man muss nun keinen physikalischen Gesetzmäßigkeiten mehr unterliegen und erlangt aufgrund der Beendigung des eigenen Alterungsprozesses einen unsterblichen Zustand.

Die sofortige gedankliche Manifestation auf allen Daseinsebenen!

Man kann sich nun selbst aussuchen ob man weiterhin unsterblich bleibt, wie lange man auf dem Planeten verweilen möchte, welchen Äußeren Zustand man annimmt, ob man wieder reinkarnieren möchte und ist in der Lage, einen jeden Gedanken innerhalb kürzester Zeit auf allen Daseinsebenen zu realisieren.

Es ist eine Phase, in der wir der Beendigung des Lichtkörperprozesses sehr nahe gekommen sind und unser eigenes schöpferisches Potenzial fast vollständig entfaltet haben. Nun steht uns eine Zeit des ewigen Lebens und der ewigen Glückseligkeit bevor.

Lichtkörperstufe 12

Physisch-spirituelle Veränderung.

Man hat einen halbätherischen Körper und ernährt sich von Licht und Luft. Man hat alle Fähigkeiten der Stufe 11 integriert. Nun vibriert der Körper schon so hoch, dass man durch Dinge durchgehen oder -greifen kann.

Man kann sich auch bewusst wieder physisch verdichten, wenn man das will. Der fertig aktivierte Lichtkörper (MerKaBa) ist dann ein halbätheri-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

scher, galaktischer sogenannter Adam-Kadmon-Körper, der sich nicht nur überwiegend von Licht und Luft ernährt, sondern auch die multidimensionale Wahrnehmung und Kommunikation erlaubt.

Er wird dann auch an eine bestimmte inter-dimensionale elektromagnetische Lichtstruktur angeschlossen, die sogenannte Merkabah, die das interdimensionale Reisen ermöglicht.

Die zwölfte und letzte Lichtkörperstufe geht mit den letzten physisch-spirituellen Veränderungen einher. Die eigene materielle und immaterielle Präsenz ist nun derart hoch entwickelt, besitzt einen solch hochfrequentierten Zustand, sodass man sich ausschließlich nur noch von Licht und Luft ernähren kann bzw. ernährt (Lichtnahrung).

Im Grunde genommen besteht alles in Existenz aus Energie und diese hochschwingende Energie / Licht kann man nun durchgehend zur Speisung des eigenen Lichtkörpers nutzen.

Der eigene Lichtkörper ist dann wieder vollständig ausgebildet und aktiviert. Es gibt nichts mehr, was einen selber noch begrenzen könnte und der eigene galaktische Körper hat sich vollständig entfaltet.

Interdimensionales Reisen wird nun zur Normalität gehören und die eigene äußerliche Erscheinungsform hat einen höchstmöglichen, reinen Zustand angenommen. Man besitzt nun ein engelsgleiches Erscheinungsbild und wirkt wie ein Wesen das göttlicher Natur ist.

Man könnte auch davon sprechen, dass man nun wieder eins mit der Schöpfung geworden ist und dabei permanent die 2 höchstschwingenden Zustände der gesamten Schöpfung permanent erfährt und verkörpert (Licht und Liebe).

Der eigene Lichtkörperprozess wird dabei mit der letzten Stufe abgeschlossen und man hat das Erdenpiel gemeistert.



Abschlussworte zum Lichtkörperprozess

Zum Abschluss sei nochmal gesagt, dass sich momentan ein jeder Mensch in dem Lichtkörperprozess befindet. Seit unzähligen Inkarnationen bzw. seit hunderttausenden von Jahren durchleben wir Menschen immer wieder den Reinkarnationszyklus.

Wir werden in das Spiel der Dualität hineingeboren, erfahren das Leben, entwickeln uns stets von Inkarnation zu Inkarnation weiter und streben dabei ob bewusst oder unterbewusst, die Vervollständigung des eigenen Reinkarnationszyklus an.

Aufgrund des derzeitigen, neu begonnenen platonischen Jahres erfährt die Menschheit gerade jetzt einen drastischen Anstieg der eigenen Schwingungsfrequenz.

Wir leben aktuell in einer Zeit, in der unser Lichtkörperprozess wieder aktiviert wurde und es herrschen die besten Bedingungen, um diesen Prozess endlich abschließen zu können. Natürlich wird nicht ein jeder Mensch in dieser Inkarnation den Lichtkörperprozess abschließen, trotzdem werden einige Menschen sehr weit in diesem Prozedere voranschreiten. Dennoch werden gerade in den kommenden Jahren vermehrt Menschen zum Vorschein kommen, die diesen Prozess vervollständigt haben und zu galaktischen, multidimensionalen Menschen aufgestiegen sind.

Aus diesem Grund erwartet uns auch eine spannende Zeit, ein Abschnitt (Das Goldene Zeitalter) in der die Menschheit sich vollkommen verändern wird. Der Aufstieg ins Licht ist unaufhaltsam und letztendlich dürfen wir uns glücklich schätzen, dass wir in eine Zeit inkarniert worden sind, in der wir wieder den Lichtkörperprozess durchschreiten und unser vollkommenes göttliches Potenzial entfalten können. In diesem Sinne bleibt gesund, zufrieden und lebt ein Leben in Harmonie.



DU BIST DER SCHÖPFER DEINER REALITÄT

Wir alle sind in der Lage unser Leben zu ändern. Wie bei einem Fernseher können wir verschiedene Sender einstellen. Unser Herz ist der kraftvollste Generator im Körper. Und er interagiert mit allem und alles interagiert mit uns.

„Es gibt nichts was wir nicht erreichen können.“

Finde heraus was deine innerste Überzeugung ist und du hast den Schlüssel für dein Leben in der Hand.

„Wir sind wirklich Schöpfer!“

Wenn du sein könntest, wer immer du sein möchtest, wer möchtest du gerne sein?

Jeder Gedanke erzeugt ein Resonanzfeld

Wenn sich Wünsche bisher nicht erfüllt haben, wenn Dinge in unser Leben traten die wir gar nicht wollten, wenn wir unglücklich sind, oder Niederlagen einstecken mussten, finden wir die Ursache dafür im Gesetz der Resonanz (Spiegelgesetz)

Alles was wir wollen, können wir erreichen, alles! - Jeder von uns, auch Du! Die Frage ist nur: „Wwie machen wir das?“

- „Das schaff ich ganz bestimmt nicht!“
- „Mit meinem schlechten Abi bekomme ich nie einen Ausbildungsplatz.“
- „Alle warten nur darauf dass ich sterbe“
- „Mit meinem Leben ist es vorbei“



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

- „Ich bin viel zu klein“ - „Ich bin viel zu groß“
- „Wenn meine Aktien weiter fallen, wird meine Frau mich verlassen“
- „Wenn sie heraus findet wie ich wirklich bin, ist sie weg.“
- „Hoffentlich bleibt er bei mir“

Wir denken ständig. Ob wir wollen oder nicht. Jeder von uns hat pro Tag bis zu 60.000 Gedanken. Alle diese Gedanken haben Konsequenzen. Denn jeder Gedanke ist pure Energie, die wir aus senden. Und zwar nicht in eine gezielte Richtung, sondern in alle Richtungen. Und diese ausgesandte Energie sucht sich nun auf ihrem Weg eine gleich schwingende Energie. Sie sucht sich also eine Energie, die mit unseren Gedanken in Resonanz steht. Und diese Energie wird nun von unserer Schwingung ebenfalls in Schwingung gebracht. Dies ist die wesentlichste Aussage des Resonanzgesetzes.

Andere Menschen, Dinge oder Ereignisse können sich dem Schwingungsfeld, das wir erzeugen, nicht verweigern, wenn sie mit unserer erzeugten Frequenz in Resonanz treten.

Aber was ist nun der Vorteil wenn andere durch unsere Energie zum Schwingen gebracht werden?

Hier kommt die zweite, grundlegende Aussage des Resonanzgesetzes ins Spiel: Gleiches zieht immer Gleiches an.

Jeder Gedanke, jeder, ob positiv oder negativ, erzeugt ein Resonanzfeld. Und alles was mit diesem Resonanzfeld gleich schwingt, wird unweigerlich in unser Leben gezogen. Deswegen ist es so wesentlich für uns, sehr genau zu wissen, welches Resonanzfeld wir bewusst, oder unbewusst aufbauen.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Deine geheimen Wünsche, auch wie du andere beurteilst, dein endloses Geplapper im Kopf, wird zu einer Art von Absicht. Und wir senden dadurch ununterbrochen Informationen aus. Wir sind wie ein durchlässiges Sieb und die Wissenschaft zeigt, dass wir ständig Informationen in Form von **Lichtemissionen** aussenden, und empfangen.

Durch unsere Gedanken senden wir Energie aus. Wunschenergie. Energie die sich materialisieren möchte. Die Frage ist also: „Was denkst du ununterbrochen. Was denkst du vor allem von dir selbst?“

Alles was wir denken realisiert sich.

Leider klappt das aber nicht immer. Auch wenn wir es uns noch so sehr wünschen. Dafür gibt es einen guten Grund. Denn es gibt etwas, das für die Erfüllung unserer Wünsche noch wichtiger ist, als die Kraft unserer Gedanken. Wenn wir das nicht beachten, erleben wir immer wieder Enttäuschungen.

Für mehr habe ich den You-Tube-Link zum Video beigefügt:

<https://youtu.be/0UxDQR36eBI?t=6m7s>



GEDANKEN SIND DEINE WAHRE MACHT

- wenn Du Gedanken verstehst, bist Du wahrhaft mächtig !



Geheimnis der Gedanken

Etwa 60 000 Gedanken denkst Du als Mensch im Durchschnitt täglich:

- | | |
|--------|---|
| 3,00% | aufbauende, hilfreiche Gedanken, die Dir selbst oder anderen nützen |
| 25,00% | destruktive Gedanken, die Dir selbst oder anderen schaden |
| 72,00% | flüchtige, unbedeutende Gedanken,
die nur vergeudete Zeit und Energie sind |



„Der Gedanke ist der Vater aller Dinge!“

Die meisten Menschen kennen diesen Satz, aber kaum einer kennt die wahre Bedeutung, geschweige denn die gewaltige **Tragweite** dieses Satzes.

Mit dem Gedanken fängt **ALLES** an - im Geistigen wird ausnahmslos die Ursache für ALLES gelegt - kein Ding kann sein, ohne dass es vorher im Gedanken war.

In der Umkehrung: Alles das, was DU in Deiner Welt wahrnimmst, hast DU zuerst gedacht, es durch DEINE Gedanken und Gefühle belebt, es dadurch in die Existenz gezwungen - ohne Ausnahme.

DU selbst bist der Architekt **DEINES** Schicksals!

Durch die Macht DEINER Gedanken stehst DU auf der Stufe eines Mit-schöpfers dieses Universums! Die Konsequenz daraus : Der Mensch ist sich selbst durch seine Gedanken der größter Feind oder der beste Freund. Wenn der Mensch sein Denken ändert, so ändert sich der ganze Mensch.

was die Wissenschaft über Gedanken weiß

Als Wissenschaftler Anfang des 20. Jahrhunderts die Natur der Materie und des Atoms erforschten, stellten sie mit Verwunderung fest, dass Materie gar nicht so real ist, wie sie immer dachten - sie besteht offenbar eher aus Energieballungen, die man als stehende Wellen elektronischer Energie beschreiben kann. Insbesondere konnten die Physiker Aufenthaltsort und Impuls eines Elektrons nur beschreiben als Funktion von



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Wahrscheinlichkeiten - zudem mußten sie anerkennen, dass das Elektron und damit alle Materie offenbar Eigenschaften von Bewußtsein besitzt. Durch diese Erkenntnisse hat sich die Wissenschaft letztlich selbst den Boden für ihre materialistische Grundeinstellung unter den Füßen fortgezogen.

Angesichts dieser Einsichten soll Albert Einstein - wahrscheinlich der größte Physiker des 20. Jahrhunderts - einmal gesagt haben: "*Es sieht immer mehr so aus, als ob das ganze Universum nichts anderes ist als ein einziger grandioser Gedanke!*" - und damit erkannte er wirklich den **Kern** der **Wahrheit**.

So gibt es wohl einige Wissenschaftler die vermuten, dass Gedanken-Kräfte letztendlich Ursache aller Dinge und allen Seins sind, aber sie wissen nicht, wie es funktioniert - und sie können es nicht wissen, solange sie das **Gefühl** leugnen, die **Zwillings-Schwester** der Gedanken!

Weil aber die Mehrheit der Wissenschaftler weiterhin auf dem materialistischen Dogma beharrt, dass alles messbar und experimentell erforschbar sein muß, Materie daher kein Bewußtsein besitzen darf, im Widerspruch zu Erkenntnissen ihrer eigenen Wissenschaft, hat diese sich selbst blind gemacht gegenüber der Wahrheit, was Gedanken sind - denn grobe Messgeräte können das Wesen der Gedanken und des Bewußtseins nicht offenbaren.

Die Wissenschaft wird daher weiterhin (vermutlich) vergeblich mit Messgeräten nach überlichtschnellen Teilchen suchen, den **Tachyonen**, die ihre Theorien vorhersagen, ohne jedoch jemals auf die Idee zu kommen, dass ihre eigenen **Gedanken-Partikel** eigentlich genau diese Tachyonen sind, die sich nur beharrlich weigern, sich den groben Messversuchen der Experimental-Physik zu offenbaren.

Wenn DU aber frei im Bewußtsein bist, dann kannst DU leicht erkennen,



dass DU Deine Gedanken nur deshalb in Vergangenheit und Zukunft und zu den entferntesten Objekten im Universum ohne den geringsten Zeitverlust senden kannst, weil Gedanken jede beliebige **Über-Lichtgeschwindigkeit** annehmen können.

was aufgestiegene Meister über Gedanken sagen

Alles ist Gedanke oder elektronische Lichtenergie! So wie unsichtbarer Wasserdampf = feuchte Luft, sichtbarer Wasserdampf = Wolken, Wasser oder Eis immer das gleiche sind, Wasser auf unterschiedlichen Energie-Niveaus oder Schwingungsebenen, so sind Gedanken die Essenz aller sichtbaren und unsichtbaren Dinge - alle Dinge sind letztendlich Gedanken auf unterschiedlichen Energie-Niveaus.

Die Qualität aller Dinge, insbesondere, ob etwas sichtbar oder unsichtbar ist, wird nur durch die Frequenz oder Schwingungsrate der Gedanken bestimmt - Materie ist dabei nur gleichsam geronnener, in Form erstarrter Gedanken. So wie ein Flugzeugpropeller unsichtbar wird, wenn man seine Drehzahl erhöht, so sind die aufgestiegenen Meister normalerweise für uns unsichtbar, die Frequenz ihrer Elektronen ist so hoch, dass wir sie nicht wahrzunehmen vermögen - jedoch besitzen sie die Fähigkeit, die Frequenz ihrer Elektronen bewußt zu verlangsamen - sie werden dann für uns sichtbar.

was Gedanken sind

Gedanken sind für uns unsichtbares Hyper-Licht, Elektronen ohne materiellen Mantel der ihre Schwingungsrate mindern könnte, elektronische Licht-Energie deren Energie-Quanten sich mit beliebiger Über-Lichtge-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

schwindigkeit bewegen.

Die Meister nennen diese **Quanten** aus reiner Licht-Energie, reinem Geist: Ze'on oder Zi'on - unsere Wissenschaftler würden ihren materiellen Aspekt als Sub-Quark klassifizieren.

Die Meister nennen folglich Menschen, die sich der Macht des reinen Geistes bewußt sind und mit Zi'on arbeiten, das wahre Volk Zion - (das hat nichts mit jüdischer Religion zu tun).

Verlangsamt man **Gedanken**, spannt sie gleichsam wie in einem Transformator herab, erhält man 'normales' für uns sichtbares Licht, Elektronen mit materiellem Mantel, ohne elektrische Ladung, was ihre Schwingungsrate reduziert und sie auf Licht-Geschwindigkeit begrenzt - unsere Wissenschaftler nennen das Photonen.

Verlangsamt man 'normales' **Licht** weiter, erleidet es eine Verzerrung und Spaltung - man erhält Elektrizität, Elektronen mit materiellem Mantel und elektrischer Ladung - eine Aufspaltung in negative und positive Ladungsträger, was unsere Wissenschaftler Elektronen und Positronen nennen.

Verlangsamt man schließlich **Elektrizität**, gerinnen die Ladungsträger in Formen, '**Partikeln**' der Materie als positiv und negativ geladene **Teilchen**, wobei das **Elektron** immer noch unteilbarer Kern aller Teilchen ist, wenn auch mit stark begrenzter Schwingungsrate.



die Geschwindigkeit der Gedanken

Der Gedanke - der Vater - ist das unteilbar höchste Absolute oder der grenzenlose Bewußtseins-Raum. Darum sind alle Gedanken an jedem Punkt des grenzenlosen Bewußtseins-Raumes wie in einem Hologramm immer gegenwärtig - darum haben Gedanken von diesem Standpunkt aus gesehen in Wahrheit auch keine Geschwindigkeit - nur vom relativen Standpunkt der Wissenschaft aus muß man ihnen jede beliebige Überlichtgeschwindigkeit zumessen.

Elektronen	Wasserstoff	Sichtbarkeit
Gedanken	Wasserdampf gasförmig = z.B. Luftfeuchtigkeit	unsichtbar
Energie	Wasserdampf verdichtet = z.B. Wolken	sichtbar
elektron. Lichtsub- stanz	Wasser, flüssig = z.B. ein Glas Wasser	sichtbar
Materie	Eis, fest = z.B. ein Eiswürfel	sichtbar

die Welt der Materie

Beachte diesen Teil-Aspekt bei der Verlangsamung von **Gedanken** zu **Materie** - unsere Welt der Materie entsteht bei diesem Vorgang durch **Verzerrung** und **Spaltung** in Teilchen, die nur in der **Dualität** existieren - durch **Illusion!!**

Eine wichtige Erkenntnis aus dieser Tatsache ist dies - unsere Welt der Materie und der Formen ist nur durch die Illusion der Dualität erfahrbar -



wir können nichts ohne die Brille der Dualität wahrnehmen.

Alles, was uns die Sinne vermitteln, ist aus umfassenderer Sicht perfekte Illusion, die wir nicht durchschauen können, bis wir lernen ohne die Brille der Dualität zu sehen, wie es die Meister tun.

elektronische Lichtsubstanz

Gedanken, Energie, Licht, Materie sind unterschiedliche Zustände von Elektronen. Weil Elektronen die Substanz von Licht, Licht und Elektronen daher identisch sind, sprechen die aufgestiegenen Meister von elektronischer Lichtsubstanz, als der Substanz, die alle Formen aufbaut. Und da Du die verschiedenen Zustände von Wasser kennst, verstehst Du auch in Analogie die verschiedenen Zustände **elektronischer Licht-Substanz**.

Erkenne dies - **Gedanken** sind elektronische Licht-Energie, Elektronen auf unterschiedlichen Vibrations-Stufen, reine Energie, reiner Geist, **unzerstörbar, unteilbar** und **ewig** - im Gegensatz zu Atomen, die keine ewige Lebensdauer besitzen und nach bestimmten Zeiträumen zerfallen.

Zu unterschiedlichen Zeiten prägte man unterschiedliche aber äquivalente Worte für die gleiche elektronische Licht-Substanz. Man nannte sie - **Geist, Licht, Feuer, Energie, Prana, Orgon, Chi, Vibration**.

Bewußtsein

Bewußtsein ist **das Tor** zwischen Sichtbarem und Unsichtbarem - der Fokus Deines Bewußtseins prägt die elektronische Lichtsubstanz durch die **Macht** Deiner Gedanken, gibt ihr die **Form**.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Dein **Gefühl** belebt diese **Form** und zwingt sie damit **in die Existenz** - das ist der **Schöpfungsvorgang**, den Du ständig in Gang hältst - darum bist Du der Schöpfer Deiner Welt.

Elektronische Lichtsubstanz nimmt zwar augenblicklich die Form an, die in Deinen Gedanken enthalten ist - aber weil Deine Gedanken meist un-
kontrolliert und nicht kraftvoll genug sind, kann die Gedankenform nicht direkt in die Existenz treten. So wie Samen in der Erde bleiben und jederzeit keimen können, so verbleibt die Gedankenform im Ungeoffenbar-
ten im Wartezustand um jederzeit in die Existenz zu treten, wenn Du sie erneut mit Gedanken **!!! und !!!** Gefühl belebst.

Wohin immer Du elektronische Lichtsubstanz lenkst - durch Deine Gedanken, Gefühle, Worte und Handlungen, tragen sie Deine ganz spezielle unverwechselbare Prägung - sie bleiben dadurch für immer mit Dir verbunden als deren Urheber. Denn die Elektronen jeden Lebensstromes unterscheiden sich in ihrer elementaren Struktur wie Schneeflocken voneinander und geben dem Lebensstrom dadurch seine unverwechselbare
Identität.

Gedankenenergie aber, die Du aussendest ist **unzerstörbar** - sie kehrt dem Gesetz des Kreises gehorchend zum Zwecke der Erlösung immer wieder zu Dir zurück - Du wirst immer wieder mit den Schöpfungen Deiner eigenen Gedanken konfrontiert, bis Du sie durch Gedanken der Liebe in Vollkommenheit umwandelst und damit erlöst.

wer Du wirklich bist

In Deinem höheren Sein bist Du kein Wesen aus Fleisch - Du bist eine unsichtbare **Wesenheit**, eine Ansammlung von Gedanken, Gefühlen und Einstellungen, die zusammen Dein einzigartiges persönliches Selbst aus-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

machen.

Du **bist** in jedem Augenblick die Summe Deiner Gedanken und Gefühle -
Du **bist** Deine Hoffnungen und Träume, Deine Ängste und Sehnsüchte,
Dein Stolz und Deine Leidenschaften.

In Wirklichkeit **bist** Du Geist und Seele - **Lichtwesen** und **Gefühlswe-**
sen in einem.

Dein Geist, Brennpunkt flammender, intelligenter Licht-Energie, umhüllt
alle molekularen Strukturen Deines Körpers und gibt ihm erst die Le-
benskraft. Dieses unsichtbare Sein, Deine Lebenskraft aus Gedanken,
aus Energie, gibt Deiner körperlichen Hülle Wert, Vitalität, Charakter.

Es macht, dass Deine Augen sehen, Dein Mund spricht, Deine Glieder
sich bewegen - und nichts kann jemals diese Energie zerstören, darum
ist Deine Seele, Deine Lebensenergie unsterblich.

Ohne all das Unsichtbare an Dir - Deine überragende Intelligenz, Deine
schöpferischen Gedanken und Denkprozesse und das tiefe Gefühl Deiner
Seele - wärst Du ein Nichts.

Was könnte der Grund sein für das Leben und die Schönheit einer Blume,
wenn da niemand wäre, sie zu bewundern. Dein **Sein** ist der Grund -
Deine **Gedanken** und **Gefühle** machen Dich zum Mitschöpfer - Du bist
weit großartiger als die Menschen wissen und Dir erlauben zu sein.

der Körper

Dein Körper ist in seiner Form die Summe Deiner Gedanken - er ist eine
wunderbare hochkomplizierte Maschine - aber ohne das, was ihn zum
Leben erweckt, ohne Dich, ist er nur tote Materie, die in kurzer Zeit zer-



fällt.

Dein Körper wurde so geschaffen, dass er das höchst komplexe, elektrische System von Licht-Variablen in sich aufnehmen kann, aus dem das wahre Wesen des Selbst besteht - ein flammendes Licht-Prinzip aus reiner Energie, das in Deinem Körper lebt, um den Lohn schöpferischen Lebens zu erlangen, die Fähigkeit zu fühlen.

die Seele

Die **ALL-Seele** (Anm. FCM: Akasha-Chronik, bzw. Baum des Lebens) des ewigen Vaters kann wegen ihrer Unendlichkeit kein Energie-Zentrum besitzen. Die Individual-Seele, als Teil der unendlichen ALL-Seele, besitzt aber im Unterschied zur ALL-Seele ein Energie-Zentrum, einen Wirbel- oder Kristallisations-Punkt (beachte die alternative Scheibweise : **CHRIST.ALL.isat.ION**).

Sitz dieses Energie-Zentrums der Individual-Seele ist ein **Knochen-Hohlraum** nahe dem Herzen (Anm. FCM: Thymus-Drüse, 4. Chakra, bzw. Blume des Lebens), in dem es nur elektrische Energie gibt.

Skandiere in Gedanken oder Worten **ICH BIN**, verfolge es zum Ursprung zurück und Du wirst diesen Punkt nahe dem Herzen leicht finden.

Deine Seele speichert jeden Gedanken, den Du je gedacht hast in Form von Gefühlen. Durch die einzigartige Zusammenstellung von Gefühlen, die in Deiner Seele gespeichert sind, hast Du eine einzigartige Ich-Identität - an Deinen **Empfindungen** (Anm. FCM: Steiner'sche Empfindungsseele!) bist Du unverwechselbar erkennbar.

Die Seele tut dies deshalb für Dich, weil du potentiell unsterblich bist. Aber erst, wenn Du Dich endgültig, bewußt und aus freiem Willen ent-



schied hast, Dein Leben und Handeln am Willen des ewigen Vaters auszurichten, ist Deine Unsterblichkeit endgültig gesichert. Deine Seele wird dann nach dem irdischen Tod das Zentrum Deiner persönlichen Erinnerung.

Da Du freien Willen hast, kannst Du Dich aber auch weigern, an den ewigen Vater zu glauben und seinen Willen ignorieren (nämlich streben nach Liebe und Vollkommenheit). Dann nimmt der ewige Vater nach Deinem irdischen Tod das Geschenk Deiner Persönlichkeit und Individualität zurück, um es anderweitig zu vergeben und die in Deiner Seele gespeicherte Erinnerung geht zur ALL-Seele zurück.

Schöpfer Deiner Welt

Du selbst bist in jedem Augenblick der Schöpfer Deiner Welt - Du allein erschaffst Dein Leben durch Deine eigenen Denkprozesse, durch das, was Du denkst. **Alles was Du denkst, wirst Du auch fühlen - und alles was Du fühlst, wird wirklich und schafft die Umstände Deines Lebens.**

Du bist derjenige, der vollständig verantwortlich ist für alles, was Du je gewesen bist, getan oder erfahren hast. Du hast jeden Augenblick und jeden Umstand Deines Lebens geschaffen. Du hast gewählt, der zu sein, der Du bist. Du selbst hast Dein Äußeres erschaffen und Du hast die Art, wie Du lebst, voll und ganz geplant und vorherbestimmt.

Du hast die Macht, die Erhabenheit der Sterne zu erschaffen, durch die Macht Deiner Gedanken und Gefühle - nur Du selbst begrenzt diese ehrfurchtgebietende **Macht** durch Deine **Unwissenheit**, Deine **Zweifel**, Deine **Ängste**, Deine **Anerkennung** des gesellschaftlichen **Bewußtseins** (Anm. FCM: = Zivilisation, soziales Umfeld).



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Die erhabene Macht der aufgestiegenen Meister ist nur eine Bewußtseins-Einstellung, einen Gedanken weit von Dir entfernt - Du bist nicht geringer, nur unwissend.

wie funktioniert Schöpfung

Stell Dir vor, Du bist auf einer Party - fröhlich und ausgelassen.

Da zieht Dich ein Freund zur Seite um Dir mitzuteilen - Deine Mutter ist mit dem Auto verunglückt, sie wurde schwer verletzt - sofort sind **Gedanken** der Angst **da**, Du bist niedergeschlagen und traurig.

Nach einer Weile kommt der gleiche Freund zu Dir um sich zu entschuldigen - es war nicht Deine Mutter, die verunglückte, er hatte diese Information von einer dritten Person ungeprüft weitergegeben - sofort sind **Gedanken** der Freude **da**, Du bist erleichtert. Gleichzeitig kommen Gedanken der Kritik und des Zornes auf - Du richtest sogar Gefühle der Wut auf den Freund.

Was aber ist in der äußeren Welt objektiv geschehen, um Deine Gedanken und Gefühle die ganze Skala von Freude bis Leid durchlaufen zu lassen? - nichts, absolut nichts.

Alles hat sich nur in Deiner Vorstellung, in Deinem Bewußtsein, in Deinem Denken und Fühlen abgespielt. Sicher, Du hast Deine Bewußtseins-Einstellungen auf Grund von Informationen Deines Freundes geändert, aber die Wahrheit ist - Du hättest Deine Einstellungen jederzeit auch ohne den Freund ändern können - Du bist der Schöpfer.

Stelle Dir nur einen Moment lang einen Zustand des Glücks vor und Dein ganzer Körper wird von Freude durchflossen. Spiele nur einen Moment lang die Rolle der armseligen Kreatur, die niemand liebt, und schon bist



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Du voller Kummer und Selbstmitleid.

Ein Augenblick genügt, mit weinen aufzuhören und fröhlich zu lachen -
ein Augenblick genügt, um nicht mehr zu urteilen und die Schönheit der
Dinge zu erfühlen.

Wer hat das alles bewirkt? - Du selbst, Du bist der Schöpfer!

Hat sich irgend etwas um Dich herum verändert, während Du zum Spaß
Gedanken und Gefühle in Deinem Inneren erzeugt hast - NEIN - nur Du
selbst hast Dich verändert. Alles, was Dich ausmacht, hat sich sehr wohl
verändert, ist als Erfahrung in Deiner Seele gespeichert.

Du bist genau das, was du denkst (Anm. FCM: what you think is what
you get!) - denn alles, was Du denkst, wirst Du in Form von Gefühlen in
Deinem Inneren auch werden - Deine Seele wird es getreulich speichern
- und alles was Du denkst und fühlst wird früher oder später Deine Wirk-
lichkeit.

Wenn du trübselig nachsinnst, wirst Du Trübsal werden. Wenn Du Freude
denkst, wirst Du sie haben. Wenn Du über Inspiration und Genie nach-
denkst, sind sie bereits da.

So wie ich über die Welt denke, so offenbart sie sich!

wie Du Deine Zukunft erschaffst

Wie wird Deine Zukunft erschaffen? - durch Gedanken!

Alle Tage, die vor Dir liegen, planst Du am heutigen Tag durch Deine Ge-
danken. Denn jeder Gedanke, jede Phantasie und jede Absicht erzeu-
gen ein Gefühl in Deinem Körper, das in Deiner Seele gespeichert wird.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Dieses Gefühl ist dann Voraussetzung für die Ereignisse in Deinem Leben, denn es wird Umstände auf Dich ziehen, die genau zu dem in Deiner Seele aufgezeichneten Gefühl passen und dieses wieder neu erschaffen.

Wisse, dass **jedes Wort, das Du sprichst, Deine zukünftigen Tage erschafft!**

***Worte** sind nur Töne, die **Gefühle** Deiner Seele ausdrücken - und Gefühle sind aus **Gedanken** geboren.*

Dinge geschehen nicht zufällig - niemand ist ein Opfer der Pläne und Absichten eines anderen. Alles, was Dir geschieht, hast Du selbst in Dein Leben hineingedacht und gefühlt - Du hast es Dir in Form von Ängsten oder Sorgen - was wäre, wenn - herbeiphantasiert.

Oder jemand hat Dir gesagt, etwas wäre so und nicht anders - und Du hast es als Wahrheit akzeptiert. Alles, was geschieht, geschieht als absichtsvoller Akt - bestimmt durch Gedanken und Gefühl - **ALLES!**

Jeder Gedanke, den Du je gedacht hast, jede Phantasie, die Du Dir erlaubt hast, alle Worte, die Du je gesprochen hast, sind entweder schon wirklich eingetreten oder warten noch im **Ungeoffenbarten** darauf, Deine **Wirklichkeit** zu werden.

Gedanken sind die wahren Lebensspender - sie sterben niemals und können nie zerstört werden - Du hast sie benutzt, um jeden Augenblick Deines Lebens zu erschaffen.

ICH BIN, das Gott-Prinzip

Gedanken sind Dein Bindeglied zum Geist Gottes - er läßt jeden Deiner



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Gedanken, jedes Wort, das Du je sprichst Wahrheit werden, durch sein immerwährendes Gebot **ICH BIN**, vom Schändlichsten und Häßlichsten bis zum Köstlichsten und Erhabensten - aber nur Du in der Dualität machst diese Unterschiede von gut und böse.

Der Vater kennt nur das Leben, das So-Sein, das Prinzip ICH BIN - für ihn gibt es kein gut oder böse, er urteilt und bewertet **niemals** - das ist Liebe in höchster Vollendung.

Gott könnte auch garnicht verurteilen - da er alles ist, ist auch alles Teil von ihm - auch seine noch unwissenden und darum nur in Deinem Urteil 'bösen' Kinder. (Anm. FCM: denn sie wissen nicht was sie tun ...)

Wenn er Dich jemals verurteilte, müßte er doch einen Teil von sich selbst verurteilen - warum sollte der Baum seine Blüten verurteilen, weil sie noch nicht Frucht sind - warum sollte die höchste Intelligenz sich so etwas antun?

Denke darüber nach, wie bedingungslos und grenzenlos die **Liebe** Gottes in Wahrheit ist - der Dir erlaubt, alles zu sein, was immer Dir beliebt, ohne Dich jemals zu bewerten - der jeden Deiner Gedanken und jedes Deiner Worte Wirklichkeit werden läßt.

Du bekommst alles, was Du aussprichst (**wythiwyg!!**) - Du wirst alles, was Du im Bewußtsein schon bist. Du bist alles, was Du denkst - wozu immer Du Dich entscheidest. Je geringer Du Dich selbst schätzt, desto geringer wirst Du werden. Je weniger Du Deine Intelligenz würdigst, desto dümmer wirst Du. Je weniger Du Dich für schön hältst, desto häßlicher wirst Du. Je mittelloser Du Dir vorkommst, desto ärmer wirst Du. Du selbst hast doch bestimmt, dass es so sein soll - der Fehler liegt bei Dir, wenn Du im Herzen anderes wolltest!

Wer also ist der wahre Schöpfer Deines Lebens - **Du** ! Wer ist der wahre



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Baumeister Deines Lebens - **Du** ! Alles, was Du bist, hast Du durch die Summe Deiner individuellen Gedanken erschaffen - durch den Gedanken, der Gott ist.

göttliche Freiheit

Du lebst ein ehrfurchtgebietendes **Leben** in herrlicher **Freiheit** - Du hast die Willensfreiheit, jeden Gedanken zu denken und zuzulassen, der Dir beliebt. Durch diese ehrfurchtgebietende Fähigkeit hast Du alles für Dich selbst erschaffen. Jeder Deiner Gedanken erschafft das Schicksal, das vor Dir liegt - jedes Gefühl erschafft den Weg vor Dir, den man Leben nennt. Was immer **Du denkst** und daraufhin auch fühlst, wird genau so in Deinem Leben geschehen.

Du bist der **Gesetzgeber**, der höchste **Schöpfer** Deines Lebens und Deiner Lebensumstände - darin liegt Deine **Göttlichkeit**, die Dein **Wesenskern** ist.

Erkenne, dass Du die Macht hast, die Erhabenheit der Sterne zu erschaffen - Du bist nicht geringer als die aufgestiegenen Meister - Du lebst nur in Unwissenheit darüber, wer Du wirklich bist.

warum Du nicht göttlich bist

Weil Du in **Unwissenheit** lebst und weiterhin darauf bestehst, indem Du oft die **Wahrheit** ablehnst, die Dich frei macht. Wenn man aber einem Menschen seine Göttlichkeit nimmt, die sein Wesenskern ist - dann kann man ihn leicht beherrschen und manipulieren.

Erkenne, dass es die Mächtigen der Erde und ihre unwissenden **Helfer** in



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

den Kirchen sind, die Deine **Göttlichkeit** leugnen, die das heraufdämmern des Wissens verhindern - die Dir ständig **einreden**, Du wärst in Sünde geboren, klein und machtlos.

Sie sind es, die Dich durch Dogma, Gesetze, Traditionen, Copyright, Mode, Formulare, Steuern versklaven - nur um Macht über Dich zu haben. Sie sagen Dir, sie wollen das Böse ausmerzen - und Du gibst bereitwillig Deine **Zustimmung**. (Anm. FCM: siehe Narzissmus - steuern, manipulieren, und um Zustimmung, Bestätigung heischen ...)

Aber was sie wirklich tun, ist immer nur die Wahrheit ausmerzen, die Dich frei macht - Bücher-Verbrennungen dienten immer nur diesem Ziel.

Aufgestiegene Meister wie Jesus haben einfache **Wahrheiten** verbreitet.

Du als Mensch bist im Wesenskern göttlich und unsterblich - **Liebe ist der Wesenskern Gottes** - allein durch Liebe kannst Du selbst ein bewußter Sohn Gottes sein. Dazu brauchten sie keine Religion zu schaffen und haben es nie getan.

Sie akzeptieren aber alle Religionen, weil sie die Liebe als zentralen Kern enthalten. Auch der lebende Meister und Avatar Sai Baba sagt deshalb immer wieder - es gibt nur eine Religion, die Religion der Liebe.

Jesus lehrte - die Quelle seiner Liebe ist der Vater - der in jedem Menschen der gleiche ist. Das gab ihm die Freiheit und die Kraft, die ganze Menschheit zu umarmen, sich von allen Illusionen zu lösen, die ihn in einem Leben der Heuchelei hielten. Damit wurde er ein Mensch, der sich ganz als Gott ausdrückt - ein **Gott-Mensch**, ein Christ. Denn jeder, der erkennt, **dass er selbst Gott in der Form des Menschen ist** - und diese Wahrheit dann lebt - ist ein Christ.

Die Menschen aber haben diese einfachen Lehren genommen, nach ihrem Willen verzerrt und ein Dogma daraus gemacht. Sie haben die Reli-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

gionen geschaffen, um Menschen und Völker unter Kontrolle zu halten. Denn wenn Waffengewalt nicht mehr half, wurden Menschen durch das Instrument der Angst bei der Stange gehalten - Angst war immer der Herrscher, es hat nie einen anderen gegeben.

Erkenne, dass Deine wahre **Macht** dennoch unendlich viel größer ist. Durch Deine Gedanken kannst Du Dich im Bewußtsein über jegliches Hindernis erheben auf die Stufe der aufgestiegenen Meister, indem Du alle diese falschen knebelnden Gedanken nicht mehr denkst und im Bewußtsein zurückweist. Durch dieses Wissen kannst Du Dich über jegliche Angst erheben - Du bist dann nicht mehr **Sklave** der **Wünsche** anderer, sondern lebst ganz nach Deinen eigenen - dann kommt die Freude zurück.

was die Menschen einst waren, was sie jetzt sind

Einst gingen die Menschen als Schöpfer über die Erde. Im Bewußtsein ihrer grenzenlosen Göttlichkeit konnten sie die Schönheit der Blumen erschaffen - einfach indem sie brillante klare Gedanken der Schönheit und Freude dachten.

Im Überlebenskampf vieler Jahrtausende haben sie ihren göttlichen Wesenskern vergessen und leugnen ihn sogar durch ihre Wissenschaft - dennoch bleiben sie was sie immer waren - Schöpfer ihrer Welt. Durch ihre unkontrollierten Gedanken und **Gefühle** haben sie sich ein Leben der Begrenzung erschaffen, indem sie begrenzte Ideen akzeptierten, die dann zu handfesten Wahrheiten im Inneren und schließlich zur Wirklichkeit ihres Lebens wurden. Ihre größten Schöpfungen sind daher Krieg, Unglück, Kummer, Jammer, Elend, Haß, Zwietracht, Selbstablehnung, Alter, Krankheit und Tod.

Die Unsterblichkeit haben sie öffentlich verstoßen, obwohl ihre Seele doch unsterblich ist - und dafür werden sie sterben und hierher zurück-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

kehren, wieder und wieder bis sie die Wahrheit erkennen, dass es den Tod nur gibt, weil sie ihn selbst durch ihre Gedanken erschaffen haben.

Aufgestiegene Meister, die einst Menschen dieser Erde waren, haben die Unsterblichkeit, ihren Sieg über den Tod immer wieder vor den Menschen demonstriert - selbst heute noch feiern wir das Fest **Himmelfahrt**.

Wie haben die aufgestiegenen Meister den Tod besiegt? - **indem sie ihn im Bewußtsein nicht länger als Wahrheit anerkannten** - durch ihr Wissen, dass es ihn nicht wirklich gibt, weil er nur eine Illusion des Verstandes ist - durch unerschütterliches Festhalten an dem Machtspruch - **ICH BIN** die Auferstehung und das Leben - so wurde es ihre Wirklichkeit.

Wie haben die Menschen den Tod erschaffen? - indem sie ihn im Bewußtsein und durch ihre Gedanken als unvermeidlich und wirklich anerkennen - indem sie felsenfest überzeugt sind, dass er sein muß - indem sie mit Sicherheit "wissen", dass es ihn gibt. (Anm. FCM: müssen - brauchen - sollen!)

Wenn Du als Schöpfer Deiner Welt aber sagst, ich weiß, dass es den Tod gibt, dann muß er für Dich existieren, weil Du es so willst - das ist nicht Gottes Wille, es ist Dein Gesetz.

Wenn Du stattdessen im Bewußtsein und in allen Deinen Gedanken felsenfest darauf bestehst zu sagen - ich weiß, dass es den Tod nicht gibt, weil er nur eine Illusion ist - dann muß es früher oder später auch Deine Wirklichkeit werden - Du bist der Gesetzgeber.

die 7 Stufen des Bewußtseins

Gedanken-Schwingungen offenbaren sich auf 7 Schwingungs-Oktaven,



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Stufen der Bewußtheit, des Verstehens.

1 - **Fortpflanzung** und **Überleben**

2 - **Angst** und **Schmerz**

3 - **Macht**

4 - das **Annehmen** von **Liebe**

5 - das **Ausdrücken** von **Liebe**

6 - das **Erkennen** Gottes in allem Lebenden

7 - die **Erkenntnis** - **ICH BIN** - Gott

In der materiellen Welt offenbaren sich diese sieben (7) **Schwingungs-
oktaven** in vier (4) **Manifestationen**, die wir ihrer **Erscheinung** und
ihrem **Bewußtheitsgrade** nach Materie, Pflanze, Tier oder Mensch nen-
nen, mit einem jeweils um eine Oktave höheren Grad der Bewußtheit.

Die Materie hat im Vergleich mit dem Menschen kaum ein Bewußtsein,
dennoch zeigen die Erscheinungen im Kristall, dass auch in der Materie
bereits Bewußtsein vorhanden ist.

Aber nur der Mensch hat die Möglichkeit sich auf mehreren Bewußtseins-
Stufen zu offenbaren - er kann auf 4 Schwingungs-Oktaven bewußt wer-
den als:

1 - **Mensch** = charakterisiert durch seinen **Verstand**

2 - **Genie** = charakterisiert durch seine **Intuition**

3 - **Prophet** = charakterisiert durch seine **Weisheit**



und universelle Liebe

4 - **Gott-Mensch** = charakterisiert durch sein „**All**“wissen
und seine „**All**“macht

Auf der siebten Stufe des Bewußtseins ist der Mensch selbst die Gesamtheit aller Gedanken. Für ein Wesen dieser Stufe gibt es keine Stufen mehr, nur noch **das Sein**.

Ein solcher Mensch ist selbst das Gefühl aller Dinge, allen Wissens, allen Denkens geworden - das ist die Stufe des **Gott-Menschen**, auf der sich die aufgestiegenen Meister befinden. Deshalb wissen sie, eins mit Gott zu werden heißt zu sagen **ICH BIN**.

Und der einzige Weg für Dich, Gott wahrzunehmen, zu verstehen, zu fühlen, gefühlsmäßig zu begreifen, ist Dein eigenes Wesen zu begreifen - dann wirst Du Gott (in dich erkennen) kennen und SEIN wie er. Dann kannst auch Du sagen - Ich weiß, wer der Vater ist, denn der Vater und ich sind **EINS** - ich weiß, wer **ICH BIN**.

die Widerstandskraft des Nervensystems

Jedes Wesen kann **Gedanken-Schwingungen** nur innerhalb seiner Schwingungs-Oktave(n) bewußt ertragen, weil die Widerstandskraft seiner Nervenzentren den größeren Energien der höheren Oktave nicht gewachsen wäre - sie würden durchschlagen und verbrennen, das Wesen würde unter Krämpfen sterben.

Bei bestimmten Krankheiten des Menschen ist es möglich, dass die normalerweise im Rückenmark des Menschen isolierten Energien aus hö-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

heren Oktaven (Kundalini-Energien) vorzeitig in Nervenzentren gelangen, die noch nicht genügend Widerstandskraft besitzen. Diese schlagen dann durch, wir nennen das zu Recht Schlaganfall. Ein Mensch aber, der durch spirituelle **Übungen** gefestigt, Gedanken-Energien aus höheren Bewußtseins-Oktaven bewußt ertragen kann, der nimmt diese als überwältigendes **Glücksgefühl** wahr.

Erkenne dies - als Mensch bist Du imstande die Widerstandskraft Deiner Nervenzentren durch Annehmen höherer Gedanken und durch Übung, Gedanke für Gedanke auf ein höheres **Bewußtseins-Niveau** zu heben - und ein jeder solcher Gedanken macht Dich göttlicher.

die Wissenschaft vom Wissen

Du hast die Fähigkeit alles zu sein, alles zu wissen, indem Du alles selbst im Bewußtsein **bist** und in Deiner Seele **fühlst**.

Um dies zu begreifen mußst Du verstehen - alles, jedes **Ding** und jedes **Wesen** existiert aufgrund des Gedankens, der der Geist Gottes ist. Und alles strahlt den Gedanken seiner Existenz als Licht (Anm. FCM: Aura) wieder zurück auf den Bewußtseins-Strom, den Fluß aller Gedanken, auf den Geist Gottes.

Alles, was existiert ist ohne Ausnahme von einem **Lichtfeld** umgeben - und im Licht ist das Bild des Gedankens enthalten. Und erst das Licht verwandelt die Gedanken-Form, das Gedanken-Ideal in die Form der Materie. (Anm. FCM: strahle ich frohe, freundliche Gedanken aus, schwinde ich in einer hohen Frequenz, ist das Licht hell und die Farben bunt ...)

Alle Dinge um Dich herum strömen durch die einfache Tatsache ihrer Existenz nicht nur den Gedanken ihres Seins auf den Strom allen Be-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

wußtseins aus, sondern auch ihre Bewußtheit von allem, was ringsherum existiert - das nennt man kollektive Wahrnehmung.

Der **Teppich**, auf dem Du sitzt, ist sich seiner **Farben** bewußt und nimmt wahr, wer auf ihm sitzt. Die **Pflanze** ist sich des **Zimmers** be-wußt, in dem sie steht.

Dieses Bewußtsein verändert sich in jedem Augenblick, denn Gott, der Fluß aller Gedanken, in dem alles schwimmt, ist immer in Ausdehnung und Bewegung begriffen. (Anm. FCM: Lass dir das noch mal durch den Kopf gehen - alles ist Bewusstsein!)

Alles, jedes Stern-System, jedes Staubkorn, jedes Wesen, ob sichtbar oder unsichtbar, strahlt den Gedanken seines Seins zurück zur Quelle seines Seins, zum Gedanken der sie erschuf - und deswegen ist es möglich alles zu wissen. (Anm FCM: weil ICH ja die **Quelle** BIN!!!)

wie Du alles wissen kannst

Dein physischer Körper ist von einem Lichtfeld, der **Aura** umgeben, das die Materie Deines Körpers umgibt und zusammenhält. Es erstreckt sich von der **Dichte** der **Elektrizität** bis in die **Unendlichkeit** des **Gedankens**. Ein Teil der Aura ist ein starkes elektromagnetisches Feld, gespalten in positive und negative Ladungen - jedoch jenseits davon existiert eine Licht-Sphäre, eine Sphäre ungeteilter reiner Energie. Das ist der Geist Deines Seins - und der ist direkt mit dem Geist Gottes, dem Fluß aller Gedanken verbunden, in dem alle Dinge bekannt und gewußt sind.

Dein Geist läßt alle Gedanken aus dem Fluß der Gedanken und des Wissens durch dieses starke und machtvolle **Energiefeld** der Aura fließen. (Anm. FCM: das erklärt auch den Halo-Effekt bei einigen



Menschen ...)

Deine eigenen Gedanken-Vorgänge entscheiden dort, welche dieser Gedanken Dir bewußt und bekannt werden, indem der elektromagnetische Teil Deiner Aura nur solche Gedanken anzieht, die mit Deiner jeweiligen Bewußtseins-Einstellung vereinbar sind.

Dein Geist ist wie das Sieb eines Gold-Wäschers am ewig strömenden, ewig sich wandelnden Fluß aller Gedanken, der alles Wissen enthält. Durch das Licht Deines Geistes hast Du wahrhaft die Fähigkeit, alles zu wissen - Du mußt dazu nur Deine Bewußtseins-Einstellung ändern, die behauptet, dies sei unmöglich und es zulassen, dass alle Gedanken Dein Bewußtsein erreichen.

Das bedeutet, Du darfst aufhören zu urteilen und zu bewerten, Du darfst anfangen zu Sein wie Gott ist - das ist es, was die aufgestiegenen Meister tun.

Gedanken, Nahrung für das Sein

Das Bewußtsein allen Seins ist wie ein großer Fluß - und Du lebst durch Gedanken aus diesem Strom allen Bewußtseins. Dein Sein entnimmt ihm ständig Gedanken-Substanz, so wie Dein Körper durch den Blut-Strom lebt, dem er ständig Nährstoffe entnimmt.

Du erschaffst jeden Augenblick Deiner Existenz durch Gedanken, die dem **Strom allen Bewußtseins entspringen**. Ihm entnimmst Du Gedanken, fühlst sie in Deiner Seele - nährst und erweiterst dadurch Dein Sein und sendest den Gedanken Deines erweiterten Seins zurück in den Fluß allen Bewußtseins, so dass sich die **Bewußtheit allen Lebens erweitert**.

Nimm an, Du hast einen schöpferischen Gedanken empfangen und an-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

genommen. Du fühlst ihn - er wird dadurch als elektrische Schwingung in Deiner Seele aufgezeichnet, als Weisheit und Schatz Deiner Erfahrung. Durch Dich erweitert und verstärkt verläßt jetzt dieselbe Schwingung Deinen Körper und geht wieder hinaus in den Strom allen Bewußtseins. Ein anderer kann jetzt diese Schwingung als eigenen Gedanken aufnehmen und als schöpferische Anregung nutzen.

Erkenne diese Wahrheit - *alle anderen haben Zugang zu dem, was Du denkst und fühlst - sie nähren sich durch Deine Gedanken, so wie Du Dich aus ihnen nährst.*

das gesellschaftliche Bewußtsein

Der **Strom allen Bewußtseins** (Akasha-Chronik, Baum des Lebens) ist die Gesamtheit aller Gedanken mit unterschiedlichen Schwingungs-Frequenzen, die von allen Dingen und Wesenheiten ausgehen. Gedanken des gesellschaftlichen Bewußtseins haben langsame, niedrige Frequenzen. Die Gedanken des Über-Bewußtseins schwingen in viel höheren Frequenzen - und jeder Gedanke zieht wiederum von überallher ähnliche Gedanken an.

Das gesellschaftliche Bewußtsein ist ein Dickicht elektrischer Gedanken-Schwingungen aus verwirklichtem Denken - aus Gedanken die bereits gefühlt und durch das auratische Feld zurück in den Fluß aller Gedanken geschickt wurden, aus dem sich alle anderen nähren. Diese Gedanken sind sehr einschränkend, urteilend und schroff - es sind Gedanken an Ängste, Nahrung, Wohnung, Arbeit, Geld, Alter, Krankheit, Tod, Mode, Schönheit, Akzeptiert werden, Vergleiche wie gut-schlecht, passend-unpassend.

Mit ihren niedrigen Frequenzen durchdringen sie leicht Dein auratisches



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Feld - so werden Dir ständig diese begrenzten Gedanken eines sehr eingeschränkten, stagnierenden Bewußtseins als Nahrung angeboten, weil das im Denken und Fühlen derer vorherrscht, die Dich umgeben.

Weil Du in **Unwissenheit** lebst, weist Du diese Dein Sein begrenzende Nahrung nicht im Bewußtsein zurück. => Damit läßt Du zu, dass diese begrenzten Gedanken Nahrung für Dein Sein sind. Daher strahlst auch Du sie in Form von begrenzten Gefühlen zurück auf den Strom allen Bewußtseins und trägst so unwissend zur Verewigung des begrenzten Denkens der Menschen bei. (Anm. FCM: wohlgemerkt in unbewusster Unwissenheit!)

Das **Bewußtsein** in unseren großen Städten ist besonders begrenzt, weil die meisten Menschen dort sehr wettbewerbs-, zeit- und mode-orientiert sind und einander fürchten und nicht akzeptieren - darum sind solche Städte umgeben von einer auratischen Hülle sehr dichten Bewußtseins aus niederfrequenten, begrenzten Gedanken.

Darum zieht es die Menschen unbewußt immer wieder in die Natur. Dort finden sie noch höherfrequente Gedanken des Über-Bewußtseins - Gedanken an Leben, Harmonie, Einheit, ewiges Fließen, Sein, Liebe, Freude, Geist, Genie - unbegrenzte Gedanken, die sich dem Ausdruck durch Worte entziehen, denn das Fühlen unbegrenzter Gedanken läßt sich nicht mit Worten beschreiben - es sind unbeschreibliche, überwältigende Glücks-Gefühle.

Dort in der Natur ist das Leben einfach, zeitlos, fortwährend und in vollkommener Harmonie mit sich selbst. **Dort, weit entfernt vom Urteil der Menschen kannst Du den Herzschlag Deines eigenen Wissens noch hören.**

Vielleicht verstehst Du jetzt auch, was Du in Wirklichkeit tust, wenn Du Nachrichten über Krieg siehst, hörst oder liest und diese dann nicht im



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Bewußtsein zurückweist als nicht annehmbare Wirklichkeit Deines Seins - Du belebst dann unwissentlich die Gedanken daran. Darum kann der Krieg immer wieder aufleben, weil auch Du ihn in Gedanken angenommen und mitgeföhlt hast - Du bist dadurch unwissender **Mit-Schöpfer** von Kriegen und alle anderen auch.

Nur der unerschütterlich im Bewußtsein aufrechterhaltene Gedanke ICH BIN der Frieden der Welt kann Kriege unmöglich machen. Und es gibt nichts Ansteckenderes als ein in Liebe bewußt ausgesandter Gedanke - der kann mühelos sogar Jahrtausende wirksam bleiben, wie Du bei Jesus erkennen kannst.

Gedanken-Magnetismus

Gedanken selbst sind mit starken magnetischen **Kräften** aufgeladen, die ähnliche Gedanken von überall her anziehen. Aber auch der elektromagnetische Teil Deiner Aura zieht alle solchen Gedanken zu Dir hin, die zu Deiner jeweiligen Bewußtseins-Einstellung, Deinen eigenen Denk-Prozessen, Deinem Geföhls-Zustand passen - ähnliches zieht immer ähnliches an. (Anm. FCM: wir schwingen auf einer Wellenlänge)

Gedanken-Blitze

Im Augenblick, in dem Du Dir einer Sache bewußt wirst, empfängst Du ihren Gedanken und Dein Gehirn empfängt im selben Moment das Licht dieses Gedankens. Damit Du Dich von einem Gedanken nähren, ihn im eigenen Sein fühlen und verwirklichen kannst, muß er erst zur Form des Lichts verlangsamt werden. Wenn ein Gedanke auf die unteilbare Licht-Sphäre Deiner Aura trifft, auf den Geist Deines Seins, dann explodiert er



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

in einem hellen Blitz - ein Gedanke der auf Licht trifft, entzündet sich selbst, das Licht verlangsamt die Substanz des Gedankens.

Der unsichtbare **Gedanke** ist im Blitz des Lichts sichtbar geworden und gelangt in dieser Form in Dein Gehirn - er wird dort in eine elektrische Lichtladung bestimmter Frequenz umgewandelt, je nach dem Wert des gerade aufgenommenen Gedankens.

Es gibt Menschen, die gelegentlich Lichtblitze aus dem Augenwinkel beobachten - was sie da sehen ist meist dieser Prozess, mit dem der Geist Gedanken in sich aufnimmt. Schließe die Augen und sieh die sich bewegenden Farben und **Figuren** - so sehen Gedanken aus, wenn sie ins Gehirn eintreten. (Anm. FCM: du kannst auch verschieden Muster und Linien erkennen, die sich langsam farblich und in ihrer Struktur verändern.)

Gedanken im Gehirn

Entgegen der landläufigen Meinung erschafft das Gehirn nicht Gedanken - es empfängt nur **Gedanken aus dem Strom allen Bewußtseins**.

Das Gehirn ist ein großartiger Empfänger (Receiver) für elektrische Gedanken-Frequenzen. Jeder Teil des Gehirns kann andere Gedanken-Frequenzen empfangen, speichern und verstärken - je nach der **Dichte des Wassers in den Zellwänden**.

Manche Teile des Gehirns speichern und verstärken nur die höheren Frequenzen, andere nur die tieferen Gedanken-Schwingungen.

Aufgabe des Gehirns ist es, Gedanken die durch den Geist Deines Seins kommen, aufzunehmen, zu verstärken, zu speichern, in elektrische Ströme umzuwandeln und durch das Zentral-Nervensystem in jeden Teil Deines Körpers zu schicken, so dass die Gedanken Deine Wirklichkeit



werden können und Dich so lernen lassen.

Gedanken-Steuerung des Gehirns

Gedanken sind allgegenwärtig und durchdringen mühelos alle Materie. Aber so wie ein Radio Kurzweile nur empfangen kann, wenn dieser Empfangsteil eingeschaltet ist, so kann das Gehirn bestimmte Frequenzen nur dann empfangen, wenn der Teil Deines Gehirnes, der diese Frequenzen speichern kann, eingeschaltet ist.

Die Fähigkeit Deines Gehirns, verschiedene Gedanken-Frequenzen zu empfangen, wird durch ein machtvolles Instrument geregelt - die **Hypophyse**. Sie liegt zwischen der rechten und linken Hemisphäre des Gehirns - man nennt sie auch das **siebte Siegel** oder das **dritte Auge**. Es ist aber kein Auge, dafür ist im Kopf gar kein Platz - sie sieht eher wie eine Birne aus, mit einem kleinen Mund am dünnen Ende oder im Schnitt wie ein Blütenblatt.

Die Funktionen der Hypophyse regieren Dein Gehirn durch ein komplexes System von Hormon-Ausscheidungen. Sie scheidet insbesondere auch ein Hormon aus, das durchs Gehirn zu einer anderen endokrinen Drüse, der **Zirbeldrüse** gelangt.

Die Zirbeldrüse, auch **sechstes Siegel** genannt, sitzt an der Basis des unteren Großhirns, kurz über der Wirbelsäule - sie ist dafür verantwortlich, dass Gedanken-Frequenzen so verstärkt werden, dass sie durch den ganzen Körper geschickt werden können.

Die Zirbeldrüse steuert aber auch das **Hormon-Gleichgewicht** aller endokrinen Drüsen, indem sie deren Hormon-Ausschüttung anregt oder bremst. Durch diesen Hormon-Fluß in der Blutbahn werden alle Funktio-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

nen des Körpers in Harmonie gehalten. (Anm. FCM: sofern er nicht gestört ist, wie bei den meisten Menschen)

Das allerwichtigste an diesem Steuer-System aber ist dieses - kollektive Gedanken-Frequenzen als Summe, die die Zirbeldrüse empfängt, entscheidet, wie dieses **Gleichgewicht** funktioniert.

Je höher die empfangenen Gedanken-Frequenzen, desto höher der Hormon-Fluß im Körper, desto mehr regt die Zirbeldrüse die Hypophyse zu höherem Hormon-Ausstoß an, was das Gehirn angeregt, noch höhere Gedanken-Frequenzen zu empfangen. Dein Bewußtseins-Niveau ist immer nur so hoch, wie Du es selbst durch Deine Gedanken zuläßt!

das verfälschte Ego

Der elektrische Teil Deiner Aura zieht magnetisch aktiv nur solche Gedanken an, die mit Deinen momentanen Bewußtseins-Einstellungen übereinstimmen. Dennoch läßt die Aura auch alle anderen Gedanken passieren, die auf sie treffen - sie bewertet und manipuliert hindurchgehende Gedanken nicht.

Wenn diese Gedanken-Ladungen das Gehirn erreichen, wandern sie zunächst zur linken oberen Hälfte des Großhirns, wo die intellektuellen und logischen Funktionen sitzen - Dein verfälschtes **Ego**.

Das verfälschte Ego ist das in Deiner Seele gespeicherte Verständnis der Welt, das Du durch menschliche Erfahrungen gewonnen hast und das durch die für Logik zuständigen Teile des Gehirns artikuliert wird.

Das verfälschten Ego - mit seinen Einstellungen, dominiert von der kollektiven Weltanschauung des gesellschaftlichen Bewußtseins - wird sich weigern, Gedanken-Frequenzen aufzunehmen, die nicht konform sind mit



der allgemein als Wahrheit akzeptierten Weltanschauung.

Das ist das verfälschte Ego - die Weigerung, Gedanken aufzunehmen, die zu einem weiteren Blick auf die Wirklichkeit verhelfen könnten.

Die Wahrheit ist - Du hast die **Fähigkeit**, alles zu wissen, was es zu wissen gibt - und Du hast die **Fähigkeit** alles Wirklichkeit werden zu lassen, was Du willst - und Du besitzt auch die **Fähigkeit**, auf immer in Deinem Körper zu leben, wenn Du es wünschst - aber das verfälschte Ego sagt zu alledem kategorisch - **NEIN!**

Also wirst Du nur wissen, wer der Mensch ist, doch Gott wird Dir immer ein Geheimnis bleiben - denn **Gott sein heißt, unbegrenztes Wissen, unbegrenztes Sein**. Mensch sein aber heißt - die begrenzte Kreatur sein, die ihren Geist dem größeren Wissen nicht öffnet - die allen möglichen Theorien vertraut, statt das eigene Wissen im Leben zu praktizieren - die lieber belehrt wird, als selbst Lehrer zu sein - die sich lieber nach Schutz umsieht, als selbst etwas zu erforschen.

Gedanken-Chemie

Jede Gedanken-Frequenz, die nicht vom verfälschten Ego abgewiesen wurde, wird in einen elektrischen Strom umgewandelt und in den Teil des Gehirns geschickt, den die Hypophyse angeregt hat, um diese Frequenz zu speichern. In diesem Teil des Gehirns wird der Strom verstärkt und dann zur Zirbeldrüse geschickt.

Die Zirbeldrüse wiederum regiert das **Zentral-Nervensystem** - sie verstärkt jede Gedanken-Frequenz, die an sie weitergegeben wurde und leitet sie in das Zentral-Nervensystem, das wie eine Schnellstraße für Gedanken-Elektrizität die Wirbelsäule entlang läuft. Von dort gelangt die



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Gedanken-Elektrizität in jeden Nerv und zu jeder Zelle des Körpers.

Jede **Zelle** Deines Körpers wird aber durch die Blutbahn auch mit Gas versorgt - es entsteht durch **Einwirkung** von **Enzymen** auf Deine **Nahrung** und die **Atmung** ist daran beteiligt.

Wenn der elektrische Strom der Gedanken die Zelle als Lichtfunke betritt, wird die Zelle entzündet und das Gas dehnt sich aus - die Zelle verdoppelt sich in einem Cloning-Prozeß (Anm. FCM: Binär-System, „was bedeutet die 3, 6 und 9 ...?“), sie regeneriert und verjüngt sich selbst, indem sie sich **neu erschafft** - in dieser Weise sind Gedanken die eigentliche und wahre Nahrung des Körpers.

Alle molekularen Strukturen Deines Körpers sind daher in Wahrheit nur **Abbild** und **Auswirkung** all der Gedanken, die Du in jedem Augenblick Deiner Existenz in Dich hineinläßt. Und während Gedanken ständig jede Zelle Deines Körpers ernähren, spricht Dein gesamter Körper auf deren elektrische Impulse an - Dein gesamter Körper hat Anteil an allen damit verbundenen Gefühlen.

der Seelen-Computer

Jeder Gedanke, der in einer Zelle erfahren wird, erzeugt eine Empfindung ein Gefühl im ganzen Körper und dieses Gefühl wird zur Seele geschickt und dort gespeichert. Die Seele ist ein großartiges Aufnahme-Gerät, ein unvoreingenommener Computer, der mit wissenschaftlicher Genauigkeit jedes Gefühl festhält, das Du in Deinem Körper erfährst.

Wenn Du Dich emotional angesprochen fühlst, dann fühlst Du einen Gedanken, der in die Aura eingedrungen ist und vom Gehirn akzeptiert durch das Nervensystem geschickt wurde, um in jeder Körperzelle einen



Reiz hervorzurufen. Die Seele zeichnet diesen Reiz als Gefühl oder Empfindung im Gedächtnis auf, so dass Du später darauf zurückkommen kannst.

das Gedächtnis

Das Gedächtnis funktioniert nicht visuell, sondern auf der **Grundlage von Gefühlen** - das Gefühl erst ruft das visuelle Abbild hervor. Das Gedächtnis hat auch keine messbare Größe, es ist einfach da als Funktion der Seele, des Seelen-Computers. Die **Seele speichert** im Gedächtnis keine Bilder oder Worte, sondern die mit diesen Bildern und Worten verbundenen Gefühle.

Die Seele sieht das Gefühl, das durch die Erfahrung des Gedankens im ganzen Körper gespürt wurde und sucht in den Speichern der Erinnerung nach Ähnlichem, nach etwas, was die logischen Bereiche Deines Gehirns wiedererkennen können, damit Dein Intellekt ein Wort findet, um das Gefühl zu beschreiben.

Wenn die Seele das passende Gefühl gefunden hat, schickt sie diese Information zurück zum Gehirn um anzuzeigen, dass der Gedanke überall im Körper vollkommen verstanden wurde - Dein Intellekt findet dann das passende Wort um das Gefühl zu beschreiben.

Ein Gedanke wird also nicht nur im Gehirn, sondern in der Gesamtheit des Körper verstanden und gespeichert!.

Alles was Du beschreiben kannst, ist mit bestimmten Gefühlen verbunden, die auf bestimmten emotionalen Erfahrungen beruhen. Du erkennst Blumen als Blumen, weil Du sie gesehen, berührt, gerochen, im Knopfloch getragen hast - Blumen rufen also ein bestimmtes Gefühl in



Dir hervor. Du erkennst **Seide** als Seide, weil Du damit bestimmte **Sinnesreize** und gefühlsmäßige **Erfahrungen** verbindest, die in Dir den Begriff Seide entstehen lassen. (Anm. FCM: es reicht keineswegs wenn ich mir das gesamte Wissen eines Schriftstellers erlese; erst wenn ich es mit einer Erfahrung, einem persönlichen Erlebnis, einem Gefühl verbinde, verinnerlicht sich der Gedanke des Schriftstellers – siehe weiter unten)

Wissen und Fakten

Wie wird ein Gedanke verstanden und gewußt - durch Gefühl - Wissen ist ganz und gar Gefühl. Ein Gedanke an etwas kann erst gewußt werden, wenn er vorher gefühlt wurde, erst dann hat er eine Identität. Einen Gedanken wissen bedeutet, ihn in Dein Gehirn einzulassen und Dir zu erlauben, ihn zu fühlen, ihn überall im Körper zu erfahren. **Wissen bedeutet nicht**, dass man etwas beweisen kann - es bedeutet, dass man es fühlt. Erst wenn das Gefühl in Deinem Inneren ist, kannst Du sagen - ich weiß es, denn ich kenne das Gefühl.

Wissen ist Gefühl - und nichts kann durch Fakten jemals bewiesen werden - denn Fakten ändern sich, so wie sich das Verständnis der Menschheit entwickelt und verändert. Alles ist Mutmaßung, denn die Wirklichkeit wird durch Denken und Fühlen ständig weiterentwickelt, neu erschaffen und einer der Mit-Schöpfer bist Du. Fakten sind nur die gegenwärtige, materielle Form des kollektiven Bewußtseins - kollektive Gedanken, die die ganze Menschheit denkt und fühlt und darum als momentane Wahrheit akzeptiert.

Der einzige Beweis liegt im Empfinden, im Gefühl, denn Gefühle haben die Fakten erst Wirklichkeit werden lassen. Was ist daher die größte Wirklichkeit, die größte Wahrheit - nicht Fakten, sondern Gefühle, die entstehen, indem Du Fakten als Wirklichkeit akzeptierst, als Wahrheit



des Denkens - das ist ein wirkliches Faktum. **Das Gefühl ist die größte Wirklichkeit, darin liegt alle Wahrheit.** Was immer Du beschließt zu glauben, das wird Wahrheit **und** Wirklichkeit für Dich sein - Du bist der Schöpfer, Du hast grenzenlose Wahlmöglichkeiten.

der verschlossene Geist

Die Kapazität Deines Gehirns ist unermesslich, sie erlaubt Dir grenzenloses Denken. Du aber gebrauchst nur ein Drittel davon für Dein begrenztes Denken - der überwiegende Teil Deines Gehirns liegt in tiefem Schlaf - er tut nichts.

Dein Gehirn aber ist eigentlich so gemacht, dass es jede Gedanken-Frequenz aus der Gesamtheit allen Wissens empfangen kann - doch als Dein gehorsamer Diener wird es sich nur für Frequenzen auf Empfang schalten, die Du Dir selbst erlaubt hast zu empfangen.

Wenn Du nach dem gesellschaftlichen Bewußtsein lebst und nur auf den Frequenzen denkst, die in seiner Begrenzung vorherrschen, dann sind vom Großhirn nur der obere linke und rechte Teil aktiviert sowie gewisse Teile des Kleinhirns über der Wirbelsäule. Du lehnst dann jeden Gedanken ab, der nicht in das begrenzte Denken Deiner Familie, Deiner Altersgenossen, Deiner Gesellschaft, Deiner Dogmen paßt - Du denkst nur Gedanken, die von anderen akzeptiert werden - das ist aber genau die Beschreibung des Begriffes Engstirnigkeit.

Es gibt nur einen Grund, warum jemand ein Genie wird und Dinge weiß, von denen Du keine Ahnung hast - **er hat seinen Geist geöffnet für all die ketzerischen, brillianten Gedanken**, die das begrenzte Denken der Menschen überschreiten. Er hat sich selbst gestattet, mit diesen Gedanken umzugehen, über sie nachzudenken, während Du sie einfach



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

zurückgewiesen hast.

Vorerst noch kannst Du grenzenlose Gedanken nicht empfangen, Du mußt erst die Teile Deines Gehirns aktivieren, die fähig sind, solche Gedanken zu speichern. All die großartigen Gedanken unbegrenzten Verstehens prallen an Deiner Empfangseinheit ab und werden vom Geist Deines Seins zurückgeschickt in den Fluß aller Gedanken. Ein engstirniger Mensch ist verschlossen für die Möglichkeit, dass irgend etwas außerhalb der Werte existiert, die durch die Sinne des Körpers erfahren werden können.

Doch im Reich der Gedanken ist nichts unmöglich! Wenn Du Dir etwas vorstellen oder darüber nachdenken kannst, dann existiert es bereits, denn was im Traum oder in der Phantasie ist, ist bereits im Reich der Existenz - so kam jede Schöpfung zustande.

Wenn Du Dir gestattest, etwas zu denken, dann ist es auch. Das ist übrigens der einzige Gottes-Beweis, den es gibt - weil Du Gott denken kannst, muß es ihn geben.

Was immer Du Dir gestattest zu denken, das wirst Du wirklich erfahren, denn das elektromagnetische Feld Deiner Aura wird es zu Dir hin ziehen. Doch immer, wenn Du zu jemand sagst, etwas existiere nur in seiner Phantasie, dann programmierst Du ihn auf Dummheit und begrenzte Kreativität - genau das geschieht den Kindern dieser Erde, allen Menschen!

Das tragische an der Engstirnigkeit und Verschlossenheit des Geistes ist, sie halten Dich davon ab Freude zu erfahren, sie halten Dich versklavt in den Illusionen der Menschen - sie hindern Dich, Deine eigene göttliche Großartigkeit und Herrlichkeit zu erkennen.

Solange Du nur im gesellschaftlichen Bewußtsein lebst, wirst Du Dich nie



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

ins Unbekannte vorwagen oder über die Möglichkeit größerer Wirklichkeiten nachdenken, aus Angst, dass das Veränderungen bedeuten könnte - und das bedeutet es in der Tat. Solange Du nur die begrenzten Gedanken annimmst, die man Dir mit der Muttermilch eingetrichtert hat, wirst Du nie größere Teile Deines Gehirns aktivieren, nie anderes erfahren als Dein tägliches Mühsal.

Jedesmal aber, wenn Du einen umfassenderen Gedanken aufnimmst, jenseits Deiner bisherigen Maßstäbe, regst Du einen neuen Teil Deines Gehirns zur Tätigkeit an. Und jedesmal wenn Du das tust, wird sich ein weiterer noch umfassenderer Gedanke anbieten, um Dein Denken noch mehr zu erweitern, was wieder andere Teile Deines Gehirns zu mehr Denken, besserem Empfang und mehr Wissen anregt.

Wenn Du aber den Willen hast, das **Über-Bewußtsein**, das unbegrenzte Denken zu erfahren, dann öffnet sich Deine **Hypophyse** und beginnt zu blühen wie eine herrliche Blume - und je mehr sie sich öffnet, desto stärker ist der Hormonfluß, desto mehr werden schlafende Teile Deines Gehirns aktiviert, um höhere Gedanken-Frequenzen zu empfangen. Es ist sehr einfach ein Genie zu sein - Du mußt nur anfangen, für Dich selber zu denken - Du mußt es nur wollen!

das voll aktivierte Gehirn

Das Gehirn besteht zum größten Teil aus salzhaltigen Flüssigkeiten, die den elektrischen Strom gut leiten. Je höher die Salz-Konzentration, je dichter die Flüssigkeit, desto mehr kann ein hindurchgeschickter elektrischer Strom verstärkt werden. In den schlafenden Teilen Deines Gehirns ist die Flüssigkeit viel dichter, was es diesen Teilen des Gehirns erlaubt, höhere Gedanken-Frequenzen zu stärkeren elektrischen Strömen zu verstärken um sie dann mit höherer Geschwindigkeit durch den Körper zu



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

senden.

Wenn Du daher einen größeren Anteil höherer Gedanken-Frequenzen in die schlafenden Teile Deines Gehirns einläßt - dann wird Dein Körper auch zu immer schnelleren und tieferen Reaktionen angeregt.

Wenn einmal die Gesamtheit des Gehirns eingeschaltet ist, wenn Du das gesamte Spektrum der Gedanken-Frequenzen von den niedrigsten Frequenzen der **Ultra-Materie** bis zu den höchsten Frequenzen kosmischer Energien empfangen und durch das Nervensystem leiten kannst - dann bist Du auch vollkommener Herr über Deinen Körper und alle Körper-Funktionen geworden - dann gehorcht Dir Dein Körper augenblicklich.

Wenn Du die allerhöchsten Gedanken-Frequenzen gemeistert hast, bedeutet das, Du kannst auch die damit verbundenen allerhöchsten Energien durch Deine Gedanken zur Wirkung bringen und durch Dein Nervensystem leiten, ohne dass es Schaden nimmt, durchschlägt oder verbrennt - dann bist Du wahrhaft selbst Meister.

Wenn das Gehirn voll arbeitet, wenn Du die volle Kapazität des Gehirns aktiviert hast, dann hat Dein Gehirn gewaltige Fähigkeiten - Du kannst Deinen Körper innerhalb eines wunderbaren Augenblicks vollständig heilen oder ihn physisch zu jedem Ideal verändern, das Du ihm vorgibst. Du kannst ein neues Glied wachsen lassen, wenn Dir eins fehlt - Du kannst Deinen Körper mit einem Gedanken in Licht verwandeln und ihn ewig leben lassen - so haben es die aufgestiegenen Meister gemacht, darum sind sie unsterblich geworden.



Alter und Tod

Dein **Körper** ist in gewisser Weise das getreue **Abbild** Deines **Gehirns**, die Summe Deiner Denk-Vorgänge. **Denn jeder Gedanke, den Du akzeptierst und in Dein Gehirn einläßt, schickt seine Gedanken-Frequenz als elektrischen Strom, als Licht dieses Gedankens in jede Zelle, nährt, verjüngt und moduliert diese dabei in einem einzigartigen Cloning-Prozeß.**

Seit Du Kind warst, hast Du die Programmierung durch das gesellschaftliche Bewußtsein akzeptiert, dass Du erwachsen werden mußt, dann altern und schließlich sterben.

Als Du diesen Gedanken akzeptiert hast, hast Du angefangen, die Lebenskraft in Deinem Körper herabzusetzen - denn der Gedanke des Alt-Werdens schickt einen elektrischen Funken von niedriger und langsamer Frequenz in jede Zelle Deines Körpers.

Je langsamer dessen Geschwindigkeit, desto mehr verliert der Körper seine Beweglichkeit - er wird in seiner Fähigkeit eingeschränkt, sich selbst zu regenerieren und zu verjüngen. So gestattest Du, dass das Alter kommt und schließlich auch der Tod.

Würdest Du Dir statt dessen erlauben, **ständig höhere Gedanken-Frequenzen** zu empfangen, dann würden diese schnellere und kraftvollere elektrische Ströme durch Deinen Körper schicken - Dein Körper würde ewig im Augenblick verweilen, keinen Schritt mehr in Richtung Alter und Tod machen.

Doch dank der Programmierung durch das gesellschaftliche Bewußtsein 'weiß' eben jedermann, dass der Körper altert und stirbt - so werden die Ströme nach und nach immer schwächer.



der Tod

Der Tod ist eine große Illusion, eine akzeptierte Wirklichkeit - weil alle denken, er müßte sein, deshalb ist er zur Wirklichkeit geworden. Aber die einzige Wirklichkeit sind Gedanken, die Lebenskraft - Illusionen aber sind Gedanken, Spiele, die zur Wirklichkeit werden.

Der Tod ist keine absolute Notwendigkeit, niemand muß sterben - Du wirst nur deshalb sterben, weil Du glaubst, dass es geschehen muß. Durch Deine Einstellungen wird die Lebenskraft des Körpers gemindert und der Tod hervorgerufen.

Die Seele regiert den Körper durch die Struktur ihrer Gefühle - sie bewirkt, dass im ganzen Körper Hormone ausgeschüttet werden, der Körper als Diener reagiert bloß darauf. Die Seele tut das aber nicht von allein, es sind Deine Gedanken, Deine Denkprozesse und Einstellungen, die sie umsetzt.

Aufgrund von **Einstellungen** des gesellschaftlichen Bewußtseins, durch **Schuldgefühle, Selbstbestrafung, Angst** vor dem **Tod** wird ein **Todes-Hormon** aktiviert - der Körper verfällt langsam, wird alt und stirbt.

Das gesellschaftliche Bewußtsein in kollektiver Unwissenheit nimmt den Tod vorweg, tut alles, um ihn zu beschleunigen, weil es ihn mit Sicherheit erwartet - und so gibt es als logische Konsequenz Versicherungen gegen Krankheit, Tod, Beerdigungskosten.

Dein Selbst ist unsterblich - nur Dein Körper kann sterben, sein Tod ist wie ein Einschlummern. Wenn Dein Geist Deine Seele zurückruft, steigt diese empor und verläßt den Körper durch die Hypophyse, das oberste Energie-Zentrum im Mittelpunkt des Kopfes, auch siebtes Siegel oder Chakra genannt.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Die Seele als Träger der Erinnerung verläßt die Zellmasse des Körpers völlig schmerzfrei im Bruchteil eines Augenblicks und der Körper verscheidet.

Dieser Durchgang wird oft wie die Fahrt durch einen Tunnel erfahren, begleitet vom Sausen des Windes. Das Licht am Ende des Tunnels ist das Licht Deines Seins, der Geist Deines Seins.

Wenn die Seele den Körper verlassen hat, beginnen im Augenblick des Todes alle Dinge zu leuchten und werden außergewöhnlich hell - Du bist wieder ein freies Seelen-Selbst, ein Lichtwesen - Du hast die Dichte der Materie verlassen und kehrst zurück in eine Licht-Existenz.

Als Lichtwesen bist Du reiner machtvoller Verstand und machtvolles Gefühl - Dein Körper besteht nur aus Licht, er verändert seine elektrische Form und Farbe je nach den Gedanken, die durch seine Lichtform fließen.

Je nach dem Grade Deines Verstehens und Deiner Bewußtheit gelangst Du von dort erneut auf eine der 7 Existenz-Ebenen, die dem Niveau Deiner vorherrschenden Gedanken-Schwingungen entsprechen, repräsentiert durch die äquivalenten Gefühle - Fortpflanzung und Überleben - Angst und Schmerz - Macht - das Annehmen von Liebe - das Ausdrücken von Liebe - das Erkennen Gottes in allem Lebenden - die Erkenntnis, ICH BIN Gott.

Weil die Erde wiederum eine dieser 7 Existenz-Ebenen ist, kommst Du immer wieder hier her, solange Dein Gedanken-Niveau dem der Erde entspricht.

Je grenzenloser Dein Denken aber ist, desto grenzenloser ist auch Dein Leben, wo immer Du weilst. Je großartiger der Himmel, den Du Dir hier in Deinem eigenen Königreich aus Gedanken und Gefühl erschaffst, desto großartiger der Himmel, den Du erfahren wirst, wenn Du diese Ebene



verläßt oder zu ihr zurückkehrst.

Wenn Deine Gedanken aber voll sind von **Schuld**-Gefühlen, **Urteil** über Dich selbst und andere, voll **Bitterkeit** und **Haß** gegen Deine Brüder, wirst Du auch weiterhin nur diese Einstellungen erfahren, wenn Du diese Ebene verläßt - bis Du genug davon hast und erkennst, dass es erhabenerere Formen des Seins gibt.

Selbst-Heilung durch Wissen

Die gegenwärtig nicht aktiven Teile Deines Gehirns haben die Fähigkeit, jeden kranken oder beschädigten Teil des Körpers wiederherzustellen - einfach **durch Wissen**.

In dem Augenblick, in dem Du weißt, dass der **Körper** sich selbst heilen kann, sendet dieser Gedanke einen starken Funken durch das Zentralnervensystem an die beschädigte Stelle und bringt die DNS-Ketten in jeder Zelle dazu, die Zelle vollkommen zu clonen und wiederherzustellen - **vollkommen**. Das ist kein Wunder - es ist einfach so, wie es sein sollte und tatsächlich auch ist!

Du denkst, dass Dein Körper nur durch Ärzte und Medizin geheilt werden kann und es funktioniert, weil Du daran glaubst. **Man hat Dir gesagt, dass Du Dich nicht selbst heilen kannst und Du glaubst daran - also geht es nicht, weil dieses Wissen in Dir dominiert.**

Es gibt aber Menschen, die sind zu berühmten Ärzten und Heilern gereist und wußten, dass deren Beratung und Behandlung eine absolute Wahrheit sein würde. Und weil sie das wußten wurde es auch zu einer absoluten Wahrheit im Körper - sie wurden innerhalb von Augenblicken geheilt - so wirkt Wissen. Der Glaube daran.



warum Du nicht souverän bist

In jedem Augenblick Deiner Existenz, ob Du schläfst, wachst, bewußtlos oder bei Bewußtsein bist, empfängst Du ständig Gedanken - und alle Gedanken-Frequenzen die Du zuläßt, wirst Du auch als Gefühle erfahren - und **Gefühle** sind letztlich der höchste Lohn und die einzig Wirklichkeit des **Lebens**.

Oft fühlst Du dich aber unglücklich, gelangweilt, verdrießlich, ängstlich, verbittert, wütend, eifersüchtig, gehetzt, ungeliebt oder ungewollt. Welchen Gedanken-Frequenzen hast Du dann Zugang zu Deinen Gefühlen gegeben? - dem gesellschaftlichen Bewußtsein. Wo aber ist das Gefühl von Freude, Glückseligkeit, Liebe, Schönheit, Ewigkeit, Gott - **nur einen Gedanken weit weg**.

Warum kennst Du all diese wundervollen Gedanken nicht, die jederzeit durch Deinen Geist ziehen - Du hast es nie gewollt. Du hast gewählt, im Schatten des gesellschaftlichen Bewußtseins zu leben, zu handeln, zu denken, Dich zu kleiden wie die Herde, Dich einzuordnen, akzeptiert zu werden, zu überleben.

Du hast Dich selbst auf ihr erdrückendes Bewußtsein von **Nichtwissen beschränkt**, auf ihre Werturteile und kleinlichen Ideale, hast letztlich sogar ihren verrückten Wettlauf mit der Illusion der Zeit akzeptiert.

Du wolltest nie anderes wissen, denn wenn Du je den Gedanken annimmst, dass Du ein souveräner Herrscher und Schöpfer bist, dass Du göttlich, ewig und allwissend sein kannst - dann würde das Deiner Familie, Deinen Freunden, Deiner Religion und Deinem Land gegen den Strich gehen.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Also hast Du Deine Macht aus den Händen gegeben - Du hast auf Deine Souveränität und Eigenständigkeit verzichtet. Du hast im Bewußtsein ein Schloß vor Dein Gehirn gelegt - Du hast Deine Identität vergessen, Du hast vergessen, welch machtvolle Wesenheit Du in Wahrheit bist.

Du hast die Wahl, das Schloß vor deinem Gehirn zu öffnen, die Macht wieder zu übernehmen, souverän und eigenständig zu werden. Dein wahres Selbst zu erkennen und dich damit zu identifizieren, dich von dem erdrückenden Bewusstsein der Masse zu entfernen.

die aufgestiegenen Meister

Einst gingen sie selbst als Menschen über diese Erde, bevor sie von dieser Ebene aufstiegen - dabei haben sie das Äußerste gemeistert, den Tod.

Sie lernten, Kraft ihrer Gedanken die **Schwingungs-Frequenz** der **Molekular-Struktur** ihres Körpers zu erhöhen um sich mit ihm ins Licht zu erheben und auf ewig den Tod zu überwinden.

Indem sie den Aufstieg meisterten, erwarben sie auch die Macht, ihren Körper zu erhalten solange sie dies möchten und ihm jede Form zu geben, die sie wünschen. Wenn sie je auf diese Ebene zurückkehren wollen, brauchen sie nur die **Schwingungs-Frequenz** ihres Körpers willentlich herabzusetzen - und schon sind sie hier.

Sie brauchen niemals mehr wiedergeboren zu werden, nicht mehr die Programmierung durch das gesellschaftliche Bewußtsein über sich ergehen lassen, nie mehr um den Ausdruck ihres wahren Selbst kämpfen, um das Wissen über ihr wahres Wesen zurückzugewinnen.

Sie brauchen nie wieder von vorne lernen, dass der Körper durch die



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Macht der Gedanken zu der reinen Lichtform zurückgeführt werden kann, aus der er ursprünglich hervorging. Sie müssen nie wieder lernen, dass das Leben auf der Ebene der Materie von vorne bis hinten nur Illusion, göttliches Spiel ist – **lilà** (oder Leela), wie es die Inder nennen.

Auch Du hast die Macht von dieser Ebene aufzusteigen, indem Du lernst, grenzenlos zu denken, denn hinter der Illusion Deines Fleisches verbirgt sich der Schöpfer aller Universen.

Wenn Du Dich im **Bewußtsein** öffnest für alle Gedanken und lernst, **nie** ein **Urteil** über Deine eigenen Gedanken **zu fällen**, dann hast auch Du die Macht und die Fähigkeit, jedes Ideal, das Dir vorschwebt zu erreichen - auch Du kannst dann alles durch Gedanken tun oder werden.

Du kannst dann Deine Gedanken auf Deinen **Körper** konzentrieren und ihm befehlen, schneller zu schwingen - er wird Deinem Gebot gehorchen, gleichzeitig wird sich die Körper-Temperatur erhöhen und Dein Körper beginnt zu leuchten. Und während er immer schneller vibriert, wird sich die Materie des Körpers in reines Licht verwandeln und schließlich in reines Denken.

Das ursprünglich Sichtbare wird unsichtbar - das ist die Auferstehung in das Licht - und das ist es, was die aufgestiegenen Meister vollbrachten. Der Aufstieg selbst ist nur ein Gedanke, viel leichter zu vollbringen als zu sterben - für den Durchschnitts-Menschen scheint es aber schwierig, wirklich aufzuhören die eigenen Gedanken zu beurteilen und zu zensieren, sowie die Illusion der Zeit zu meistern um sich wirklich die Geduld zuzugestehen, die es braucht, um aufzusteigen.

Zur geistigen Hierarchie, die diese Erde beschützt und lenkt, gehören immer **144 000** aufgestiegene Meister. Und so wie Jesus der geistige Regent des Fische-Zeitalters der letzten 2000 Jahre war, repräsentiert durch die Farbe gold-rubin, so ist jetzt Saint Germain der geistige Regent



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

des Wassermann-Zeitalters, das gerade begonnen hat, repräsentiert durch die Farbe violett. Darum taucht diese Farbe jetzt überall auf.

Wenn ein kosmischer Zyklus zu Ende geht, wie es gerade jetzt der Fall ist, dann geben die aufgestiegenen Meister ihr Wissen weiter, um es solchen Menschen zu ermöglichen, selbst aufzusteigen, die bereit sind, es anzunehmen. Dann sind sie selbst frei von ihrem Dienst an der Erde und werden kosmische Wesen.

Eines dieser kosmischen Wesen ist der kosmische Meister Metatron. Er ist der erste unter gleichen in der Großen Weißen Bruderschaft, in der alle aufgestiegenen Meister zusammenarbeiten. Und so, wie das kosmische Wesen Uriel der Schöpfer des inneren Lichts ist, so ist Lord Metatron der Schöpfer des äußeren Lichts, des Super-Elektrons, das alle anderen Elektronen als Sub-Elektronen enthält.

Weil die Namen aller aufgestiegenen Meister einen Energie-Puls enthalten, der Dir zugute kommt, wenn Du ihn in Gedanken oder Worten anrufst, hier einige ihrer Namen.

Die 7 ersten dieser Namen sind die Chohane dieses Äons, die Lenker der 7 kosmischen Energien - **El Morya, Kuthumi, Rowena, Serapis Bey, Hilarion, Nada, Saint Germain** - Yeshua (Jesus), Gautama (Buddha), Osiris, Enoch, Konfuzius, Kwan Yin, Ramtha, Kenich Ahan, La Moray, Lemuel, Lanto, Ling, Leto, Surya, Kamakura, Pelleur, Virgo, Aries, Omeka.

die Avatare, der lebende Meister

Immer wieder gibt es aufgestiegene Meister und kosmische Wesen, die nur aus Liebe die schwere Bürde auf sich nehmen, sich erneut als Mensch zu inkarnieren um direkt unter den Menschen zu leben - das sind



die Avataras.

Selbst als Avatar müssen sie wieder das Gesetz der Materie anerkennen und graduelle Trübung des Bewußtseins überwinden, dafür sind sie aber sichtbar für die Menschen. Meist arbeiten diese Avataras unerkannt im Stillen, sie wirken vorwiegend durch ihre Gedanken und lehren meist nur durch ihr Vorbild.

Aber einer von ihnen, als lebender Meister der Lenker und Beschützer aller anderen, ist immer in der Öffentlichkeit sichtbar, ohne sich aber jemals den Menschen aufzudrängen.

Der Name des Avataras, der als kosmischer Lenker zur Zeit diese Aufgabe wahrnimmt ist Sathya Sai Baba, sein Marken-Zeichen bedingungslose Liebe zu allem Sein, allwissend und allmächtig im göttlichen Super-Bewußtsein. Obwohl er barfuß geht und in einem kleinen Dorf in Süd-Indien scheinbar abseits vom Welt-Geschehen lebt, ist er das wahrhaft mächtigste Wesen dieser Erde, der wahre Lenker aller Ereignisse dieser Welt.

Lehren der aufgestiegenen Meister

Die meisten aufgestiegenen Meister ziehen es vor, von ihrer göttlichen Ebene aus zu wirken, dennoch sind sie bewußten Schüler-Gruppen sichtbar und hörbar erschienen um ihnen ihre Lehren zu diktieren oder sie haben den Körper geeigneter Personen - mit deren Erlaubnis - für gewisse Zeit übernommen, um durch diesen Körper dann ihre Lehren zu übermitteln.

So kannst Du im Buchladen neben Büchern über Leben und Lehren des Avatars Sai Baba die Lehren einiger aufgestiegener Meister erwerben wie - Saint Germain, El Morya, Enoch, Ramtha. (Ramtha ist der Ram der Hin-



dus, der vor 35 000 Jahren aufstieg - von ihm stammen die Details über Gedanken)

Ursache aller Gedanken - der ewige Vater

Schöpfer des Universums der Universen ist der ewige Vater, die erste und einzige Ursache, die selbst ohne Ursache ist, die Ursache aller Gedanken. Als primäre geistige Persönlichkeit ist er sowohl unendlich als auch absolut. Bevor er das (unermeßlich große, aber nicht unendliche) Universum der Universen erschaffen konnte, war es für ihn erforderlich, aus der Unendlichkeit herauszutreten. Dies bewirkte er, indem er sich als Einheit in der Dreiheit manifestierte - universeller Vater, ewiger Sohn und grenzenloser Geist.

Diese drei absoluten Persönlichkeiten, Vater, Sohn und Geist handeln immer in spiritueller Einheit, wie eine einzige spirituelle Person. Jede Person dieser Dreiheit kann nun aber auch alleine oder in Kombination zu zweit oder zu dritt handeln.

Daraus ergeben sich 7 Kombinationen effektiver Kräfte und Eigenschaften, was einer enorm potenzierten Gesamt-Effektivität entspricht.

Das Universum der Universen enthält sowohl eine ewige vollkommene Schöpfung (die Paradies-Insel mit Zentral-Universum Havona) als auch eine sich in Evolution befindende, zeitlich unvollkommene Schöpfung (die 7 Super-Universen und die äußeren Räume). **Urantia**, unsere Erde, befindet sich dabei in Orvonton, dem 7. und jüngsten Super-Universum, im lokalen Universum von Neadon. Hier ein Bild der momentanen Position der 7 Super-Universen relativ zum Paradies / Havona-System, wie im Urantia-Buch beschrieben.



Christos - der Schöpfer-Sohn

In den vollkommenen Welten existieren nur vollkommene Söhne Gottes. Ihre Vollkommenheit ist nicht erworben sondern angeboren. Da sie über keine Erfahrung der unvollkommenen Welten verfügen, müssen sie dort hin hinabsteigen, um Erfahrungen zu sammeln und dabei die unvollkommenen Söhne dort lehren, sich für den Aufstieg in die ewigen, vollkommenen Welten zu qualifizieren.

Der vollkommene Sohn und Schöpfer unseres lokalen Universums von Nebadon gehört zur Klasse der Michael-Söhne und wird deshalb Michael von Nebadon genannt. Bevor aber der ewige Vater die volle Souveränität über ein lokales Universum anerkennt, muß sich dessen Schöpfer-Sohn auf 7 Planeten seiner Schöpfung erst selbst inkarnieren.

Deshalb war es für Urantia, unsere Erde, eine besondere Ehre, dass unser Schöpfer-Sohn diesen Ort für seine siebente und letzte Inkarnation wählte, um als Jesus von Nazareth unter uns zu weilen, um vom ewigen Vater die Bestätigung der vollen Souveränität über das Universum von Nebadon zu erhalten. Seitdem trägt unser Schöpfer-Sohn den Titel Christos Michael und hat eine besondere Verbundenheit mit unserer Erde.

Volle Souveränität bedeutet für unseren Schöpfer-Sohn - der ewigen Vater hat ihn intensiv geprüft und für gut befunden, als seine rechte Hand und getreuer Vertreter über das Universum von Nebadon zu regieren. Darum hat der ewige Vater alle Macht und Autorität vollständig an den Schöpfer-Sohn delegiert und übertragen.

Von nun an anerkennt der ewige Vater jegliche Entscheidung des Schöpfer-Sohnes betreffend das Universum von Nebadon, als wäre es seine ei-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

gene. Als Schöpfer-Sohn ist er damit für immer davon entbunden, für seine souveränen Entscheidungen erst Rückversicherung und Einverständnis beim ewigen Vater einzuholen.

Damit ist der Schöpfer-Sohn für uns in allen Angelegenheiten praktisch identisch mit dem ewigen Vater. Das bedeutet - bete zu Jesus und du betest zum ewigen Vater - oder bete zum ewigen Vater und du betest zum Schöpfer-Sohn - es ist jeweils das gleiche.

der Gedanken-Justierer - Gott in Dir

In den unvollkommenen Welten (wie der unseren) existieren zwar nur unvollkommene Wesen, aber der ewige Vater hat zum Ausgleich jedem Willens-Geschöpf einen Gottes-Funken, ein vollkommenes Geist-Fragment von sich selbst geschenkt.

Dieses Geist-Fragment reagiert wegen der innewohnenden Vollkommenheit auf die **Persönlichkeits-Gravitation** des ewigen Vaters und zieht das mit ihm verbundene Wesen durch die ganze Evolution hindurch unweigerlich in dessen ewige Gegenwart, in die ewigen Welten der Vollkommenheit.

Dieses **Geist-Fragment** bewohnt unseren Verstand und kann darum auch nur über den Verstand aktiv werden und wirkt dabei wie ein **Gedanken-Justierer**. Dessen Aufgabe ist es ausschließlich, uns für ein ewiges Leben in den vollkommenen Welten zu qualifizieren und vorzubereiten und nicht etwa für unser materielles Wohl zu sorgen.

Der **Gedanken-Justierer** dominiert auch nicht unseren Verstand oder den freien Willen, aber bei passender Gelegenheit tauchen im Verstand Gedanken-Blitze auf, die höhere geistige Wahlmöglichkeiten aufzeigen



oder mittels eines **Aha-Effektes** das Verständnis erweitern.

Damit das **Geist-Fragment** nicht ohne die ihm zugeteilte Person zum Vater zurückkehrt, muß erst eine geistige Fusion des Gottes-Funkens mit dieser Person stattfinden, bevor deren Aufstieg zur Unsterblichkeit stattfinden kann - das ist das **Geheimnis** der mystischen Hochzeit.

Dazu muß aber wenigstens eine Bedingung erfüllt sein - der freie Wille muß irgendwann dazu benutzt worden sein, um den Glauben an den Vater, den Sohn oder den Geist hervorzubringen, um das Leben am Willen des ewigen Vaters auszurichten (was bedeutet streben nach **Liebe** und **Vollkommenheit**). Ohne diesen Glauben findet keine geistige Fusion mit dem Gedanken-Justierer statt und das Geist-Fragment muß alleine zum Vater zurückkehren.

wer ist Gott

Wer ist dieses unendliche Mysterium, das man Gott nennt, nach dem der Mensch äonenlang verzweifelt gesucht hat, ohne ihn je zu finden, weil er ihn in der äußeren Welt, mit von religiösem Dogma geblendeten Augen gesucht hat.

Gott kannst Du nur finden, wenn Du in die Tiefe Deines eigenen Wesens-Kerns hinabsteigst dort in Deinem Inneren, da findest Du ihn und alle Wahrheit.

Gott, die Totalität allen Lebens, allen Seins in seiner erhabensten Form ist der Vater, die Gesamtheit aller Gedanken, allen Denkens - und mitten in Deinem Sein wohnt die Fähigkeit, selbst vollständig Gott zu werden, vollständig. Diese Wahrheit haben aufgestiegenen Meister für alle Menschen bewiesen - und Jesus ist einer von ihnen.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Gott ist der Gedanke und die Fähigkeit, sich selbst zu empfangen und wenn Gott der Gedanke auf sich selbst gerichtet ist, dann weitet er sich aus und explodiert im Licht - aus diesem Licht wurden alle Wesen und alle Materie erschaffen.

Wenn Du daher alle Deine Gedanken auf Deinen Wesens-Kern richtest, auf die Gott-Gegenwart **ICH BIN** im Herzen, dann wirst auch Du bald fühlen, wie Du Dich immer schneller im Bewußtsein ausweitest und förmlich im Licht explodierst.

Gedanken sind die **Substanz** aus der alles erschaffen wurde - alles hat seinen Ursprung im Gedanken, im Geiste Gottes, der höchsten Intelligenz. Gott, der Gedanke hält alle Wesen und alle Materie zusammen in ihren einzigartigen Mustern und Formen, ohne je über sie zu urteilen oder zu richten - das ist Liebe auf höchster Stufe, der Wesens-Kern Gottes.

Darum ist **Liebe** der höchste und mächtigste aller Gedanken - er macht Dich zum Herrscher über alle Natur- und Elementar-Wesen, alle Kräfte und Energien - wenn Du aber alles Wissen hast und hast nicht die Liebe, wirst Du niemals wahre Macht erlangen. (Gedanke + Gefühl = Weisheit bzw. All-Macht!)

Erkenne als ewige göttliche Wahrheit - *wenn Du alles gelernt hast, und hast doch nicht die Liebe, dann hast Du in Wahrheit nichts gelernt - wenn Du aber nichts gelernt hast und hast doch die Liebe, dann hast Du in Wahrheit alles gelernt.*

die Leere

Gott ist nicht nur der Fluß aller Gedanken, das All, er ist auch die Leere,



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

das Nichts. Das Nichts ist der leere Bewußtseins-Raum, der dennoch latent alle Gedanken enthält, die in der Welt der Materie noch ungeoffenbart sind. Um dies zu verstehen, stell Dir ein Blatt weißes Papier vor.

Was siehst Du darauf - nichts. Was könntest Du darauf zeichnen - alles.

Die Leere, das Nichts enthält latent in sich das All. Die Leere ist ein unsichtbarer Zustand vollkommener Einheit. Um etwas sichtbar zu machen, damit es in der Welt der Materie erscheinen kann, muß es sich von der Einheit trennen, es muß aus der Leere, aus der Einheit herausfallen.

Zeichne mit dem Farb-Pinsel einen grünen Kreis auf das leere Blatt - wo kam er her, wo war er vorher? Er war immer schon da, Du hast ihn vorher nur nicht erkennen können. Seine positive Form, der grüne Kreis und seine dazu komplementäre negative Form in der Ergänzungs-Farbe als roter Kreis lagen in der Einheit, der Leere des Blattes, übereinander als unsichtbarer weißer Kreis. Der grüne Kreis war latent, ungeoffenbart, immer schon vorhanden. Als er durch den Pinsel auf dem Papier erscheinen, blieb die rote Ergänzungs-Hälfte im Ungeoffenbarten zurück.

Erkenne - was immer Du siehst, es ist nur darum erkennbar, weil es sich von seiner Ergänzungs-Hälfte getrennt hat, die im Unsichtbaren, im Ungeoffenbarten zurückgeblieben ist. Beobachte die sichtbare Welt, sie ist nur darum erkennbar, weil sie sich von Gott, der Einheit getrennt hat, wo Nichts und All noch ineinander ruhen.

Schöpfung entsteht dort, wo positives und negatives getrennt erscheinen und wir beide miteinander vergleichen können, nur dann ist Schöpfung erkennbar. Ohne dass sich die Einheit in zwei Hälften spaltet, in eine offenbarte und das nicht-offenbarte Spiegelbild, gibt es keine Erkenntnis.

Erkenne diese ewige Wahrheit - *so wie Du als Schöpfer mit dem Pinsel den grünen Kreis geschaffen hast, so ist Dein Bewußtsein der Schöpfer*



*fer Deiner Welt. Durch Dein Bewußtsein bringst Du alles aus dem leeren Bewußseins-Raum hervor - Du bist der Schöpfer. Deine **ICH BIN** Gegenwart ist der Pinsel, das Werkzeug Deiner Schöpferkraft - Deine Gedanken sind das Medium, die Farbe, mit der Dein Bewußtsein malt.*

die Dualität

Als Gott, der unsichtbare Gedanke, über sich selbst nachdachte, wurde auch der Schöpfungs-Gedanke geboren - um sich selbst erkennen zu können, mußte er sich in Bild und Spiegel-Bild trennen - daraus resultiert die **Dualität** unserer Welt.

Weise ist, wer dies versteht - das **Böse** ist immer nur das **Spiegel-Bild** des **Guten**, Du kannst das Gute nur darum erkennen, weil es sein Spiegel-Bild, das Böse gibt.

Verstehst Du jetzt, warum der Kampf gegen das Böse letztlich sinnlos ist? Denn wenn es Dir je gelänge, es auszumerzen, müßte gleichzeitig auch alles Gute verschwinden, wäre Schöpfung nicht mehr existent - **Bild und Spiegel-Bild** können nur zusammen existieren, verschwindet das eine, muß auch das andere verschwinden.

Das ist auch der Grund, warum aufgestiegene Meister und Avatare nicht die Überwindung des Bösen auf ihre Fahnen schreiben. Sie lehren stattdessen zu lieben und aufzuhören zu urteilen. Jeder Gedanke, jedes Wesen, jedes Ding hat seine Daseins-Berechtigung, auch das Böse, denn alles ist Gott, der Gedanke, der niemals urteilt.

Daher habe ich auch LARA kennen gelernt. LARA ist die bedingungslose Liebe, in dem ich Akzeptiere, Respektiere und alles annehme was ist. Ich brauche das noch lange nicht für gut heißen oder mögen.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Doch immer hast Du Wahl-Möglichkeiten, Du selbst kannst Dich für das Gute oder das Böse im Bewußtsein entscheiden und was immer Du denkst, erkennst Du damit als Deine Wahrheit an und Gott der Gedanke offenbart es für Dich in der Welt durch sein immerwährendes Gebot - ICH BIN.

Erkenne auch diese Wahrheit - *Einheit und Vollkommenheit kannst Du in der offenbarten Welt niemals erreichen, im Bewußtsein aber kannst Du beides für Dich verwirklichen - Du stehst dann über der offenbarten Welt, selbst wenn Du Teil von ihr bist.*

Christ und Antichrist

Dein verfälschtes **Ego** hält Dich davon ab, die Totalität Gottes zu erkennen, zu werden und das gesamte Spektrum aller Gedanken-Frequenzen im Gehirn zuzulassen - es verschließt sich allen Gedanken-Frequenzen, die Gott sind, damit es in scheinbarer Sicherheit leben kann, ohne Schaden zu nehmen.

Das verfälschte **Ego** ist darum tatsächlich der **Antichrist**, denn es leugnet, dass Du ein Kind Gottes bist. Es gestattet Dir nicht, den Gedanken anzunehmen, dass **Du und der Vater ein und dasselbe sind**, dass auch Du das unsterbliche, göttliche Prinzip ICH BIN bist, das die Macht hat, die Ewigkeit zu erschaffen und den Tod.

Der **Antichrist** ist das verfälschte **Ego**, sein **Königreich** das gesellschaftliche Bewußtsein, das unbegrenzt **Denken** nicht zuläßt, sein **Dogma** heißt **Angst, Urteil und Überleben**.

Ein **Christ** ist ein Mensch, der ganz und gar die **Kraft**, die **Liebe**, die **Schönheit** und das unbegrenzte **Leben** des **Vaters** ausdrückt, der in



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

ihm lebt - der erkennt, dass er **göttlich ist** und selbst zu dieser **Erkenntnis** wird, indem er jegliches Dogma, Angst, Prophezeihungen überschreitet, weil er weiß, jenseits des gesellschaftlichen Bewußtseins ist die Macht der Gedanken, die unbegrenzte Lebenskraft, die man Gott nennt.

Du bist der **Tempel**, Christ und Antichrist teilen sich denselben Tempel. Gott in Dir, die Gesamtheit allen Denkens, läßt sowohl den Christ als auch den Antichrist leben - er läßt **Leben und Tod** zu - er läßt **Begrenztheit** und **Grenzenlosigkeit** zu.

Quelle der Gedanken

Hinter Deinen Augen, jenseits der Illusionen Deines Gesichtes, wirkt Gott in Dir, der sich durch die 3-fältige Bewußtseins-Flamme als Deine ICH BIN-Gegenwart im Herzen offenbart.

Dort ist die unsichtbare Quelle der Gedanken, die erhabene Intelligenz, die ungeheuerere Macht, schöpferisch zu handeln, zu erschaffen, die wundervolle Lebenskraft, die Dein Leben auf immer und ewig aufrechterhält.

Und obwohl Gott, die Quelle aller Gedanken allgegenwärtig ist, genügt es in der Dualität des täglichen Lebens oft, sich auf zwei Quellen Deiner Gedanken zu konzentrieren - Deine **Umwelt** und Deine **Nahrung**.

Gedanken aus der Umwelt

Dem Einfluß der Gedanken aus Deiner Umwelt kannst Du entgegenwirken, indem Du Dir Freunde und Bekannte aussuchst oder mit Gruppen arbeitest, die vorwiegend erhebende Gedanken verbreiten und Dich



nicht mit ihren begrenzten Gedanken im **Bewußtsein** herabziehen.

Du kannst auch vermeiden, herabziehende Gedanken aus **Fernsehen**, **Radio** und **Zeitungen** auf Dich einwirken zu lassen, denn bedenke - jeder Gedanke, den Du in Dein Bewußtsein einläßt, den Du damit anerkennt - wird irgendwann zu Deiner Wirklichkeit, selbst wenn Du dies nicht glaubst.

Gedanken aus der Nahrung

Deiner **Nahrung** solltest Du besondere Aufmerksamkeit widmen - denn Gedanken aus Deiner Nahrung haben die Macht, Deine Bewußtseins-Einstellungen so zu verzerren, dass Du die Wahrheit nicht mehr erkennen kannst.

Einige Lebensmittel hinterlassen im Gehirn einen Stoff, der Dir den Zugang zu Deinem göttlichen Wesens-Kern versperrt, es sind dies in der Reihenfolge ihrer Schädlichkeit - **Drogen, Alkohol, Tabak, Fleisch, Fisch, Knoblauch, Zwiebeln**.

Drogen verschaffen Dir nur deshalb einen **Flash**, weil Du Deine Gehirnzellen sterben fühlst und der Tag wird kommen, da nichts mehr stark genug ist, um ein Gefühl in Dir auszulösen, Du kannst nicht mehr lachen und nicht mehr weinen - das aber wäre der wirkliche Tod, der Tod Deiner Seele.

Wenn Du nur einen kräftigen Körper willst, magst Du **Fleisch** essen, sonst solltest Du es lieber meiden, denn Fleisch sind tierische Gedanken. Wenn Du ein Tier ißt, erhebst Du das Tier auf eine höhere Stufe, Dich zieht das Fleisch zurück - Du wirst tierischer, statt göttlicher.

Fleisch bringt Dir auch tierische Krankheiten und es speichert die Gedan-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

ken der Angst bei der Tötung des Tieres - die meisten Deiner Ängste haben ihren Ursprung hier und Angst ist ein starkes Gefühl, das dann Deine Gedanken belebt.

Fisch ist ähnlich wie Fleisch, es enthält alle Arten schmutziger Gedanken. **Knoblauch** und **Zwiebeln** haben zwar eine heilende Wirkung auf den Organismus, aber sie erregen Leidenschaften, rauben dem Geist die **Klarheit** und verhindern gute Konzentration.

Obst, Gemüse, Nüsse, Brot und Milchprodukte sind Lebensmittel, die Du bevorzugen solltest, aber mache keinen Kult daraus, denn wichtiger als alles, was Du isst - wisse immer im Bewußtsein, **WER DU BIST**.

Gedanken und bewußtseins-erweiternde Drogen

Abstieg in die Materie bedeutet für die Seele Aufspaltung in Fragmente von **16 parallelen Leben**, die selbst nichts voneinander wissen und dennoch durch wechselseitige Abhängigkeiten miteinander verbunden sind. Darum sagen die Meister Urteil ist immer auch Selbst-Urteil.

Immer, wenn Du etwas verurteilst, kannst Du dies nur tun, weil Du auf einer parallelen Ebene eine gleichartige Sache manifestiert hast - dort verurteilst Du Dich dann selbst dafür. (Anm. FCM: d.h. wenn ich die Verhaltensweise von Narzissten verurteile, erkenne ich meinen eigenen Anteil am Narzissmus und schade mir damit selbst – interna: Lucifer Inkarnation)

Bei bestimmten Krankheiten, wie Schizophrenie hast Du Zugang zu diesen parallelen Leben und springst dauernd zwischen den parallelen Ereignissen hin und her, ohne zu wissen, was da passiert. (Anm. FCM: z.B. gespaltene Persönlichkeiten, die bewusst zw. diesen Personen hin- und



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

herspringen und ihnen auch bewusst ist)

Viele Drogen und halluzinogene Stoffe wie Peyote können nun die Schleier zu diesen parallelen Leben ebenfalls kurzzeitig öffnen. Schamanen und Medizin-Männer haben dadurch die Fähigkeit, diese parallelen Realitäten jederzeit bewußt zu erreichen. Und sie haben das Wissen, dann dort Ursachen zu erkennen und aktiv Veränderungen vorzunehmen, was wiederum wegen der wechselseitigen Abhängigkeit der parallelen Realitäten dann zur Heilung des Patienten führt.

Hinter jedem Ding existiert ein Schöpfer, ein Bewußtsein, ein Geist, eine Medizin - und es gibt nichts, was nicht mit einer Absicht, einem tieferen Grund geschaffen wurde.

Darum ist es weise, alle Dinge nur im Einklang mit dieser Absicht zu benutzen, um sich nicht selbst zu schaden. Wenn daher ein Schamane Peyote in reiner Absicht benutzt, mit dem Gedanken zu helfen, dann wird er immer geführt vom Schöpfer hinter dem Peyote, der Medizin, dem Geist des Peyote, um die sichere und produktive Reise des Schamanen zu den parallelen Realitäten zu gewährleisten.

Jemand aber, der solche halluzinogene Stoffe in Unwissenheit nur mit Gedanken und der Absicht von Abenteuer, Unterhaltung oder Wirklichkeitsflucht benutzt, ist keinesfalls mehr durch dessen Schöpfer und seine Medizin geschützt. Er verbindet sich dadurch unwissentlich mit Ebenen, die ihn vor Entsetzen zurückprallen ließen, könnte er sie nur sehen. Für ihn kann es ein unbeschreiblicher Horror-Trip werden, dessen Risiko er alleine trägt. Dunkle Kräfte können diese Substanzen dann auch nutzen, um dem Benutzer Lebenskraft zu entziehen, er erfährt dann Erschöpfung seiner Lebenskräfte und vorzeitige Alterung.

Nur wenn diese Substanzen in reiner Absicht benutzt werden, verhindert der Schöpfer hinter der Substanz eine Einmischung der dunklen Kräfte in



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

die Absicht der Reise - für den Schamanen resultiert dies eher in einem erneuerten und gestärkten Energie-Feld, statt in einem erschöpften.

Erkenne auch hier das Gesetz - der Gedanke, die Absicht hinter jeder Erfahrung beeinträchtigt das Ergebnis.

Gedanken und Rauchen

Die Absicht, der Gedanke des Schöpfers hinter dem **Tabak** ist die **Medizin** von Anbetung und Segnung. Wenn Du daher den Schöpfer segnest für die Gabe des Tabaks und aus reiner Lebensfreude rauchst, mit Gefühlen der Dankbarkeit an den Schöpfer dieser Freude, dann kann die Erfahrung des Rauchens dem Körper keinen Schaden zufügen - der Schöpfer und seine Medizin hinter dem Tabak blockieren dann jeglichen Schaden.

Wenn Du allerdings abhängig vom Rauchen bist, nimmst Du vielleicht diesen Rat an, wie man richtig damit umgeht: Wirf die künstlichen Zigaretten weg, nimm eine Pfeife und rauche reinen Tabak. Sende dem Schöpfer hinter dem Tabak Gedanken der Freude und Dankbarkeit für diese Segnung des Lebens.

Nur in dieser Weise wird die Substanz Tabak in reiner Absicht benutzt und der Schöpfer hinter dem Tabak wird dann alles blockieren, was Deinem Körper schaden könnte und Deine Abhängigkeit wird gebrochen.

Gedanken und Alkohol

Das Bewußtsein, die Medizin hinter dem Alkohol ist die Medizin der Feier. Wenn Du also ein Glas Wein im Gedanken, in der Absicht des Feierns aus reiner Lebensfreude trinkst, mit dem Gefühl der Dankbarkeit dafür, wirst Du nur die Erfahrung eines wunderschönen euphorischen Zustandes ma-



chen - jede Erfahrung von Trunkenheit und Abhängigkeit wird blockiert und umgangen.

Gedanken und Umwelt-Gifte

Alle Dinge besitzen Bewußtsein, auch giftige oder krankmachende Substanzen wie Schwermetalle, Pestizide, radioaktive Stoffe, Lebensmittel-Zusätze, Schadstoffe in der Luft, Krankheits-Erreger, Viren oder Bakterien .

Wenn Du dies im Bewußtsein weißt und akzeptierst, kannst Du in Gedanken eine Bitte an das Bewußtsein, den Geist dieser giftigen Substanzen richten, Dein Leben zu unterstützen.

Das Bewußtsein, der Geist dieser Substanzen antwortet darauf mit einer Schwingungs-Erhöhung, um Resonanz mit Dir herzustellen, was augenblicklich den schädlichen Effekt auf den Körper aufhebt oder zumindest mindert. Aber erst, wenn Deine letzten Zweifel absolut überwunden sind, kannst Du ähnliches vollbringen wie Rasputin, dem selbst Zyankali nichts mehr anhaben konnte.

Alles auf Erden, ob lebendig oder nicht, hat eine spezifische Schwingung. Krankheit und Unwohlsein sind nur das Resultat von Fehl-Anpassungen der Schwingung oder Vibration innerhalb des Körpers. Du kannst daher als Gedanke, als bewußte Absicht im Bewußtsein festhalten - **alle Moleküle schwingen in Resonanz und Harmonie mit meinem Leben und Wohlergehen.** Dein Gebot im Bewußtsein muß früher oder später Deine Wirklichkeit werden - alle Gift-Substanzen werden dann letztlich aufhören, einen negativen Einfluß auf Dein Leben zu haben.

Sollte gar die Menschheit sich entschließen, ihre Glaubens-Systeme über Umwelt-Gifte in gleicher Weise zu ändern und damit zu transzendieren, dann werden auch alle Moleküle der Erde in Resonanz und Harmonie mit



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

diesem Glaubens-System sein und alle Umwelt-Verschmutzung und Vergiftung, die die Menschheit geschaffen hat, wird in einem Augenblick geheilt sein.

Die Menschheit hat dann endlich verstanden - alle Erfahrungen von Krankheit, Vergiftung, Verschmutzung sind nur die Reflexion eines Mangels an Ehrerbietung, die man dem eigenen Leben und anderem Leben gegenüber offenbart. Wenn die Menschheit ihr Bewußtsein dahingehend ändert, dass diese Ehrerbietung in ihren Gedanken und Absichten wieder vorherrscht und damit die Heiligkeit aller Erfahrungen wiederhergestellt ist, dann werden Dinge wie Krankheit, Abhängigkeit und Urteil, die in der Menschheit vorherrschen, eine Erfahrung der Vergangenheit sein.

der Kreislauf der Gedanken

Was immer Du als Gedanke gesät hast, wirst Du als Wirklichkeit ernten. Alle Gedanken kehren vielfach verstärkt in Form Deiner Wirklichkeit zu Dir zurück. Dabei gilt - Liebe zieht Liebe an, Haß zieht Haß an, Angst zieht Angst an - das ist das Gesetz des Kreislaufs, dem alle unterstehen, ob sie daran glauben oder nicht. (Anm. FCM: bzw. Gesetz von Ursache und Wirkung, man sagt auch Karma)

Alles, was Du denkst und fühlst, worauf Du Deine Aufmerksamkeit richtest, enthält Energie, dadurch werden Gedanken und Gefühle Wirklichkeit, nehmen Gestalt an, werden zu Formen und Ereignissen in der Welt der Materie.

Um aber ein Mißverständnis auszuräumen, was da zurückkommt ist keine exakte Kopie des Ursprungs-Gedankens. Stell Dir Gedanken als weiterentwickelt, gewachsen vor, etwa so, wie beim Samen-Korn. In Analogie ist dann der Gedanke das Samen-Korn, die Pflanze, die sich



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

daraus entwickelt, Deine Wirklichkeit. Die Früchte der Pflanze Deiner Wirklichkeit sind dann um ein vielfaches vermehrte gleichartige Samen-Körner des Ursprungs-Gedankens.

Nach dem Gesetz des Kreislaufs müssen Deine Gedanken, nachdem sie ihr Werk vollbracht, sich manifestiert haben, vervielfacht und verstärkt wieder zu Dir zurückkehren. Da gibt es kein Vertun, der Energie-Strom kehrt immer nur zu Dir als Absender zurück, sie tragen Deinen Stempel, Dein Markenzeichen. Du wirst in Form von Dingen und Ereignissen, die in Deiner Wirklichkeit auftauchen, immer wieder mit Deinen eigenen Gedanken und Gefühlen konfrontiert - und nur wenn Du Freude aussendest, wirst Du auch Freude haben.

Stell Dir vor, Du denkst liebevoll an einen Freund, augenblicklich erreicht ihn diese Liebes-Schwingung, ungeachtet der Entfernung, selbst wenn er nichts davon weiß. Auf dem Weg dorthin zieht dieser Gedanke gleichschwingende Energien aufgrund seines Magnetismus an, verbindet sich mit dieser Schwingung, wird dadurch vielfach verstärkt, gleiches zieht gleiches an. Der Freund wird vom Energie-Strom der Liebes-Schwingung durchdrungen, er fühlt sich auf einmal wunderbar - es ist, als ob er im Lichtstrom gebadet und gesegnet wird. Wenn sie ihr Werk vollbracht hat, kehrt die Energie-Schwingung zu Dir als Absender zurück, verbindet sich auf dem Rückweg wieder mit gleichschwingender Energie, wobei sie nochmals verstärkt wird - Du wirst dann selbst vom Liebesstrom durchdrungen und vom Lichtstrom gesegnet.

Das Gesetz funktioniert natürlich auch, wenn Du destruktive, disharmonische **Schwingungen** wie Haß, Ärger, Wut, Kritik, Angst, Neid, Lethargie, Depression aussendest - auch sie kommen vielfach verstärkt zurück, denn in der Erd-Atmosphäre gibt es große Mengen dieser disharmonischen Energien.

Wenn dann Deine destruktiven **Energien** verstärkt zu Dir zurückkehren,



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

kann es sein, dass sie Familien- oder Berufs-Probleme oder andere Schwierigkeiten verursachen oder gar Unfall oder Krankheit hervorrufen - es gibt da absolut keinen Zufall dabei. Und Du sagst dann vielleicht in Deiner Unwissenheit - warum mußte mir das passieren, wo ich doch so gesund lebe.

Die Gnade des kosmischen Gesetzes sorgt allerdings dafür, dass zu jeder Zeit nur soviel Deiner eigenen destruktiven Gedanken-Energien auf Dich zurückgeworfen werden, wie Du jeweils verkraften kannst - die aufgestiegenen Meister halten sie eine Weile zurück - aber erlösen und umwandeln mußt Du sie dereinst, denn Gedanken-Energien sind unzerstörbar.

Wie kannst Du aber solche destruktiven **Energien** ohne größeres Leiden umwandeln? Durch Gedanken der Annahme, Dankbarkeit, Vergebung, Liebe und durch die Gnade der Alles Verzehrenden Violetten Flamme der aufgestiegenen Meister, wenn Du sie zu diesem Zwecke bewußt anrufst - durch den Gedanken und das Gefühl - ICH BIN die Alles Verzehrende Violette Flamme, die alle Fehler, Irrtümer und alles unerwünscht Erschaffene verzehrt, für das mein äußeres Selbst verantwortlich ist. (Anm. FCM: und das gleiche gilt für LARA!)

Wachstum der Gedanken

Wenn Du einen einzelnen **Gedanken** denkst, scheint er Dir vollkommen wirkungslos zu sein, es passiert scheinbar nichts und doch wirst Du ernten, was Du gesät hast. Es ist wie das Wissen des Bauern - wenn er Samen in die Erde bringt, scheint das auf den ersten Blick vollkommen wirkungslos zu sein, es passiert scheinbar nichts und doch weiß er, dass er ernten wird, was er gesät hat.



Gedanken sind Schwingungen der **Elektronen**, eines unglaublich feinen Mediums, das allgegenwärtig ist. Diese reagieren unglaublich feinfühlig auf jeden Deiner Gedanken und bilden augenblicklich die im Gedanken enthaltene Form im Ungeoffenbarten nach. Damit ein Gedanke aber als Form in der Materie erscheinen kann, damit er Deine Wirklichkeit werden kann, muß er das zur Materialisation erforderliche **Energie-Potential überschreiten**. Die aufgestiegenen Meister können einen **Gedanken** mit solcher **Gefühls-Kraft aufladen**, dass dieses Energie-Potential überschritten wird - sie besitzen daher die Fähigkeit, augenblicklich zu manifestieren.

Obwohl Gedanken sich durch ihren Magnetismus selbst verstärken, wie ein Scheeball, den man den Hang hinunter rollen läßt, immer größer wird, reicht das Energie-Potential beim Durchschnitts-Menschen bei weitem nicht zur Manifestation, was kannst Du also tun, um die Kraft Deiner Gedanken zu potenzieren.

Wiederhole einen **Gedanken** oft, dadurch wächst er wie eine Pflanze, die man regelmäßig düngt und wässert, jedesmal wenn Du den gleichen Gedanken denkst, ist er auf einem höheren Energie-Potential. Das ist, wie wenn Du ein Schiff zum schaukeln bringen willst, das viel schwerer ist als Du, dennoch gelingt es Dir, wenn Du ausdauernd weiterschaukelst.

Ein Gedanke der Heilung - ICH BIN die heilende Gegenwart - stetig über Jahre aufgeschaukelt, würde Deine Aura mit solch mächtiger elektromagnetischer Kraft aufladen, dass dieser Gedanke die beherrschende Kraft in der Atmosphäre um Dich wird - Du bist dann wahrhaft von einem heilenden Schatten begleitet, wo immer Du gehst und stehst.

Regelmäßige Konzentration zu selben Zeit vor Sonnen-Aufgang oder nach Sonnen-Untergang verzehnfacht Deine Kräfte - man nennt das Meditation. Während des Tages ist Deine Konzentration meist zu gering, der Einfluß der Sonne und Deiner Umwelt ist zu stark.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Benutze den mächtigen Kraftwirbel, die zwingende Kraft von Mantras, stelle Deinen Gedanken Mantra-Machtworte voran wie ICH BIN, ICH BIN die Gegenwart, ich weiß, ich weiß - ICH BIN, damit erreichst Du eine dynamische Verstärkung, die mit der Anzahl ihres Gebrauchs wächst.

Benutze oft die Worte absolut und grenzenlos, streiche Worte wie - unmöglich, ich kann nicht , ich weiß nicht - unbedingt aus Deinem Wortschatz, sie begrenzen nur Dein Denken.

Lade Deine Gedanken mit starken Gefühls-Kräften auf, je stärker das Gefühl, desto schneller manifestiert sich ein Gedanke und Liebe ist das stärkste Gefühl, darum sind solche Manifestationen dauerhaft. Wissen, der Gedanke bildet die Form, ist also der Becher, das Gefühl ist der Inhalt, das Wasser im Becher und das ist es, was Du eigentlich willst, denn was nützt Dir ein leerer Becher.

Kontrolliere Deine Gedanken, sage oder denke niemals unbedacht - ich bin müde, ich bin krank - oder ähnliches, denn alles was Du denkst, zwingst Du in die Manifestation.

Denke daran, die Energie eines Gedankens ist unzerstörbar, geht niemals verloren. Auch wenn sich eine Gedanke noch nicht manifestiert hat, bleibt er im Wartezustand im Ungeoffenbarten, er ist bereits latent vorhanden - er ist wie ein Same, der in der Erde liegt und darauf wartet zu keimen.

das Alles Verzehrende Violette Feuer

Die Gnade des kosmischen Gesetzes schützt die Menschen - es verhindert, dass die Rückwirkungen ihrer eigenen Gedanken augenblicklich auf die Erde zurückgeworfen werden.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Die aufgestiegenen Meister halten den größten Teil dieser destruktiven Energien zurück - sie lassen jeweils nur soviel zurückfluten, wie die Menschheit gerade verkraften kann. Würden sie dies nicht tun, müßte alles Leben dieser Erde ersticken in der alles erdrückenden Last ihrer eigenen psychischen Energien.

Kein Fortschritt wäre mehr möglich, die Menschheit würde von gewaltigen selbstverursachten Katastrophen heimgesucht, die sie nicht bewältigen könnte.

Da unser Sonnen-System auf ihrer elliptischen Bahn um die größere Eltern-Sonne, den Stern **Alcyone** im Sternbild der **Plejaden**, sich dieser Sonne wieder nähert, erfahren alle Elektronen eine immer größer werdende **Schwingungs-Beschleunigung**.

Dies hat mehrere Auswirkungen, Menschen, die ihr Bewußtsein geöffnet haben, erheben sich immer schneller in der aufsteigenden Bewußtseins-Spirale, sie werden immer bewußter, sie entfalten ihre wahren Fähigkeiten immer schneller.

Engstirnige Menschen aber, die ihr Bewußtsein nicht geöffnet haben, geraten auf der absteigenden Bewußtseins-Spirale immer mehr unter Druck, ihre destruktiven psychischen Energien manifestieren sich immer schneller, was sich in der Zunahme aller möglichen destruktiven Aktionen offenbart. Es kann dabei sogar zu einem destruktiven Kollaps kommen, zu Kurzschluß-Handlungen wie einem neuen globalen Krieg.

Darum haben die aufgestiegenen Meister ihre eigenen Kräfte zur Verfügung gestellt, um diese destruktiven Kräfte in aufbauende Kräfte umzuwandeln - das ist die Macht des Alles Verzehrenden Violetten Feuers.

Es ist ein wirkliches Feuer mit gewaltiger verzehrender, transformierender Kraft, für uns aber unsichtbar, weil es direkt auf der Kausal-Ebene



wirkt.

Weil gute Lehrer niemals die Hausaufgaben ihrer Schüler machen, aber jede nur erdenkliche Hilfe geben, wenn sie die eigenen Anstrengungen ihrer Schüler sehen, so ist das Alles Verzehrende Violette Feuer der aufgestiegenen Meister nur in dem Maße wirksam, wie es durch bewußte Menschen in deren Anrufungen angefordert wird.

Eine Anrufung ist einfach ein bewußt ausgesandter Gedanke, aufgeladen mit Deiner Gefühls-Energie. Wenn Du also helfen willst, die destruktiven psychischen Energien in der Erdatmosphäre zu mindern, kannst Du die Kräfte der aufgestiegenen Meister bewußt anfordern mit einer Anrufung wie dieser (in Gedanken oder Worten) - **ICH BIN das Alles Verzehrende Violette Feuer, dass jetzt alle destruktiven Energien dieser Erde auflöst.**

Die aufgestiegenen Meister werden dann gemäß Deinen investierten Gefühlen die entsprechende Wirkung hervorrufen. Du hast aber immer die göttliche Freiheit, das Feuer in alle Zustände, Ereignisse, Orte, Personen oder auf Dich selbst zu lenken, wo immer Du Vollkommenheit wünschst. Es wird sein Ziel niemals verfehlen und die gewünschte Wirkung hervorbringen, solange Du es ohne Zweifel im Herzen anwendest.

Selbst-Meisterschaft

Selbst-Meisterschaft bedeutet, Deine Gedanken und Gefühle zu beherrschen, nicht mehr einfach alles geschehen lassen, sondern verantwortlich mit den Gedanken, der elektronischen Licht-Substanz umzugehen. Es bedeutet zu wissen, was Du gesät hast, wirst Du auch ernten oder wie beim Computer, was Du hineingibst, kommt gedruckt heraus.



DocQuizze - Heile deine Seele - Selbstheilung

Wenn Du Deine Gedanken und Glaubens-Systeme änderst, verändert sich auch das Äußere, das Sichtbare und je mehr Gefühl Du in Deine Gedanken hineingibst, je intensiver Du an etwas denkst, um so schneller wird es Gestalt annehmen - dies zu wissen und anzunehmen ist der Weg zur Selbst-Meisterschaft.

Wenn Du als werdender Meister dennoch wieder destruktiv gedacht hast, destruktiv reagiert oder destruktive Emotionen, Gedanken, Worte und Taten zugelassen hast, wirst Du diese Energien durch bewußte Anrufung der Flamme des Violetten Feuers auch wieder reinigen und umwandeln.

Harmonie

Wenn Du Selbst-Meisterschaft willst, ist oberstes Gebot, die innere Harmonie aufrechtzuerhalten. Was immer in der äußeren Welt geschieht, wisse, Menschen ärgern sich nur deshalb über Personen, Orte, Zustände und Dinge, weil sie nicht Herr über sich selbst sind.

Sieh Dir die Haut eines ganz kleinen Kindes an, sie ist rosig, glatt und gesund, sie spiegelt die innere Harmonie des Kindes wieder, denn das Kind ist mit sich selbst in Harmonie, glücklich und zufrieden, die vorherrschenden Gedanken sind Liebe zu Eltern und Geschwistern.

Und dann sieh Dir die Haut eines Erwachsenen an, statt rosig und glatt ist sie meist rau, zerfurcht, manchmal fahl und ungesund, sie spiegelt die vorherrschenden Gedanken wieder, Streß, Hetze, Ärger, Ungeduld, Unlust, Frust, Mißmut.

Die Elektronen Deiner Atome reagieren unglaublich feinfühlig auf jeden Deiner Gedanken und auf jedes Deiner Gefühle. Die Gedanken geben dabei eine Form vor, das Gefühl die Beschleunigung und Geschwindigkeit



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

mit der die Elektronen diese Gedanken-Form mit ihrem Leben erfüllen.

Wenn Du Freude denkst, lädst Du alle Elektronen mit dem Gefühl von Freude auf, die Elektronen nehmen die Geschwindigkeit der Freude an, sie sprühen und hüpfen buchstäblich vor Freude. Nun stell Dir vor, was passiert, wenn Du in Wut explodierst - das ist von der Wirkung her mit einer Atombombe im Körper vergleichbar. Während ein Teilchen-Beschleuniger nur einzelne Atome zertrümmern kann, erschüttert ein Wutausbruch Deinen ganzen Körper und zertrümmert dabei Deine Atome zu Aber-Millionen. Das Ergebnis siehst Du dann spätestens nach 30 Jahren, die buchstäblich zertrümmerten Gesichter und Körper der Erwachsenen.

Wenn Du aber in Harmonie bleiben kannst und dabei bewußte klare Gedanken aussendest, entstehen wirbelnde Energie-Ballungen von Elektronen, die Deiner bewußten Lenkung augenblicklich gehorchen und die Macht Deiner Gedanken um ein vielfaches potenzieren.

Du kannst dann ganz sanft und leise sprechen, dennoch werden alle die Macht Deiner Worte spüren. Und Worte sind nur Töne, die Gefühle Deiner Seele ausdrücken, im Geist verdichtete, bereits mit Gefühl aufgeladene Gedanken-Formen mit fraktaler Eigen-Dynamik.

Hierzu paßt auch diese kleine Geschichte.

Ein Meister unterrichtete gerade eine kleine Schar Schüler. Da kam ein Bote vom Erziehungs-Minister des Landes mit der Nachricht, der Minister sei in der Schule und wolle alle Lehrer sehen. Der Meister schickte den Boten zurück mit der Botschaft, er könne nicht kommen, die Kinder zu lehren sei wichtiger. Darauf kam der Minister selbst zum Meister und stellte ihn zur Rede. Er wollte wissen, was für wichtige Dinge er die Kinder lehre, dass er keine Zeit für den Minister habe.

Der Meister erklärte - "ich lehre die Kinder die Macht der Worte!" Der



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Minister aber antwortete gereizt- "welche Macht können leere Worte schon haben!" Da wandte sich der Meister zum kleinsten der Schüler und flüsterte ihm leise ins Ohr, gerade laut genug, dass der Minister es hören konnte - "Du gehst jetzt hin und wirfst diesen Mann hinaus!" Da explodierte der Minister vor Wut - "was fällt ihnen ein, so mit mir umzugehen!" Der Meister aber sagte ganz sanft - "eben noch haben Sie die Macht der Worte bezweifelt und doch haben ein paar Worte Sie dermaßen aus dem Gleichgewicht gebracht, dass Sie fast die Kontrolle über sich verloren haben. Und es waren wirklich nur Worte, denn der kleine Kerl hätte Sie doch unmöglich hinauswerfen können!"

Musik

Eine ganz besondere Art von Gedankenform ist Musik, eines der wirksamsten Mittel um Harmonie herbeizuführen, um die Wasser der Gemüts-Bewegung zu stillen oder aber aufzuwühlen bis zu den höchsten Ekstasen. Ton-Schwingungen in höchster Vollkommenheit sind harmonisch, sie haben keinen Anfang und kein Ende, sie sind ewig, wie der natürliche ewige Rhythmus allen Lebens.

Schwingungen aber, die im Widerspruch zum kosmischen Gesetz von Schönheit und Ausgeglichenheit stehen haben Anfang und Ende und ihre Töne, die durch gebrochenen Rhythmus einem Mörser ähneln sind nerven-zerstörende, die Sinne aufreizende Musik, die Menschen zu Ausschweifungen stimuliert. Durch solche Musik wirken dunkle Mächte auf die hinterhältigste Art denn diese Musik vernichtet die Harmonie und den natürlichen Rhythmus der Menschen, der so wichtig zur Selbst-Erkennung ist.



ICH BIN, die Macht der Mantras

Gedanken sind **Schwingungen** im **Geist**, darum gelten auch die aus der Physik bekannten Gesetze für Schwingungen, wie das Gesetz der Resonanz.

Zu jeder Schwingung gibt es eine oder mehrere Resonanz-Schwingungen, die diese verstärken und aufschaukeln. Darum können Soldaten, die im Gleichschritt über eine Brücke gehen, diese durch Resonanz zerstören, wenn ihre Schritt-Frequenz mit der Eigen-Frequenz der Brücke identisch ist.

Mantras sind Gedanken-Schwingungen, die die Macht haben, sich selbst oder andere Gedanken-Schwingungen durch Resonanz zu verstärken und aufzuschaukeln. Sagst Du bewußt in Gedanken oder Worten **ICH BIN** so bist Du in Resonanz mit dem Fluß aller Gedanken, denn **ICH BIN** ist Dein göttlicher Wesens-Kern, die Macht und Gegenwart Gottes in Dir. Damit erzeugst Du einen gewaltigen Sog, einen Energie-Wirbel, der alles in die Existenz zwingt, was Du mit diesem Machtwort verbindest.

Wenn Jesus bewußt sagt ICH BIN die Auferstehung und das Leben so ist das der Machtspruch, mit dem er seine eigene Auferstehung und Unsterblichkeit in die Existenz gezwungen hat, indem er ihn bis zur Manifestation im Bewußtsein festhielt. (Anm. FCM: „bevor Abraham war, BIN ICH“)

Menschen in ihrer Unwissenheit beziehen das ICH BIN aber nur auf sein persönliches Ego = ich bin statt auf die Macht und Gegenwart Gottes = ICH BIN, darum gibt der Satz für sie keinen Sinn und kann seine gewaltige Macht nicht offenbaren.

Sagst Du als Wissender bewußt ICH BIN der ICH BIN so hast Du den höchstmöglichen Machtspruch eines Sterblichen ausgesprochen, ein **Got-t-Mensch** zu sein - für unwissende Menschen aber ist es ein absolut



sinnloser Satz.

Jeder Satz, der mit ICH BIN verbunden ist und im Wissen gedacht oder gesprochen wird, dass ICH BIN nicht das persönliche Ego, sondern die Macht und Gegenwart Gottes ist, ist dann ein Mantra, eine Gedanken-Schwingung, die sich selbst verstärkt, aufschaukelt und in die Wirklichkeit zwingt.

Die **Macht** und **Gegenwart** Gottes gebietet, dass sich ein solcher Gedanke verwirklicht, nur die Illusion von Trägheit der Materie und die Illusion von Zeit auf unserer Ebene von Bewußtheit verhindern, dass die Manifestation augenblicklich erscheint, darum muß der Gedanke bis zur Manifestation im Bewußtsein aufrechterhalten werden.

OM und AUM sind in Wirkung und Bedeutung identisch mit ICH BIN - darum fangen alle Mantras der Buddhisten und Hindus mit OM als Macht-Wort an.

das Gyatri Mantra

Der Avatar und lebende Meister Sai Baba lehrt seine Anhänger das Gyatri-Mantra aus der Rig-Veda und singt es regelmäßig mit ihnen, darum gibt es sogar Kassetten davon - er sagt, es ist eine Schwingungs-Formel. Das Gyatri-Mantra hat die Macht alle Gehirn-Zellen zu aktivieren und die Zeit-Blockaden der Erinnerung in der Seele aufzuheben. Durch dies Mantra allein kann man die Meisterschaft erlangen, wenn man es im Bewußtsein festhält. Man kann es übersetzen, aber dadurch verliert es natürlich seinen Energie-Puls und damit seine Macht. Für den Unwissenden aber sind es nur sinnlose Worte - hier ist es Gyatri Mantra

OM Bur Bhuvah Suvah



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Tat Savitur varenyam

Bhargo devasya dhimahi

Dhiyo yo nah prachodayat.

(Sai Baba spricht prachodayat wie prejudeyat)

Gyatri Mantra (Übersetzung)

ICH BIN - alles, Erde, Weltall, unendlicher Bewußtseins-Raum darum laßt unsere Seele sich erheben, unser Bewußtsein sich versenken in das anbetungswürdige Licht jener göttlichen Lebens-Sonne der Weisheit die unseren Geist erleuchten möge!

das Astralreich

Der Mensch ist die Krone der Schöpfung nur relativ zur Schöpfung der Erde, aber keinesfalls relativ zur Schöpfung des Universums - dort ist er nur wie ein unwissendes Kind, das eben lernt, Gedanken und Bewußtsein zu verstehen. Darum gibt es das kosmische Gesetz, das die niederen Schöpfungen des Menschen, die er durch seine Gedanken und Gefühle in Unwissenheit hervorbringt, auf die Erde beschränkt.

So ist das ganze unselige Astral-Reich, das Unglücks-Reich der 4. Dimension, das die Erde umgibt, ausschließlich die Schöpfung des Menschen - groteske Wesenheiten, Personifizierungen all ihre Laster und Ängste. Und nur die Gnade des kosmischen Gesetzes verhindert, dass Menschen all ihre Gedanken-Schöpfungen mit physischen Augen sehen müssen, bevor ihr Bewußtsein weit genug entwickelt ist, dass sie die Weisheit und das



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Wissen besitzen, diesen bewußt entgegenzutreten und sie wieder aufzulösen. Sie würden zurückprallen vor Entsetzen und Grauen, einige gar ihren Verstand verlieren.

Während ein hochschwingender Gedanke grenzenloser, bedingungsloser Liebe solche ALL-Macht und Durchschlags-Kraft besitzt, dass er im entferntesten Winkel des Universums wahrgenommen werden kann und überall machtvolle Wirkungen hervorbringt, prallen alle niedringschwingenden Gedanken wie Haß, Zerstörung, Krieg, Furcht an der Lichtmauer ab, die sie nicht durchdringen können und werden auf die Erde zurückgeworfen. Darum haben die Menschen der Erde sich immer wieder mit ihren eigenen Fehl-Schöpfungen auseinanderzusetzen - kein anderer Stern oder Planet kann damit infiziert werden.

Das Universum als Ganzes hat dennoch nur den einen Wunsch, der Mensch möge endlich erwachsen werden und erkennen - nicht Gott oder das Schicksal schickt den Menschen Krankheit, Leid oder ähnliches, denn der EINE kennt wahrhaft nur Liebe. Der Mensch selbst als Mit-Schöpfer hat das alles durch seine Gedanken erschaffen, in selbstverschuldeter Unwissenheit - auf der er hartnäckig weiter beharrt durch seine Weigerung, die Lehren lichtvoller Wesen wie der aufgestiegenen Meister anzuerkennen und anzunehmen.

die Funktion der Angst

Du selbst bist der wahre Schöpfer aller Lebens-Umstände, aller Ereignisse in Deinem Leben, durch Gedanken und Gefühle hast Du alles erschaffen. Den Tod hast Du als Illusion Deines Verstandes erkannt, wovor willst Du Dich dann noch fürchten - was kann größer sein als Du, der Schöpfer dessen, wovor Du Dich fürchtest.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Nimm diese Wahrheit im Bewußtsein an und Du hast die Macht und Fähigkeit in der Hand, alles unerwünscht Erschaffene wieder aufzulösen, wovor Du Dich jetzt noch fürchtest. Erkenne, wer Du in Wahrheit bist, Angst ist nur möglich, solange es gelingt, Dich in Unwissenheit darüber zu halten, welche machtvolle Wesenheit Du in Wahrheit bist. Die finsternen Mächte dieser Erde und ihre unwissenden Helfer in Regierungen und Kirchen tun darum alles in ihrer Macht stehende, um diese Wahrheit auszumerzen - das ist die Grundlage ihrer Macht.

Erkenne, wenn etwas nicht Liebe ist, ist es letztlich immer nur Angst. Die Mächtigen dieser Welt leben in der Angst, machtlos zu sein. Jene, die nehmen, was nicht ihnen gehört, leben in Schrecken vor dem Mangel. Mißbraucher leben in der Angst, selbst mißbraucht zu werden - meist sie sind es, die zuerst mißbraucht wurden. Erkenne das Wesen der Angst, sie führt immer nur Zerstörung herbei. Angst ist der größte Feind von allem, was auf dem Planeten existiert.

Angst ist die tiefere Ursache aller Kriege - Angst ist Gefangenschaft, nicht Freiheit.

Gedanken-Energie aufgeladen mit Angst kann noch verheerender sein als Atomwaffen, denn Angst erzeugt eine gewaltsame Energie, die Katastrophen erst auslöst. Angst wirkt dabei wie ein Magnet - plötzlich bewegen sich alle Eisen-Späne aufeinander zu und erzeugen ein gewaltiges Kraftfeld von Zerstörung. Darum ist es wichtig, dass es genügend bewußte Menschen gibt, die positiv und mit Freude in die Zukunft blicken - dadurch mildern sie den Druck auf den Planeten erheblich und verhindern so letztlich Katastrophen und Zerstörungen.

Es gibt weitaus machtvollere Energien als Atomkraft und diese sind letztlich nur noch durch Gedanken-Kräfte beherrschbar - Energie aus Anti-Materie gehört dazu, die Menschheit steht an der Schwelle zu ihrer Entdeckung. Kannst Du jetzt verstehen, warum es notwendig ist, die Angst



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

zu meistern und zu überwinden.

Wenn Du wirklich weißt, wer Du in Wahrheit bist, gelingt es Dir immer, Angst zu meistern. Du kannst dann Energien der Freude freisetzen, wo vorher nur Angst war und Freude ist eine noch machtvollere subtile Energie als Angst.

Stell Dir zwei Menschen vor, die sich voller Angst gegenüberstehen mit der Waffe in der Hand - und einer kann im richtigen Moment einen Scherz machen. Freude ist es dann, die spontan hervorbricht und alle Angst wegwischt - Gegner können plötzlich die Waffen weglegen und sich die Hand geben.

Angst und Gesundheit

Angst und Furcht, die mildere Form von Angst, wirken auch auf Körper und Gesundheit hochgradig schädigend. Erinnerung Dich, am Anfang war Reinheit und die Gedanken waren rein, bei einem kleinen Kind ist das immer noch so.

Wenn Du aber später anfängst etwas wesentliches zu tun, was sich gegen Dein eigenes Selbst, den Schöpfer, das Universum, die Erde oder Deine Mit-Menschen richtet, beginnt das innere Wissen der Zellen zu reagieren. Du nennst das vielleicht Gewissen oder Schuld-Gefühle. In Wahrheit ist es schon eine Form von Zerstörung und Furcht ist die Grundlage davon. Die freigesetzte negative Energie dringt in den Äther-Körper ein und schädigt diesen. Dessen schützendes Magnetfeld wird schwächer und niederfrequente Strahlung kann eindringen und den Äther-Körper verseuchen. Diese Verschmutzung und Schädigung des Äther-Körpers wiederum macht die Zellen Deines Körpers wild. Die wilden Zellen breiten sich weiter aus und fangen an die Lebenskraft zu ver-



zehren - Du nennst das dann Krebs.

Menschen auf dem Planeten Erde sollten endlich verstehen, dass sie ihrer Verantwortung auch im Tode nicht entrinnen können, weil es keinen Tod gibt. Jeder Gedanke, jedes Wort, jede Bewegung, jede Angst, jede Freude beeinflusst das Universum - und dafür müssen Menschen letztlich die Verantwortung übernehmen.

das Gesetz des Geistes

Der Geist ist ein Energie-Feld, das auch als Träger für Gedanken-Schwingungen arbeitet. Wenn Du dies Feld sehen könntest, würdest Du es als wirbelndes, lebendiges, geometrisch geordnetes Energie-Feld sehen - der Geist braucht Ordnung, sonst wird er chaotisch. Der Geist existiert gleichzeitig in allen Dimensionen, jenseits von Raum und Zeit in der ewigen Gegenwart, er kennt nur ein Gesetz - der Geist verwirklicht seine eigene Realität - was immer Du glaubst, wird real.

Durch Deinen Geist hast Du wahrhaft große Macht - im Geist kannst Du gewaltige Energien erzeugen. Denn nicht physische oder sichtbare Energie ist wirklich groß, nur Energien des Geistes sind unermesslich und grenzenlos. Wenn Du weißt, wie er arbeitet und wie das geht, kannst Du im Geist bewußt Dinge erschaffen - andernfalls kannst Du auch viele Dinge unbewußt erschaffen, die Du eigentlich nicht haben willst. Der Geist hat die Tendenz, jeden Deiner Gedanken zu realisieren, insbesondere jeden klaren Gedanken der mit dem Macht-Wort ICH BIN verbunden ist - solche Gedanken haben immer große Macht. Mit solchen Gedanken kannst Du sehr viel Gutes bewirken - aber falsches Denken kann auch große Schwierigkeiten hervorrufen.

Der Geist erschafft Realitäten, indem er dreidimensionale Bilder in den



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

leeren Bewußtseins-Raum projiziert - das ist das, was Du dann für Deine Realität hältst. Wann und wie der Geist diese Projektionen hervorbringt, wurde an Gefangenen studiert, die lange in Dunkelhaft gehalten wurden. Irgendwann, wenn der Geist die Langeweile nicht mehr ertragen will, fängt er an, neue Realitäten zu erschaffen - die Wissenschaftler sprechen dann von Halluzinationen. Für den Gefangenen sind die dreidimensionalen Bilder mit ihren Personen und Handlungen nach einer Weile genau so greifbar und real wie gewohnt. Er spricht mit ihnen, versucht vor Monstern wegzurennen, die seine Angst erschaffen hat, das ist dann das Stadium, wo man ihn für verrückt erklärt.

Tibetanische Mönche, die den Geist besser verstehen, haben das ebenfalls studiert. Sie wollten wissen und selbst erfahren, welche Stadien des Bewußtseins eine Seele kurz nach dem Tod zwischen den Dimensionen durchläuft, sie nennen diesen Ort oder Zustand Bardo. Ihre Absicht war auch nicht Neugier, sondern der Wunsch, den Menschen beim Dimensions-Übergang des Todes wirkliche Hilfe zu geben. Nach gründlicher geistiger Vorbereitung nahmen sie es auf sich, für lange Zeit allein in dunklen Höhlen zu leben, um die Projektionen des Geistes im Bardo-Zustand zu studieren. Dabei gab es aber immer Kontrolle und Führung mittels telepathischer Kontakte zur Außenwelt, um zu vermeiden, in unserer Realität verrückt zu werden. Das Ergebnis dieser Studien ist das Totenbuch der Tibeter, eine profunde Anleitung zur Kontrolle der Projektionen des Geistes, hervorgerufen durch die eigenen Ängste im Bardo-Zustand nach dem Tod, eine exakte Beschreibung der Realitäten dieses Zustandes.

Es gibt zwar keine Hölle als Ort, aber durch Projektionen seiner eigenen Ängste und Schuld-Gefühle kann ein Mensch, der diesen Zustand in Unwissenheit erlebt, sich durchaus Realitäten erschaffen, die dem nahe kommen. Denn im Bardo-Zustand ist nicht nur das Bewußtsein um den Faktor 10 klarer, auch alle Gedanken und Emotionen offenbaren sich dann sofort und unmittelbar als lebendige Projektionen. Darum sollte je-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

der Mensch wenigstens wissen, dass er selbst der Schöpfer dieser Projektionen ist, vor denen er nicht wegrennen muß, weil sie sich sofort auflösen, sobald er sich wieder daran erinnert. Und man sollte diesen Zustand erkennen können, wenn man durch den Dimensions-Übergang des Todes gegangen ist. Bei Atheisten und denen, die nicht an ein Weiterleben der Seele nach dem Tode glauben, kann diese Erkenntnis blockiert sein. Sie irren dann völlig desorientiert im Bardo umher, unfähig zu erkennen was mit ihnen passiert, bis eine mitleidige Seele sie aus ihrer selbstgeschaffenen Hölle der Unwissenheit befreit.

das Gesetz des Geistes im globalen Maßstab

Wie funktioniert das Gesetz des Geistes im globalem Maßstab - der Geist verwirklicht seine eigene Realität.

Die Völker der Erde haben einen kollektiven Glauben, der wie ein kollektiver Geist wirkt und dieser dringt wie eine Gedanken-Kette der Summe aller Gedanken in die Atmosphäre ein. Diese Gedanken-Kette bringt dann der Erde genau das als Realität, was an Gedanken ausgesendet wurde. Kollektive Gedanken der Freude, wie beim Fall der Mauer bringen Freude hervor, neue Freiheit, Aufbruch-Stimmung, neue Perspektiven. Kollektive Gedanken der Angst bringen Angst hervor, indem sie Katastrophen auslösen. Diese Gedanken-Ketten entstehen aber nicht autonom - alle Regierungen beeinflussen das Denken der Menschen, die Leiter einer Firma beeinflussen das Denken ihrer Mitarbeiter und deren Überzeugungen, die Kirchen tun das, die politischen Parteien, die Werbung, die Schulen. Und Medien wie Fernsehen, Radio, Zeitungen sind Multiplikatoren und Verstärker.

Wenn es notwendig ist läßt sich dieser Fremd-Einfluß von außen beseitigen - global, indem sich 12 Menschen zu einem Geist, einem Gedanken,



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

einer Liebe zusammenschließen und sich 36 Minuten darauf konzentrieren. Persönlich gelingt dies, wenn Du Dich selbst 36 Minuten darauf konzentrierst, aber denke daran, wenn Deine Motive nicht rein und edel sind, können dunkle Mächte eingreifen. Wenn Du sogar noch einen Schritt weiter gehen willst, baue 36 Minuten vor Deinem geistigen Auge eine Pyramide. Diese ist dann fest in Deinem Geist verankert und Du hast damit eine Energie erzeugt, mit der Du alle Dinge nach Wunsch bewegen oder verändern kannst.

Wenn Menschen erst einmal erkennen und akzeptieren, welche machtvolle Wesenheit jeder einzelne in Wahrheit ist, dann ändern sie auch von selbst ihre Gedanken und Glaubens-Systeme. Dann kann man sie nicht länger geistig versklaven. Dann fangen sie wieder an, für sich selbst zu denken und Verantwortung zu übernehmen - dann entstehen neue Gedanken-Ketten von Freude und Freiheit und die Welt sieht bald wieder freundlicher aus.

Verantwortung für Deine Gedanken

Erkenne, welche ungeheuerere Macht in Deinem Bewußtsein liegt, durch die Macht Deiner Gedanken und Gefühle. Erkenne, warum Du in Wahrheit weit mächtiger bist, als Du selbst glaubst. Verstehe, welche Verantwortung Du trägst, ohne es zu wissen. Verstehe, warum es so wichtig ist, jenseits Deiner Illusionen vermeintlicher Machtlosigkeit zu gehen. Deine Gedanken machen Dich zum Mitschöpfer dieses Universums, ob Du dies wahrhaben willst oder nicht. Deshalb sind die Gedanken auch nicht frei, sie gehören allen, aber sie können Dich frei machen.

Wenn Du jetzt vollkommen verstanden hast, alles ist Gedanke, alles ist Schwingung, Bewußtsein die einzige Ursache aller Dinge und Formen, dann verstehst Du sicher auch dies, das ganze Universum ist wie ein ein-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

ziger Organismus, der EINE, das ALL mit dem EINEN Bewußtsein - ICH BIN. Alle sind Zellen des EINEN, der Dich in bedingungsloser Liebe erhält und nährt, mit ihm bist DU ALLES, ohne ihn bist DU ein NICHTS. Der EINE hat DICH in Liebe erschaffen und alle Wesen zusammen erschaffen den EINEN, das ALL, so wie dein Körper jede Zelle erschaffen hat und alle Zellen zusammen den Körper erschaffen.

Erkenne die Liebe und Fürsorge des EINEN in allem. Alle Worte, die Du gebrauchst, haben andere geprägt. Alle Dinge die Du benutzt, haben andere hervorgebracht. Alle Nahrung die Du ißt, haben andere gesät und geerntet, selbst als Bauer kannst DU ohne die Mithilfe unsichtbarer Natur- und Elementarwesen nichts ernten. Und im Universum gibt es kosmische Wesen, die so hoch über uns stehen, wie wir über Ameisen, die aufgestiegenen Meister gehören dazu. Sie lenken das Geschehen im Kosmos für ALLE und überwachen die kosmischen Gesetze zum Wohle ALLER. Warum bist Du dann nicht dankbar, warum errichtest Du stattdessen immer noch Zäune und Mauern und behauptest, das sei DEIN, wo es doch ALLEN gehört. Denn in Wahrheit gehört Dir NICHTS, oder eben ALLES, wenn DU kosmisches Bewußtsein besitzt.

Werde erwachsen und übernimm die Verantwortung für Deine Gedanken und die daraus entstehenden Manifestationen. Denke nichts, von dem DU nicht möchtest, dass es sich manifestiert. DU kennst jetzt die Wahrheit, alles was DU denkst und fühlst, zwingst DU in die Manifestation, es wird früher oder später DEINE Wirklichkeit, ausnahmslos.

Warnung

Wenn Du das Wissen über Gedanken hast und es im Bewußtsein annimmst, dann bist Du wahrhaft mächtig und einer der ernstzunehmendsten Menschen dieser Erde. Aber hüte Dich, dieses Wissen jemals zu miß-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

brauchen. Du kannst dann zwar eine gewisse Macht über Deine Mitmenschen erwerben, aber wahre Macht wirst Du niemals erlangen, solange Dir die Liebe fehlt. Wenn Du aber wahre Macht erlangst, dann hast Du die Liebe und kannst die Macht niemals mißbrauchen.

Die Zauberer von Atlantis, die großen Magier, die es wagten, die Macht der Gedanken zu mißbrauchen, die das Wissen der Hohepriester für ihre eigenen selbstsüchtigen Zwecke mißbrauchten, die Menschen durch die Macht ihrer Gedanken versklavten und letztlich den Untergang von Atlantis herbeiführten durch ihre destruktiven Gedanken, auch sie waren eine zeitlang durch das kosmische Gesetz vor zurückflutenden eigenen Gedanken-Energien geschützt.

Als die aufgestiegenen Meister aber sagten genug und ihre Hand zurückzogen, die diese Energien von der Erde zurückhielt, da fluteten diese Energien mit solch unglaublicher Wucht zurück auf die Magier als deren Urheber, millionenfach verstärkt durch die Gedanken ihrer Opfer, dass ihr Bewußtsein mit solch grenzenloser Angst und unfaßbarem Entsetzen erfüllt wurde, dass sie die Kontrolle über ihr Bewußtsein verloren und sich um mehrere Bewußtseins-Oktaven zurückgeworfen wiederfanden. Sie liegen heute auf dem Grund des Meeres, eingesperrt in das Bewußtsein der Steine dort. Sie müssen Äonen warten und alle Bewußtseins-Oktaven erneut durchlaufen, bis ihr Bewußtsein dereinst wieder zu ähnlicher Höhe aufsteigen kann.

Tips für die Praxis

- ◆ ermächtige Dich selbst, dann bist Du ermächtigt. Niemand sonst wird es für Dich tun. Niemand sonst hat die Macht dazu. Wenn Du es nicht tust, bleibst Du weiterhin machtlos.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

- ◆ wissen, wagen, schweigen - so lautete die Anweisung für die Praxis in den alten Schulen der Weisheit. Weisheit aber ist ewig, darum geben die Meister auch heute noch den gleichen Rat - zu wagen, das Wissen anzuwenden und darüber zu schweigen, warum?
- ◆ schweige - und diskutiere nicht mit anderen, weil selbst der wohlwollendste Mensch durch seine Programmierung so viele Zweifel in Dir zu erwecken vermag, dass sich kaum noch Erfolg einstellen kann. Der Avatar Sai Baba gibt dazu dies Beispiel: Wenn Du einen Baum pflanzt, mußt Du einen Zaun darum errichten, weil sonst die Ziegen die junge Pflanze leicht fressen können. Wenn der Baum aber groß und stark ist, kann er den gleichen Ziegen Schutz und Zuflucht gewähren.
- ◆ wisse immer ohne Zweifel - alles was Du in der Praxis tun mußt, wisse einfach, denn Wissen ist die stärkste Form von Glauben und solcher Glaube kann wirklich Berge versetzen. Sage daher niemals, ich versuche, die Prüfung zu bestehen. Du hast sonst unweigerlich programmiert, sie mehrmals zu versuchen, was bedeutet, sie nicht zu bestehen. Sage einfach, ich weiß, dass ich die Prüfung mühelos bestehe - dann hast Du ihr Bestehen programmiert. Aber hüte Dich vor insgeheimen Zweifeln an Deinem eigenen Gebot im Bewußtsein!
- ◆ wage, das Wissen anzunehmen - denke darüber nach, bringe es in der Praxis zum Einsatz, erfülle es durch Deinen Willen mit Leben.
- ◆ erlaube Dir Geduld zu haben, meistere die Illusion der Zeit. Wachstum im Bewußtsein kann man beschleunigen, aber nicht erzwingen. Der aufgestiegene Meister Ramtha mußte einst 7 Jahre auf einem Felsen sitzen und über seine Erkenntnisse nachdenken, bevor er erleuchtet war. Den endgültigen Aufstieg konnte er erst viele Jahre später vollziehen.
- ◆ streiche das Wort unmöglich aus Deinem Wortschatz - Du kannst



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

alles vollbringen, was immer Du willst. Im Reich der Gedanken gibt es kein unmöglich. Du selbst kannst Dir aber einreden, etwas sei unmöglich, damit zwingst Du die Unmöglichkeit einer Sache dann doch in die Existenz, so gewaltig ist Deine Macht im Bewußtsein.

- ◆ vergib Dir selbst und anderen - der Vater hat Dir schon vergeben, weil er Dich niemals verurteilt hat, als wie schändlich Du selbst und andere Deine Handlungen auch bewerten mögen. Der Vater, als höchste Intelligenz versteht, dass Du alles nur tust, um zu lernen, um letztendlich zu erkennen, wer Du in Wahrheit bist. Verurteile Dich daher niemals selbst dafür, dass Du lernen wolltest. Verstehe aber dies, Vergebung ist die göttliche Handlung, die Dich frei macht von Rückwirkungen der Vergangenheit.

In Wahrheit hast Du nie etwas falsch gemacht, jede Deiner Handlungen war wichtig für Dich, um zu verstehen. Aber erst, wenn Du Dir und anderen vergibst, bist Du frei. Wie vergibst Du Dir und anderen, indem Du im Bewußtsein weißt, ICH BIN das Gesetz der Vergebung, ich vergebe mir jetzt selbst und allen Menschen, die mir jemals unrecht taten!

- ◆ arbeite mit Deiner Gott-Gegenwart ICH BIN im Herzen. Manche Dinge mögen Dir schwer erscheinen, mit ICH BIN geht es um vieles leichter. Bedenke, alles was Du tust, kannst Du nur so leicht vollbringen, wie Du es selbst im Bewußtsein zulässt. Sage daher niemals, das ist schwierig, es wird sich sonst als genau so schwierig erweisen, wie Du gesagt hast, Du bist das Gesetz. Gebiete stattdessen ICH BIN das leichte und mühelose Vollbringen und Du wirst die Sache genauso mühelos und leicht vollbringen, wie Du es als Gebot im Bewußtsein vorgegeben hast. Stell Dir einen Raucher vor, er will wirklich aufhören und probiert deshalb alle möglichen Sachen aus, warum hat er keinen Erfolg? Weil er im Bewußtsein immer noch Raucher ist, denn er geht hin und erzählt allen Freunden und Bekannten ICH BIN Raucher und habe schon alles mögliche versucht,



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

schaffe es aber einfach nicht und genau das hat er programmiert. Würde er stattdessen immer nur im Bewußtsein festhalten ICH BIN jetzt Nichtraucher und sonst weiter nichts tun, dann würde er schnell feststellen, dass man mit dieser Bewußtseins-Einstellung nicht lange weiterruchen kann.

- ◆ fang einfach an - nimm Anfangs-Schwierigkeiten gelassen hin. Ändere Dein Denken, fange mit der Transformation im Bewußtsein an, ohne an eventuelle Schwierigkeiten zu denken. Wisse, es ist immer jemand da, der Dir hilft, wenn es wirklich nötig ist. Sei wie ein Baby, das den ersten Schritt tut, ohne daran zu denken, dass es ziemlich oft hinfallen wird, bis es laufen kann. Es könnte nie laufen lernen ohne das Vertrauen, dass da immer eine Mutter ist, die notfalls hilft. Wenn Du einfach anfängst, wird das Dir die nötige Kraft und Ausdauer geben und dafür sorgen, dass Du immer klar denkst, im Fluß bleibst und nicht stecken bleibst.
- ◆ laß Dich niemals von Zweifeln überwältigen - nur Zweifel haben die Macht, alle Deine Gedanken und Ideen zu vereiteln. Denke auch daran, wenn Du in Zeiten von Streß an die Komplexität Deiner Probleme denkst, vergrößerst Du nur deren Komplexität.
- ◆ geistige Übungen sind nützlich - insbesondere am Anfang sind sie deshalb erforderlich, weil Du nur so Dein Bewußtsein genügend stark in Bewegung setzen und auszudehnen vermagst. Oberster Grundsatz ist auch hier, es ist nicht so wichtig, was Du tust - wichtig ist, wer Du dabei bist, das Bewußtsein, die Absicht, aus der heraus Du Deine Übungen machst. Denke ans Backen eines Kuchens, nicht die Art, wie Du rührst ist wichtig, sondern welche Zutaten Du verwendest.

Für geistige Übungen sind dies die wichtigsten Zutaten:



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

- ◆ richte Dein Bewußtsein auf das höchste Ziel, das Du erreichen möchtest, es können natürlich auch mehrere Ziele sein. Wenn Dir selbst nichts einfällt, nimm ruhig den Machtspruch Jesu ICH BIN die Auferstehung und das Leben. Du als Schöpfer Deines Lebens hast aber die absolute Freiheit, Dir Dein Ziel selbst auszusuchen, Du bist Dir da selbst der beste Ratgeber. Beharrst Du stattdessen weiterhin darauf, Rat bei anderen Menschen zu suchen, bleibst Du abhängig von diesen.
- ◆ fühle und empfinde intensiv und tief, was Du im Bewußtsein bist - denke, fühle und handle, so gut Du es vermagst, als sei Dein höchstes Ziel bereits erreicht.
- ◆ wisse absolut, halte den felsenfesten Glauben aufrecht - alle Deine Übungen und Einstellungen im Bewußtsein müssen zum Ziel führen.
- ◆ akzeptiere Dich selbst und alles Sein ohne Urteil, so wie es ist - das ist grenzenlose, bedingungslose Liebe zu Dir selbst und allem Sein.

Deine Übungen sollten ehrenhaft und der Mühe wert sein, sie auf Dich zu nehmen - sonst findest Du keine Hilfe aus den geistigen Welten.

- ◆ fühle Dankbarkeit zu allen sichtbaren und unsichtbaren Wesen - sie stehen Dir immer zur Seite, auch wenn Du sie nicht wahrnimmst.
- ◆ kontrolliere Deine Phantasie - lass ihr nur dann freien Lauf wenn Du sicher bist, dass Du damit nichts unerwünschtes in Dein Leben ziehst.
- ◆ errichte einen ständigen Licht-Schutz um Dich und halte ihn bewußt aufrecht, damit Du in jeder Situation die Kontrolle behälst und Dich nicht störende Gedanken-Formen überwältigen können. Visualisiere, wie Du in einer blauen Licht-Säule stehst, die Dich absolut schützt.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Wenn Du fühlst, dass Du bereits die Kontrolle verloren hast, benutze den Gruß der aufgestiegenen Meister Kodoish, Kodoish, Kodoish, Adonai Tsebaoth. Du kannst ihn wie ein Mantra benutzen. Es ist nicht nur ein Gruß, sondern auch ein mächtiger Energie-Code, dem alle subatomaren Teilchen gehorchen, indem sie sich räumlich innerhalb des Atoms neu anordnen und damit alle Atome Deines Körpers auf ein höheres energetisches Niveau heben. Selbst Dein eigener Herzschlag ist in diesen Energie-Code programmiert. Wenn Du bei der Anrufung einen pyramidalen Brennpunkt über dem dritten Auge bildest, indem Du die Hände zu einem dreieckigen Dach darüber formst und dabei den Zusatz-Code neun neun neun benutzt, kannst Du direkt das Bewußtsein der Meister auf Dich lenken. Dieser Code ist so mächtig, dass er Dich selbst vor negativen Außerirdischen zu schützen vermag, denen Du als Mensch sonst wehrlos ausgeliefert wärst.

- ◆ ein gewisses Ritual ist erforderlich, damit Du eines Tages den Zustand des absoluten Seins hervorrufen kannst, ohne den Umweg über Deinen Verstand. Vielleicht benutzt Du den Gruß der aufgestiegenen Meister Kodoish, Kodoish, Kodoish, Adonai Tsebaoth als Ritual um Dich einzustimmen und als Abschluß Deiner Übungen den Satz "So sei es!" um Deine Gebote zu versiegeln, verbunden mit einem Dank an alle sichtbaren und unsichtbaren Helfer.
- ◆ sei immer Herr über Deine Gedanken, erlaube nicht, dass sie Herr über Dich sind Kontrolliere und ordne Deine Gedanken. Was immer Du denkst hat eine Wirkung, selbst wenn Du das nicht glaubst.

Achte auf Deine Gedanken, denn sie werden Deine Worte.

Achte auf Deine Worte, denn sie werden Deine Taten.



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Achte auf Deine Taten, denn sie werden zur Gewohnheit.

Achte auf Deine Gewohnheiten, denn sie werden Dein Charakter.

Achte auf Deinen Charakter, denn er wird Dein Schicksal!

- ◆ akzeptiere alles Leben, alles Sein ohne Urteil, das ist das größte Geschenk, das Du anderen machen kannst - das ist grenzenlose bedingungslose Liebe zu allem Sein. Bringe allem Leben, allem Sein soviel Liebe und Mitgefühl entgegen, wie Du irgend kannst. Wenn Du aber etwas trotz allem nicht lieben kannst, dann tue es wenigstens nicht hassen. Liebe hat die Macht alles zu transformieren, alles zu heilen, alles zu erheben. Nichts und niemand kann sich dieser Macht lange widersetzen. Erkenne die unbesiegbare Macht der Liebe durch Anwendung in der Praxis.

> wenn Du das Arme **liebst**, wird es **reich**!

> wenn Du das Schwache **liebst**, wird es **stark**!

> wenn du das Kranke **liebst**, wird es **gesund**!

> wenn du das Häßliche **liebst**, wird es **schön**!

> wenn Du das Böse **liebst**, wird es **gut**!

Liebe ist alles, Liebe besiegt alles!

Damit ganz klar ist, wie Dein Glauben, Deine Absicht, Deine Einstellung



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

im Bewußtsein das Ergebnis Deiner Handlung bestimmt, hier noch eine kleine Geschichte.

Ein junger Mann kam als Schüler zu einem großen Guru und bat ihn 'Meister, bitte lehre mich, über die Wasser des Lebens zu gehen!'

Da sich der Guru gerade bei seiner Meditation gestört fühlte, sagte er nur barsch 'Keine Zeit!' und wandte sich ab.

Der Schüler bedankte sich artig und ging, der Guru vergaß den Vorfall.

Ein Jahr später aber kam der Schüler zurück, um sich beim Guru zu bedanken. Der sah ihn leichten Fußes über den breiten Fluß vor seinem Haus kommen, wo es keine Brücke gab.

Verwundert fragte er den Schüler 'Wie hast Du das Geheimnis gefunden, über die Wasser zu gehen!' Da sagte der Schüler 'Aber Meister, Du selbst hast es mich gelehrt, Du selbst gabst mir das Mantra - **Keine Zeit!**'

Da fiel der Guru vor seinem Schüler auf die Knie, weil er dessen göttliche Größe erkannte - offenbart im absoluten **Vertrauen** und absoluten **Glauben** an die Worte seines Gurus.

Das Leben ist eine **Herausforderung**, **nimm** sie **an**.

Das Leben ist **Liebe**, **lebe** sie.

Das Leben ist ein **Traum**, **erkenne** es.

Das Leben ist ein **Spiel**, **spiele** es!

(Sathya Sai Baba)

DocQuizzle
-the better way of life-

[DocQ-youtube-channel](#)

have an eye on **DocQ**
since he has all three on you!



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung



Danksagung

Im Laufe der letzten zwei Jahre hatte ich täglich, wenn nicht sogar stündlich, Gelegenheiten und auch die Gabe, das Beobachten von Menschen, Tieren, Pflanzen, der Umwelt und Situationen zu praktizieren. Das, was auch sämtliche Philosophen, Gelehrte und Weise wie Sokrates, Plato, Jesus, Thomas von Aquin, Meister Eckhart, Spinoza, Rosenkreutz, Luther, Goethe, Schiller, Fichte usw. immer wieder taten: **Betrachten** und **Feststellen**.

Giovanni Pico della Mirandola schreibt dazu in der nie gehaltenen »Oratio«, seine 1486 im Alter von 23 Jahren verfasste Einführungsrede zu der von ihm geplanten römischen Disputation: De hominis dignitate – Über die Würde des Menschen:

Wenn jemand von den Gaukelbildern der Phantasie wie von Kalypsos Zaubereien geblendet, von trüben Gelüsten eingefangen und ein Sklave der Sinnlichkeit wird, so erblickst du in ihm ein Tier, nicht einen Menschen.

Einen Philosophen hingegen, der alles durch seinen Verstand erfasst, den sollst du verehren; er ist ein himmlisches, kein irdisches Wesen.

Ein reiner Betrachter, der seinen Leib nicht achtet, weil er ganz in die Tiefen seines Geistes eindringt, ist weder irdisch noch himmlisch, er ist ein erhabenes göttliches Wesen im Gewande menschlichen Fleisches.

Immer wieder sprang ich über diese Zeilen von Pico und mir wurde bewusst, dass alle Antworten auf meine schier unendlichen Fragen um mich herum liegen. „*Das Gold liegt auf der Straße*“, sozusagen. Ich formulierte es für mich so

„Lerne das Leben zu lesen ...“⁴

Ich danke allen Wesen, die mir in meinem Leben Verhaltensweisen, Ereignisse, Situationen, Erlebnisse widerspiegelten und damit dazu beigetragen haben, mich als Wesen in dieser irdischen Inkarnation zu sehen und zu erleben.

„Dankbarkeit und Wertschätzung sind die Bereiter eines glückseligen Lebens“

4 Zitat: Frank Carl Maier, Basel Oktober 2017



Zum Autor

Frank Carl Maier, geb. 1969, in seiner x-ten Inkarnation in dieser physischen Welt, wuchs in einem facettenreichen Umfeld in Weinfranken (Mainfranken) in Deutschland auf. Seine Eltern waren Unternehmer in der Lebensmittelproduktion und sehr eng mit der materiellen Welt verbunden. Seine Großeltern mütterlicherseits waren eine einfache Gemüsebauerin und ein liebenswerter Maschinenschlosser. Väterlicherseits eine schlichte, natürliche, liebenswerte Hausfrau und ein akurater Bankdirektor.

Auffallend ist, dass genau diese Eigenschaften der direkten Blutslinie in den beruflichen Werdegang einfloßen. Er erlernte den Beruf des Speditionskaufmanns, studierte in Bremen Betriebswirtschaft mit den Schwerpunkten Logistik, Controlling und Finanzwesen und er war stets an Wein- und Gemüseanbau interessiert.

Er war über 25 Jahre in der freien Marktwirtschaft in diversen Industrieunternehmen als Prozessmanager für Supply Chain Management, Logistik und Finanzprozesse tätig. Er kümmerte sich um die wirtschaftlichen und finanziellen Belange seiner Eltern und das damit verbundene Erbe. Und er errichtete für seine Familie einen Lebenshof mit Gemüseanbau, Garten, Haustieren, multifunktionalen Versorgungseinrichtungen, einer funktionalen Werkstatt für die mobilen und immobilen Gegenstände des Lebens, ein grandioses Spielfeld für Kinder und Erwachsene, u.v.m. - ein anthropomorphisches Umfeld sozusagen.

Das bedeutet, er war über eine sehr lange Zeit für andere da, um es ihnen recht zu machen, das Leben so angenehm wie möglich zu gestalten, ihnen zu zuhören, nach Lösungen zu suchen, kreativ tätig zu sein. Alles was er machte war richtig und von Erfolg gekrönt. Was er dabei allerdings als wichtigsten Punkt vergaß, war er selbst.

Bis zu einem wunderschönen Abend am 19. Dezember 2014: Er war an jenem Abend auf dem Weg in die Toscana, wo er Weihnachten verbringen wollte, als sich auf der Strecke zwischen Ingolstadt und München ein Anblick auftat, der zu beschreiben schier unmöglich ist. Das gesamte Alpenpanorama und die Stadt München im Voralpenrand lag auf einer Anhöhe vor ihm, mit einem Sonnenuntergang im Westen, den man eventuell als Götterdämmerung bezeichnen mag. Die untergehende Sonne lieferte ein Spektrum an Farben, das sie gegen die von frischen Schneefall umhüllten Bergkämme warf und das man in Worte nicht fassen kann.

An diesem Abend wurde ihm bewusst, warum er stets das Gefühl hatte, belogen, betrogen, ausgenutzt, missachtet und ausgegrenzt zu werden: Er selbst war es, der sich, seine Seele betrog, belog, missachtete, ausnutzte und abgrenzte. Und damit diese Erkenntnis geschehen



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

konnte, waren einige richtig schmerzende Erfahrungen vonnöten.

Nach verschiedenen „Erfahrungen“ und „Situationen“ die er in seiner derzeitigen Inkarnation erleben durfte machte er sich in seinem sechsten Lebensjahrsiebt (Bewusstseinsseele) daran, den Weg zu sich zu finden und die Brücke aus der materiellen in die spirituelle Welt zu schlagen und mit dem Herzen zu leben. Er befindet sich nun seit ein paar Jahren in seinem siebten Lebensjahrsiebt (Geistselbst) und er lebt heute ein Leben in Bewusstsein, in bedingungsloser Liebe, zauberhafter Schönheit, wunderbarer Wahrheit, unendlicher Weisheit, mutiger Kraft und Stärke sowie mit den tausend Tugenden ...



Raphael d'Bael

wer bin ich, und wenn ja, wie viele?



Raphael d'Bael ist ein Pseudonym für einen deutsch-stämmigen, zeitgenössischen Denker und Dichter.

Nein, es ist nicht Johann Wolfgang von Goethe oder Friedrich Schiller. Die beiden liegen friedlich mit ihrem leiblichen Körper, bzw. was davon noch übrig ist, in einer Kiste in Weimar.

Auch wenn der Autor nicht - zumindest nicht weit - von Frankfurt, Weimar und Ludwigsburg bzw. Marbach am Neckar, entfernt aufgewachsen ist, übernimmt er dennoch recht gerne deren philosophischen Thesen und Lehre aus ihren Werken.

So wie er es mit den anthroposophischen Lehren eines Rudolf Steiner's ebenfalls tut.



der fcm - Verlag

fcm-Verlag, CH-Dornach

warum fcm-Verlag?

-fcm- steht für **Frank Carl Maier**, eine real existierende natürliche Person. Der Hintergrund (es gibt für alles einen Grund!) ist, dass sowohl unter und hinter dem Autoren-Pseudonym **Raphael de Bael** als auch unter den Anthroposophischen Studien von eben diesem **Frank Carl Maier**, sowie den weiteren nicht-wissenschaftlichen Fachbüchern wie **DocQuizzle**, kein weiterer Redakteur, Herausgeber, Lektor oder andersweitiger Geist außer mir selbst, steht, bzw. sich einmischt.

wieso gibt es keine Quellenangaben oder Verweise auf Zitate?

Ansatzweise habe ich es mir abgewöhnt die Titel, Texte, Zitate, Artikel, Buchauszüge zu „quellnachweisen“. Das hat in keinsten Weise mit der Geringschätzung der Autoren und ihrer geistigen Fähigkeit und Schöpfung zu tun. - Gerade das Gegenteil (Polarität) ist der Fall! - Dadurch dass ich deren Ideen, geistige Denkweise, die sich visuell in Büchern, Internet-Blogs und Manuskripten zum Ausdruck bringt, in meine Dokumentation einbringe und mit meinen Gedankengängen verschmelze, wertschätze und achte ich ihre Werke in höchstem Maße.

Ich bin zudem der Ansicht, dass es geistiges Eigentum im Sinne von Vermarktung und Copyright nicht gibt. Die geistige Substanz eines Individuums, und somit ein Einzelbewusstsein, steht im Universum dem Kollektivbewusstsein (Akasha-Chronik) zur Verfügung. Alles was in diesen „Datenbanken“ steht ist Allgemeinwissen und kann und darf von jedem Wesen verwendet werden.

Und so halte ich es auch mit meinen Schriften. Alles was ich an Aussagen, Meinungen, Informationen, Erkenntnissen, Erfahrungen, u.ä. verzapfe teile ich mit allen Wesen, egal ob Elementar-, Tier-, Mensch- oder Geisteswesen. Ich freue mich schließlich auch, wenn ich mir Informationen aus dem Akasha-Feld „herunterladen“ kann.

Von daher finde ich die Ansätze des world-wide-web, des Internet, wie es in den 90er Jahren des letzten Jahrtausends gelebt wurde, absolut phänomenal! - Leider stelle ich fest, dass selbst dieses Medium sehr schnell kommerzielle und urheberrechtliche (irdische) Züge angenommen hat.

Derjenige, der mich bezüglich meiner copy / paste – Vorgehensweise verklagen will, ist herz-



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

lich eingeladen dies zu tun. Einen Gefallen wird er sich nicht tun. Denn die Klage wird basierend auf dem Gesetz von Ursache und Wirkung wie ein Boomerang mit voller Wucht zu ihm zurückkehren. Schau dir doch einfach mal die irdischen Richter und Anwälte an, wie stumpf, verbraucht, beschädigt und depremiert sie auf diesem Planeten umherlaufen.

warum kein Lektor oder Redakteur?

da es so ist, dass die ehrenwerte und von mir hochrespektierte Arbeit von Lektoren und Redakteuren dazu beitragen, und die Angewohnheit haben, am Original-Gedankengang, an der Original-Fassung des Schriftstellers bzw. Verfassers eines literarischen Werkes, **Veränderungen** oder **Korrekturen vorzunehmen**, was ja auch deren Sinn und Zweck ist. D.h. ich möchte das was ich aus meinem Hirn, durch mein Herz, mit meiner Hand auf das Dokument bringe, möchte ich so belassen, wie es mein Unterbewusstsein vollbracht hat.

aber wie ist das mit den Rechtschreib- und Grammatikfehlern?

das ist ebenso, wenn ich im Straßenverkehr einen Fehler begehe, weil ich gegen eine Regel verstoßen habe. Zum einen darf ich mit den Konsequenzen leben, die daraus entstehen; zweitens, sofern ich jemanden dadurch blockiert, verletzt, beschädigt oder verhindert habe, darf ich die Verantwortung dafür übernehmen, was ich auch tue. Und drittens sind es lediglich Regeln, die den Umgang im Straßenverkehr vereinfachen und nicht verkomplizieren brauchen.

Und so ist es mit der Rechtschreibung und Grammatik auch. Ich bin, philosophisch betrachtet, unheimlich froh, dass es so etwas gibt, erlaube mir allerdings auch die Freiheit, Fehler machen zu dürfen. Denn, kein Mensch ist vollkommen. Und so kommt es, dass in meinen Werken durchaus Kommasetzungsfehler, falsche Satzzeichen an falscher Stelle, Groß- und Kleinschreibung, grammatikalisch höchst verwerfliche „Passi“ (ist das die Mehrzahl von „Passus“? oder lieber „Passen“? - sollte ich vielleicht besser Voipá schreiben, ach leck' mich.) vorkommen.

Mir ist der Inhalt, die philosophische und mehr noch die geistige Aussage von viel höherer Bedeutung, als dass mir ein Meisterwerk der Rechtschreibung gelänge.

Ich denke der gemeine Leser wird mir verzeihen. Sofern er es nicht möchte, hoffe ich für ihn, dass er fehlerfrei durch sein Leben geht.

Viel Spaß dabei. Ihr

Frank Carl Maier



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

Ausserdem noch von Raphael d'Bael erschienen im fcm-Verlag:

2017 - [Fakebook - "we need no King, we need no Pope"](#)

aus der Reihe Frank Carl Maier – Anthroposophische Studien und Forschung

„es braucht keine Kirche, es braucht keinen Staat“ ...

Was geschieht, wenn das gesamte Religions- und Staatssystem eine Illusion und Fantasie ist, das auf Lügen, Betrug, Manipulation und Propaganda aufgebaut ist?

2017 - [seit dem längsten Tag](#) - Internet-Blog von Raphael de Bael

an einem Dienstag Morgen kurz vor dem "längsten Tag" im Dezember 2017 wachte Raphael d'Bael mit einem großen Auftrag und einer Idee auf. "Schreibe ein Buch" war sein Auftrag. Was seitdem geschah beschreibt er in seinem "längsten Tag" - Blog.

2017 - [Der längste Tag](#) - Roman von Raphael de Bael

Susanne ist eine sehr attraktive, hübsche Frau, die mit 21 Jahren, nach verschiedenen Beziehungen und Enttäuschungen mit ihrem leiblichen Vater und zwei Männern, die allesamt narzisstische Charakterzüge hatten, ihr wahres Selbst und ihre Weiblichkeit in sich entdeckte.

Sie hatte die Schnauze regelrecht voll von Männern, als sie Anfang der 90er Jahre Deutschland den Rücken kehrte.

Und während sie einige Türen schloss, taten sich andere Türen auf. Türen, die ihr einen Weg frei gaben, ihr wahres göttliches Ich zu erkennen und zu leben. Sie schildert in ihrer Offenheit, was es bedeutet frei, ungebunden von Ängsten, Zweifeln, Zwängen, Abhängigkeiten, Verpflichtungen und Verantwortungen zu sein und zu leben.

Sie beschreibt wie sie den Weg des Yin und Yang, dem harmonischen Einklang der weiblichen und männlichen Pole gegangen ist und zu ihrer ausgeglichenen Mitte fand.



2018 - [Templar Knights Freedom Camp](#) - Roman von Raphael de Bael

was hat es mit einem Freedom Camp auf sich? - Lesen sie mehr dazu im Roman "Der längste Tag" und in den Darstellungen von Lena in "Hot Water Beach"

2018 - [Hot Water Beach](#) - Roman von Raphael de Bael

Helena, die 21-jährige Tochter von Carl und Susanne ist auf ihrer Erforschungs- und Erkundungstour durch den Norden Neuseelands unterwegs. Sie beschreibt eindrücklich ihre Kindheit, ihre Jugend und ihre Jahre ihres dritten Lebensjahrs bis heute als junge, authentische und natürliche Frau.

Dabei erklärt sie anschaulich, wie, mit welchen Begebenheiten und Entwicklungsstufen sie ihre gegenwärtige Inkarnation als sogenannte erfahrene Seele erlebt.

Sie, das junge Kiwi, ist mit einer Bustour im Norden Neuseelands unterwegs, nachdem sie im letzten Jahr schon auf die gleiche Weise den Süden ausgekundschaftet hat. Dabei entdeckt und erlebt sie Tag für Tag etwas neues, aufregendes.

Bis sie eines Tages auf etwas trifft, das ihr bisheriges Leben und das ihrer Geschwister und Eltern, deutlich bereichert.

2018 - Thoth - [Projekt Menschheit](#) - Roman von Kerstin Simone

Kerstin Simoné übermittelt als Medium die Botschaften der Wesenheit Thoth, der als ägyptischer Gott der Weisheit bezeichnet wird und uns aus Atlantis als Lehrer bekannt ist. In Projekt Menschheit erklärt Thoth anschaulich die grundlegenden Strukturen innerhalb unseres Universums und ihr Wirken auf das Schicksal der Menschheit. Eindringlich und dennoch immer liebevoll spricht er auch über kontroverse Themen unserer modernen Zeit und zeigt, wie jeder Mensch seine eigene Göttlichkeit entdecken, schützen und voll zum Erläutern bringen kann.

2018 - [Freedom Frank](#) - Roman und Autobiografie

Raphael d'Bael verpackt die Autobiographie von Frank Carl Maier, einem Endvierziger in eine



DocQuizzle - Heile deine Seele - Selbstheilung

unterhaltsame Geschichte. Sie beginnt am Ausgangspunkt am internationalen Flughafen von Frankfurt am Main, an dem "Freedom Frank" an einem angenehm milden Januartag auf die Lufthansa-Maschine für den Flug nach Shanghai und dann weiter nach Auckland in Neuseeland wartet.

2018 - [Wir fressen uns zu Tode](#) - Lebenskonzept von Galina Schatalova

Inspiriert von der hippokratischen Feststellung, dass unsere Lebensmittel unsere Heilmittel und unsere Heilmittel unsere Lebensmittel sein sollen, hat die russische Ärztin Galina Schatalova ein Konzept der natürlichen Gesundheit entwickelt. Sie ist überzeugt, dass der Mensch bei artgerechter Ernährung ein Lebensalter von 150 Jahren erreichen kann.

Strikt wendet sie sich gegen die Kalorientheorie der ausgewogenen Ernährung, die der Natur des Menschen entgegensteht. Ihrer Darlegung zufolge ist der menschliche Organismus ausschließlich auf pflanzliche Nahrungsmittel festgelegt und benötigt zur Erhaltung des Grundstoffwechsels nicht mehr als 250 bis 400 Kalorien täglicher Nahrungszufuhr. Alles, was wir zu viel essen, belastet den Körper und muss von ihm »entsorgt« werden, sodass der Mensch seine »normale Lebensdauer« von 150 Jahren nicht erreicht.

In ihrem Buch erläutert Schatalova die anatomischen und physiologischen Hintergründe ihres Konzepts und berichtet von ihren Erfahrungen bei seiner praktischen Erprobung. Der Leser erhält interessante Einblicke in ihren Arbeits- und Forschungsalltag und bekommt grundlegende Informationen und wichtige Hinweise, wie er dieses umfassende Gesundheitskonzept umsetzen kann.

Finden Sie noch mehr unter <https://raphael-de-bael.jimdo.com/romane/>

als **pdfBooks** zum downloaden oder als **Ringbuch** zu bestellen bei epubli oder Amazon:

2018 – **DocQ(uzzle)** – Heile Deine Seele

2018 – **DocQ(uzzle)** – Die Matrix und dein höheres Selbst

2018 – **DocQ(uzzle)** – Samadhi, Chakren und die 12 Sinne



2018 – **DocQ(uizzle)** – Die 12 Sinne des Lebens

2018 – **DocQ(uizzle)** – „Volksvirus Narzissmus“

oder

2018 – **FCM Studies:** „Die Hermetische Philosophie“

aus der Reihe Frank Carl Maier – Anthroposophische Studien und Forschung

2018 – **FCM Studies:** „Die Smaragdtafeln von Thoth dem Atlanter“

aus der Reihe Frank Carl Maier – Anthroposophische Studien und Forschung

2018 – **FCM Studies:** „Das Evangelium nach Thomas“

aus der Reihe Frank Carl Maier – Anthroposophische Studien und Forschung

2018 – **FCM Studies:** „Der Theologe: Reinkarnation – Urwissen der Menschheit“

aus der Reihe Frank Carl Maier – Anthroposophische Studien und Forschung
