

## 11. Schritt: Tempel der Erleuchtung

# 2.) Schulungsthemen, Aufgaben und Fragen

- Bitte lies die Aufgaben, Übungen und Fragen in Ruhe durch. Dadurch aktivierst du in deinem Unterbewusstsein das Schulungsprogramm. Das bedeutet, du ziehst automatisch die Themen in dein Leben, die für dich in diesem Schritt näher zu beleuchten sind.
- Beziehe „Die Aufgaben“ aus dem **Kapitel A und B**, wenn möglich, sofort in deinen Alltag mit ein.
- Beantworte danach die Fragen im **Kapitel C „Weitere Fragen“**. Um einen guten Überblick zu erhalten, empfiehlt es sich, die Fragen schriftlich zu beantworten.
- Schaue dir bitte zum Ende des 1. Schrittes - also ca. nach 4 Wochen - nochmals die Fragen und deine Antworten aus dem **Kapitel C „Weitere Fragen“** an und prüfe, ob sich deine Sichtweise verändert hat.

## Informationen zum Lichtkraftort - Tempel der Erleuchtung

Die Meister des Lichtkraftortes sind die Göttin und der Gott Meru

Flammenfarben: Gold- und Rosafarben

Der Lichtkraftort befindet sich in den Anden, nahe am Titicacasee

### Schulungs-Themen:

**Erleuchtung, Weisheit, geistiges Wachstum, Kommunikation, Teilen-Mitteilen, Einfachheit, Gnade, Inspiration, Intuition**  
sowie die Gegenpole:

**Scheinerleuchtet, Besserwisserei, Unfair, Kommunikationsblockade, Ungleichgewicht im Nehmen und Geben, Komplikationen, Illusionen, egozentrisch, unterwürfig, gnadenlos, Kopflastigkeit, sich beweisen müssen**

### **Hinweis:**

**Es geht nicht darum, alle Schulungs-Themen vollständig zu bearbeiten,** oder sich von den Problemen, die erkannt werden gleich zu lösen. Es geht zunächst nur um die Bewusstwerdung und darum zu erkennen, wie der momentane Stand zu den einzelnen Themen ist. Ehrlichkeit, Klarheit und ein bewusstes Anschauen sind hierbei wichtige Voraussetzungen.

### Kapitel A: Die Aufgaben

1. Du hast in diesem Moment und in jeder Situation die Möglichkeit, dich ohne Verschleierung klar zu sehen. Du kannst sofort in jeder Situation genau deinen aktuellen Stand erkennen. Schaue dir hierzu deine täglichen Situationen an und mache dir bewusst:
  - Womit bist du überwiegend beschäftigt, wie sieht das tägliche Hauptthema aus, und welche Gefühle begleiten dich am Tag?

- Was ängstigt dich oder was befürchtest du?

Mache dir bewusst, dass jede Angst oder Befürchtung einen Hinweis auf das wahre Thema – also auf die Wurzel - gibt. Hast du Ängste hinsichtlich des Geldes, so dass du dich viel mit dem Geld und Existenzproblemen beschäftigst? So ist die Lösung ganz einfach. Du lebst deinen eigenen Wert nicht und daraus resultiert, dass du Angst hast, keine Existenzberechtigung zu haben, denn du bist wegen deines Eigenwertes auf die Erde gekommen, um etwas zu bewirken.

2. Mache dir bewusst, welches Bild du nach außen von dir gibst. Mache hierzu eine kleine Meditation von 3 Minuten und geht nach innen. Nimm mit deinem wahren Sein Kontakt auf und nimm wahr, wer du bist.  
Das Bild, das du von dir hast, stimmt nicht immer mit dem Bild überein, das die anderen von dir haben. Kläre daher ebenfalls, wie andere Menschen dich sehen. Frage Menschen die dir nahe sind, wie sie dich sehen. Prüfe, ob das Bild, was du von dir hast mit dem Bild der anderen übereinstimmt.
3. Stell dir vor, du bist eine Schauspielerin bzw. ein Schauspieler und bekommst eine neue Rolle, in der du dich völlig anders, als es sonst der Fall ist, zu verhalten hast. Die Rolle besteht darin deine Mitmenschen zu überraschen, indem du dich völlig anders verhältst, als sonst. Das könnte wie folgt aussehen:
  - Sei dort still, wo du sonst viel redest und rede, wo sonst schweigen würdest.
  - Lache dort laut, wo du sonst still gelächelt hast und mache ein ernstes Gesicht, wo du sonst gelacht hast.
  - Halte dich aus den Dingen heraus, wo du dich sonst eingemischt hast oder misch dich dort ein, wo du dich ansonsten heraushältst.
  - Lasse dort los, wo du sonst festhalten würdest und halte das fest, was du sonst loslassen würdest.

Dies sind nur einige Beispiele. Die Aufgabe liegt darin, deine alten Gewohnheiten durcheinander zu bringen und neue Erfahrungen zu machen. Je überraschter dein Umfeld auf dein Umfeld reagiert, umso besser. Siehe diese Übung als ein Experiment an.

### **Wichtige Anmerkung:**

Die dritte Aufgabe dient dazu, aus den alten Gewohnheiten herauszukommen und zu prüfen, wie die Menschen reagieren, wenn wir uns einmal anders als sonst verhalten; und vor allem, was dies mit uns macht.

Auch wenn wir uns während der Aufgabe nicht immer authentisch verhalten, ist es wichtig, mal neue Erfahrungen zu machen. Indem wir uns vorstellen, wir sind als Schauspieler eingestellt und spielen eine Rolle, die begrenzt ist, fällt es sicherlich leichter, sich zu „verstellen“. Jeder hat dabei zu prüfen, wie weit er diese Aufgabe erfüllen möchte.

### **Kapitel B: Weitere Aufgaben:**

Übung für jeden Tag:

Lebe die bedingungslose Liebe für mindestens 1 Stunde am Tag. Suche dir hierzu eine günstige Tageszeit heraus, und sei während dieser Stunde bewusst, achtsam und wachsam. In dieser Stunde ist deine Aufgabe, alles anzunehmen, was ist. Das bedeutet, nichts zu

vermeiden, abzulehnen oder zu verneinen. Korrigiere in dieser Stunde alles, was den Liebesfluss behindert, eingrenzt oder verhindert.

Setze zudem jeden Tag einen Samen der Liebe für dich und einen Samen der Liebe für eine andere Person. Das beinhaltet, mache etwas von Herzen für dich und ebenso von Herzen etwas für jemand anderen.

Mache dir jeden Abend vor dem Schlafengehen bewusst, wie du deine heutige Stunde der bedingungslosen Liebe empfunden hast, und welche Samen der Liebe du heute für dich und für jemand anderen gesetzt hast. Wie ist dein Gefühl dazu?

Erinnere dich jeden Morgen an deine Übungen. Sie helfen dir das Licht in dir zu verstärken und dich zu vervollkommen.

### **Kapitel C: Weitere Fragen:**

Wie siehst du deine bisherige Entwicklung?

Welche Veränderungen hast du auf deinem spirituellen Weg in den letzten Monaten erlebt? Inwieweit setzt du das Wissen aus der Licht-Schulung in die Praxis um?

Was bedeutet Scheinerleuchtet für dich?

Wie empfindest du Besserwisserei?

Wie sieht es mit deiner Kommunikation im zwischenmenschlichen Bereich aus?

Wie siehst du dich selbst im Gespräch, als ein Redensführer, als den Weisen, den Beobachter, den Ratgeber, den Abwesenden und Unbeteiligten, den Gelangweilten usw.?

Wie sieht es mit deiner Kommunikation zur Natur und zur geistigen Welt aus?

Was könntest du tun, um die Kommunikation mit der Natur und der geistigen Welt herzustellen bzw. sie zu verstärken?

Wie wichtig ist dir das Mitteilen?

Gibt es Bereiche die du anderen gegenüber verschweigst und wenn ja, warum?

Wie sieht es mit dem Thema Nehmen und Geben aus? Bist du jemand der mehr gibt oder lieber nimmt?

Was gibst du gerne und was fällt dir schwer zu geben?

Was nimmst du gerne und was fällt dir schwer anzunehmen?

Atme einmal tief ein und tief aus und nimm wahr, was dir leichter fällt. Das Einatmen oder das Ausatmen? Die Antwort zeigt dir, ob du besser nehmen (einatmen) oder geben (ausatmen) kannst.

Was verstehst du unter Einfachheit?

Wann ist etwas für dich kompliziert?

Gibt es Situationen die du mit Gnade in Verbindung bringst?

Was beinhaltet Gnade für dich?

Kennst du jemanden der sich gnadenlos gegenüber anderen verhält oder verhalten hat?

Gibt oder gab es Situationen in denen du dich unterwürfig verhalten hast?

Wie empfindest du Menschen, die sich unterwürfig geben?

Wie stark folgst du deiner Intuition?

Wie sieht es mit deiner Inspiration aus?  
Wie häufig erhältst du inspirierende Ideen?

**Hinweis:**

Bitte denke daran, dir nach ca. 4 Wochen die Fragen und Antworten nochmals anzuschauen.  
Du erhältst über deinen aktuellen Stand sehr wertvolle Informationen und ebenfalls darüber,  
ob sich etwas in deiner Sichtweise verändert hat.

Autorin:

Sylvia Reifegerste

Die Große Online Licht-Schulung - Mein NEUES ICH in 12 Schritten

Web: [www.UNITED-SPIRIT-CENTER.com](http://www.UNITED-SPIRIT-CENTER.com)

E-Mail: [info@united-spirit-center.com](mailto:info@united-spirit-center.com)

---

**Weiter geht's mit:**

**3.) Urwissen (PDF-Datei)**