

5. Schritt: Tempel der Weisheit und des Verständnisses

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 Weisheit und des Verständnisses

Meister des Lichtkraftortes ist Kuthumi

Die Flammenfarbe ist: Gold

Der Lichtkraftort befindet sich in Kaschmir direkt in den Bergen von Indien.

Tempel der Weisheit und des Verständnisses

Schulungs-Themen

Weisheit, Erleuchtung, Unterstützung, Freundschaft, Verständnis, Sanftmut und Einfühlsamkeit

sowie die Gegenpole:

Unreife, Schattenanteile, sich gehen lassen, Alleingang, Außenseiter, sich und andere übergehen, Unverständnis, Missverständnisse, Taktlos, unsensibel, Angst vor Gefühlen und Gefühlsschwankungen

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. Gehe in nächster Zeit nicht mehr ins negative Beurteilen oder ins Bewerten. Wann immer dir etwas Negatives, Einschränkendes zu dir oder anderen Menschen einfällt, lösche diese Gedanken. Mache dir sofort den Sinn bewusst, warum es gut ist, dass du oder dein Gegenüber gerade dieses Erlebnis anstrebt oder erlebt. Lerne zu vertrauen und suche nach

einer neuen Basis, die das Band zu deinen Mitmenschen - außerhalb von negativen Dingen - verstärkt.

Sofern du weiterhin ins Beurteilen gehst, dann mache es dir zum Vorsatz, die negativen Dinge direkt dem anderen zu sagen. Verschweige hier nichts, jedoch lerne dein Urteil in Liebe auszusprechen und suche nach Wegen, wie du den anderen erreichen kannst.

Du hast also bei dieser Übung die Wahl:

A. Spreche deine negativen Gedanken oder Bewertungen aus und gebe anderen dadurch die Möglichkeit, sich über deine Gedanken und seine Schattenseiten bewusst zu werden oder:

B. lösche die negativen Urteile und denke stattdessen öffnend und positiv und gehe ins Verständnis. Falls du dich **nur** für B entscheidest, dann kläre bitte, ob du häufiger Konflikten ausweichst. Ist das der Fall, mache dir bewusst, warum das so ist. In diesem Fall mache bitte unbedingt auch die A Übung.

2. Übernehme die volle Verantwortung für deine Worte, Aussagen und Entscheidungen und stehe zu ihnen. Nehme dein gesprochenes Wort, deine Vereinbarungen und deine Versprechungen ernst. Treffe keine Verabredungen oder Vereinbarungen die du nicht einhalten kannst.

Du hast also die Wahl, entweder von vornherein keine Aussagen, Vereinbarungen oder Zusagen zu machen oder dich an deine Aussagen, Zusagen und an vereinbarte Termine zu halten. Diese Übung dient dazu dir klar zu werden, wie ernst du dich und deine gesprochenen Worte nimmst. Du kannst dabei herausfinden, warum du bestimmte Dinge sagst obwohl du dich nicht danach verhältst.

3. Stell dir vor, dass du ab sofort einen unsichtbaren Helfer an deine Seite gestellt bekommst. Er ist deine rechte Hand und du kannst deinem Helfer alles übergeben. (Die vorherigen Aufgaben, löse jedoch bitte selbst.) Gebe deinem Helfer einen Namen, wie z.B. Höheres Selbst, Christus, Mutter Maria, Gott, weiser Führer, innere Göttin Schutzengel, geistiger Lehrer usw.

Dein Helfer ist mehr, als nur eine rechte Hand. Er wird alles für dich erledigen. Übertrage ihm vertrauensvoll alle Bereiche. Übergebe ihm ab sofort all deine Sorgen in Bezug auf Geld, Existenz, Kinder, Partner/Partnerin, Erfolg, Gesundheit, Beruf/Berufung, Freunde, Lebensziel, Lebensaufgabe, Sinn des Lebens usw. Dein neuer imaginärer Helfer wird ab sofort alles für dich regeln.

Sei auch bei dieser Aufgabe achtsam und bewusst. Prüfe, ob du deinem unsichtbaren Freund vertraust, und wie oft du ihn in Anspruch nimmst. Wie oft hat er nichts zu tun, weil du dich doch lieber selber um alles kümmern bzw. sorgen möchtest. Sei dir gewiss, dein unsichtbarer Helfer ist dein Freund. Er wird dich niemals im Stich lassen oder dich verlassen auch nicht, wenn du schläfst.

Folge ab sofort deinem Freund und befolge seine Führung. Ertappst du dich dabei, selbst zu entscheiden, korrigiere dich. Übergebe die Sache sofort deinem Helfer. Sage ihm: Entscheide du das bitte für mich. Du selber verbleibe in Weisheit, Geduld, Frieden und Stille.

Sage dir abends und morgens:

„Ich vertraue meiner göttlichen Führung und erfreue mich der reichlichen Geschenke des Lebens. Ich bin eins mit Allem.“

Der Meister Kuthumi bittet ebenfalls jeden Schüler und jede Schülerin darum, das Licht gerade dort scheinen zu lassen, wo es besonders dunkel ist und alle Schatten, das heißt jegliche Unbewusstheit, im Licht der Liebe aufzulösen.

Wichtige Anmerkung:

Es geht nicht darum, völlig bewertungsfrei zu sein sondern darum, sich über Bewertungen und negative Gedanken den eigenen Stand bewusst zu machen und dies für die eigene Entwicklung zu nutzen.

Die dritte Aufgabe bedeutet nicht, die Verantwortung an eine imaginäre Instanz abzugeben. Du behältst weiterhin die volle Verantwortung für dein Leben und natürlich auch dafür, was du in dein Leben ziehst. Über die dritte Aufgabe kannst du herausfinden, wie du auf eine Unterstützung im Außen reagierst und inwieweit du etwas **ohne** deine Einmischung geschehen lassen kannst. Es geht also auch darum die Kontrolle loszulassen.

Kapitel B: Weitere Aufgaben:

1. Denke an einen Menschen, über den du innerlich richtest bzw. dessen Verhalten du kritisierst und schreibe dann auf, wie und was du über diese Person bzw. über das Verhalten denkst. Mache dir bewusst, ob du einen Unterschied machst, wenn du in Gedanken oder verbal urteilst.
2. Ein Freund hat eine neue Wohnung bezogen und sie selber eingerichtet. Voller Stolz zeigt er dir sein schönes Zuhause. Du bist entsetzt, denn alles was du siehst, entspricht überhaupt nicht deinem Geschmack. Die Wohnung ist in deinen Augen völlig geschmacklos und kitschig eingerichtet. Stelle dir hierzu bitte eine Wohnungseinrichtung (Farben, Möbel, Gardinen usw.) vor, die so unmöglich aussieht, dass sie wirklich völlig entgegengesetzt eingerichtet ist, wie du es selber magst.
 - Wie verhältst du dich gegenüber deinem Freund?
 - Wie urteilst du über die Wohnung in Gedanken.
 - Wie fühlst du dich gegenüber deinem Freund?
 - Würdest du dich anders verhalten, wenn es sich nicht um einen Freund sondern um einen Bekannten oder deinen Chef oder andere Autorität handelt?

Auf dem spirituellen Weg ist die Annahme ein wesentlicher und wichtiger Punkt. Dennoch urteilen wir täglich und bewerten Menschen, Dinge und teilen in Gut und Schlecht auf. Diese Übung dient dazu herauszufinden, wie du urteilst, wenn du gedanklich über dich oder andere urteilst. So wie innerlich über andere urteilst, so urteilst du auch unbewusst über dich.

Finde über diese Übung heraus, welche Worte du für deine Urteile, Bewertungen und Kritik benutzt und wie du dich dabei verbal oder gedanklich ausdrückst. Falls deine Kritik sehr stark ausfällt, gehe bitte nicht zu stark mit dir ins Gericht. Beobachte einfach in den nächsten Tagen, wie du dich selber behandelst und sei in jedem Fall netter und vor allem auch geduldiger mit dir. Je liebevoller du dich behandelst, desto mehr wirst du an Stärke und Energie gewinnen.

Kapitel C: Weitere Fragen:

Was bedeutet Weisheit für dich?

Kennst du einen Menschen, den du als weise empfindest?

In welchen Bereichen deines Lebens empfindest du dich als weise?

Wie würde dein Leben aussehen, wenn du weise wärst?

Was beinhaltet Unreife für dich?
Kennst du Menschen, die sich unreif verhalten?
Fallen dir Situationen ein, wo dein Verhalten unreif war?

Was bedeutet Erleuchtung für dich?
Wie würde dein Leben aussehen, wenn du erleuchtet wärst?
Wünschst du dir Erleuchtung? Wenn ja, wann? Sofern nein, warum nicht?
Kennst du einen Menschen, der jetzt noch lebt und erleuchtet ist? Wenn ja, welche Beziehung hast du zu diesem Menschen?

Welche dunklen bzw. Schattenanteile kennst du von dir?
Warum sind es dunkle bzw. Schattenanteile für dich?
Welche dunklen bzw. Schattenanteile möchtest du lichter gestalten bzw. transformieren?

In welchen Bereichen bist du diszipliniert? Warum?
In welchen Bereichen bist du disziplinlos? Warum?
In welchen Bereichen lässt du dich gehen? Warum?

Was bedeutet Verständnis für dich?
Bezeichnest du dich als Verständnisvollen Menschen?
Für was hast du kein Verständnis? Warum?
Wie empfindest du es, wenn du bei anderen auf Unverständnis stößt?

Wie hoch ist der Anteil an Missverständnissen in deinem Leben? Warum meinst du, kommt es zu Missverständnissen?
Wie oft fühlst du dich unverstanden?
Wie oft verstehst du das Verhalten anderer Menschen nicht?

Wie empfindest du deine Freundschaften?
Wann ist jemand ein „richtig guter“ Freund für dich?
Erzählst du deinen Freunden alle Dinge von dir oder hältst du etwas zurück? Wenn ja, was könnte passieren, wenn du auch das erzählen würdest?
Wie sieht es mit dem Nehmen und Geben innerhalb deiner Freundschaften aus?
Wie häufig fühltest du sich bisher von deinen Freunden enttäuscht?
Wann und wie häufig machst du lieber etwas im Alleingang?

Wie sieht es mit deiner Einfühlsamkeit aus?
Wie häufig übergehst du dich selbst oder andere Menschen?
Wann fühlst du dich übergangen?

Wie empfindest du es, wenn sich jemand taktlos verhält?
Gibt es Situationen, wo du taktlos bist? Wie fühlst du dich hinterher?

Wie lebst du Sanftmut?
Wie stabil schätzt du deine Gefühlswelt ein?

Welche Voraussetzungen und Eigenschaften benötigst du, um ein Lehrer der Menschheit zu sein?
Wo stehst du deiner Meinung nach zurzeit?

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

E-Mail: info@united-spirit-center.com

Weiter geht's mit:

3.) Urwissen (PDF-Datei)