

## *Hauptthema der Ausbildung: Altlasten*

Altlasten meint Verhaltensweisen, Gefühle, Gedanken, die da sind aufgrund früherer Ereignisse, aus diesem Leben, aus früheren Leben und aus der Familiengeschichte heraus, und die nicht wirklich zu *den* Situationen gehören, in denen sie auftreten.

Wir leben in einer Zeit extremer Veränderungen und es geht auf der ganzen Linie darum, Altlasten zu entsorgen. Jede problematische Begebenheit dieser Zeit und dieses Lebens scheint mir neben der Bedeutung, die sie im Moment offensichtlich hat, auf einer tieferen Ebene immer auch die Funktion zu haben, uns an älteres zugrunde liegendes zu erinnern, damit es aufgelöst werden kann. Diese unsere jetzige Inkarnation sehe ich als eine Aufräuminkarnation. Und es war noch nie so leicht, dieses Aufräumen. Es ist als hätten wir in vorigen Inkarnationen hauptsächlich Erfahrungen, Verletzungen, Begegnungen, traumatische Ereignisse, gesammelt. Und jetzt ist die Zeit der Bereinigung – so wie man auf einer alten Festplatte manchmal die alten Daten aufräumen und vieles löschen muss, damit es wieder weitergehen kann.

Die Erde selbst ist in einer ebenso tiefgreifenden Transformation begriffen und ebenso dabei Altlasten abzuschütteln, Verkrustungen zu lösen, alte Energien wegzuschwemmen (s. Umweltkatastrophen) - und wir sind nicht nur Erleidende dieser Transformation der Erde, wir sind Teil davon, wir sind Motor und Nutznießer gleichermaßen. Wir tragen mit unserer Entwicklung zur Entwicklung des Großen Ganzen bei, bewusst oder unbewusst. Mit jeder Blockade, jedem negativen Gefühl, dass wir transformieren, setzen wir Energien frei, die wiederum die Erde unterstützen in *ihrem* Prozess - und jede Veränderung von Lady Gaia wirkt wiederum unterstützend auf *unsere* Prozesse. Gut für uns und empfehlenswert ist es, diese Teilhabe, dieses Zusammen-Wirken immer bewusster zu machen und dadurch immer mehr in die eigene Kraft zu gehen zu können, uns immer bewusster zu werden, was wir tun, welche Aspekte einer jeweiligen Situation es gibt und wie wir reagieren können, um das jeweils Optimale daraus entstehen zu lassen.

Das ist das übergeordnete Ziel meiner Arbeit, Menschen darin zu unterstützen, zu spüren, zu fühlen, wer sie wirklich sind, so dass wir allesamt immer bewusster *und auch mit Freude* Teil dieses grandiosen Veränderungsprozesses sein können – wir alle, da schließe ich mich in keiner Weise aus, denn mit jedem Klienten, der zu mir kommt und mit

jedem meiner eigenen Prozesse lerne auch ich immer wieder dazu. Das hört so bald nicht auf.

Das Wunderbare an diesem ‚Gesamtkunstwerk‘ des Lebens auf der Erde überhaupt, und ganz besonders in unserer heutigen Zeit, ist ja, dass bei jeder Begegnung, egal welcher Art, sich immer zwei oder mehr Wesen gegenseitig spiegeln, jeder mit seinen mehr oder weniger massiven Altlasten in diese Begegnung hineingeht und zunächst mal reagiert aufgrund seiner alten Muster, Erfahrungen und Verletzungen - und trotzdem alles immer perfekt zusammenpasst, es *keine Zufälle* gibt und - wenn man von einer übergeordneten Ebene aus schaut - auch *keine Ungerechtigkeiten*.

D.h. in dem Moment, wo ich keinen Bedarf mehr an Verletzungen, Aggressionen, Verunsicherungen habe, da begegnet mir das im Außen auch nicht mehr. Wenn ich keinen Bedarf mehr habe, mich mit Zurückweisung auseinanderzusetzen, dann begegnet mir das im Außen auch nicht mehr oder ich nehme es nicht mehr als solches wahr. Und umgekehrt, wenn in mir gerade eine alte Verletzung sich lösen möchte, dann passiert es vielleicht gerade im Außen, dass mir jemand entgegenkommt, der genau diese Verletzung durch sein Verhalten in mir wieder aktiviert (oft obwohl ich dachte, dass ich das Thema längst erledigt hätte) – weil dieser andere selber vielleicht eine ähnliche Verletzung in sich trägt, die unbewusst durch meine Energie, die ich ebenso unbewusst ausstrahle, in ihm aktiviert wird, so dass er meint, sich gegen mich verteidigen zu müssen und so von mir als aggressiv wahrgenommen wird - was wiederum dazu beiträgt, dass ich mich mit meiner zugrunde liegenden Verletzung auseinandersetzen, sie auflösen kann.

Je mehr dieser Altlasten wir also in uns auflösen – und damit werden wir uns hier in dieser Ausbildung hauptsächlich beschäftigen - desto mehr werden Begegnungen im Außen auf liebevolle stärkende nährenden Weise stattfinden können, sodass uns bewusst werden kann, wer wir wirklich sind - immer mehr und mehr - mit diversen Abstürzen dazwischen sicherlich; aber die tragen wie immer auch nur wieder zur Vervollkommnung der ganzen Situation bei.

Was dahinter steht an Überzeugung auf meiner Seite, ist dass alles, was wir sind und tun, was uns geschieht und was auf uns zukommt, erschaffen wird von unseren eigenen Gedanken, bewussten und viel mehr natürlich auch von unbewussten.

Diese Gedanken verdichten, manifestieren sich zu Situationen, zu

Emotionen, zu Verletzungen (natürlich auch zu unterstützenden Situationen, nur sind die meistens nicht so ein Thema für uns, weil sie uns nicht stören).

Und wenn wir dann lange genug bestimmte Gedanken gedacht und Emotionen gefühlt haben, dann geht das auf die nächste Ebene – es entstehen neue belastende Situationen bis hin zu Schicksalsschlägen (im Fall von *negativen* Gedanken) und/oder es geht auf die körperliche Ebene, es entstehen Verspannungen und daraus, wenn sie lange genug bestanden haben, die sogenannten Krankheiten.

Und was wir hier machen ist, dass wir am emotionalen Symptom oder auch am physischen Symptom ansetzen, es bewusst machen, es fühlbar machen – und es sich dann auflösen lassen. Dadurch können sich unsere Gedanken und unsere Handlungen und unser ganzes Leben verändern.

Dazu gibt es diverse Herangehensweisen, von den unterschiedlichsten Körperstellen aus, mit den verschiedensten Energien, auf den verschiedensten Ebenen – um so nach und nach immer mehr auch der besser versteckten unbewussteren Emotionen und Gedankenformen aufspüren und verändern zu können.

Was aber auch ganz wichtig ist – das vielleicht als vorläufiger Schlusssatz – dass wir auch immer mal wieder auf das schauen sollten, was schon *gut* ist in unserem Leben, was an Schönem, und Angenehem auf uns zu kommt, an Menschen, an Situationen, unsere Familie, unser Partner, usw., und uns dann bewusst machen, *auch das haben wir selbst durch unsere Gedankenenergien in unser Leben gezogen*, manifestiert, d.h. *wir können das schon*, haben es immer schon getan; wir müssen nur noch lernen, es bewusst zu tun und immer mehr von den negativen, uns nicht dienlichen Manifestationen sein zu lassen.

Luna'Him, 27.9.2013 (20.12.2014)