

Die \*SEELENBRIEFE\* entstehen durch eine innere Öffnung zu meiner intuitiven Seelenebene, meiner inneren Stimme oder geistigen Führung, wie immer man dies nennen mag.

Es ist wie ein Fluss der zu fließen beginnt, wenn es gelingt mit den eigenen Gedanken beiseite zu treten und sich darauf einzulassen jene Worte niederzuschreiben, die während des Schreibens erst entstehen. Es gibt einen Impuls, dem die schreibende Hand folgt und als Werkzeug dient.

Mit wachem Bewusstsein öffnet sich jener Kanal, durch den Ideen, Gedanken und Botschaften zu Worten formuliert werden, ohne mit meinem kombinierenden, kognitiv- aktiven Denken beteiligt zu sein.

### Wahrnehmung

Dein Herz ist es, das in der Tiefe der Seele das Licht und die Schönheit eines Menschen wahrnimmt.

Vertraue darauf, es ist eine Lichtspur, die dich zu dem anderen Menschen hinführt. Folge ihr und handle danach.

Danach handeln heißt, zu lieben, was du siehst.

Nicht das, was geschieht und gelebt wird, sondern was dahinter anwesend ist. Das Leuchten in jeder Seele in ihrer eigenen Farbe.

In dieser Liebe wird etwas geboren. Etwas, das bisher verborgen war, kommt durch deine Anschauung ans Licht. Das ist der erste Schritt.

Nicht um die Verwirklichung und Nutzung dessen, was du schaust, geht es, sondern um das Erkennen, das Sichtbar machen und das Lieben.

Indem Einer da ist, der das Licht in der Seele sieht, bereitet er den Boden, dass andere folgen können.

Dass das Erkennen weiter greift und durch das Erkennen die Gestaltung des Erkannten möglich wird.

Das sichtbar Gewordene, ins Bewusstsein Gehobene, im wissenden Fühlen Bestehende ist das Neue. Der Beginn eines Werdenden. Der Same des Morgen.

Es ist nicht gegen die Hindernisse und Barrieren zu kämpfen, sondern, indem du erkennst und dich nicht beirren lässt von den anderen Seiten des Daseins des Menschen, dir sein Urbild nicht verloren geht in all dem Schmach, der Lüge und dem Verkehrten, trägst du etwas bei.

Du hegst in deinem Herzen diese Samen, Zukunftsgestalten und hauchst ihnen damit Leben ein.

Jeder ist ein Teil des Ganzen und je mehr einzelne, verschiedene Zukunftsgestaltungen du erkennen kannst und in dir beibehalten kannst, umso mehr bist du dem Einssein nahe.

Alles bist du und du bist alles.

Sie dienen dir und du dienst dem Ganzen. Wenn du das Wahre in einem Menschen erkennst, schaust du gleichzeitig einen Aspekt Gottes. Einen Teil dessen, was alles beinhaltet.

### Individualität

Achte auf deinen Weg und gehe ihn mit Menschen, die ihn fördern.  
Urteile nicht, lass die Anderen sein und akzeptiere die Unterschiede und die vielen Erlebnisweisen der Welt.

Verbinde dich mit deinem Stern, lass dich von ihm leiten und lenken, nähren und führen und sei dir bewusst, es ist nur dein eigener. Sein Licht leuchtet für dich und jeder hat seinen eigenen Stern, der auf die für ihn passende Weise leuchtet.

Deine Ideale, sie gelten nur für dich, weil sie aus deinen Stern leuchten. Andere haben andere und wenn es Menschen mit gleichen und ähnlichen gibt, dann bilden sie Gruppen. In solchen Gruppen fühlst du dich dann angenommen, verstanden, zu Hause und kannst in der Gemeinschaft deine Ideale nähren.

Verbinde dich damit, sie sind deine Kraftquellen, aber wisse, Andere haben ihre eigenen und Deines ist nicht Ihres.

\*\*\*

Du hast die Wahl. Es gibt kein richtig oder falsch. Dein Weg ist dein Weg und jeder geht seinen Weg in seiner Schrittfolge und Gangart.

Lerne stetig voran zu gehen, ohne Sturm und Drang.

Verweile, raste, schreite weiter, ändere die Richtung, mache Abstecher und Umwege. All dies kann fruchtbar sein und dir eine andere Qualität des Lebens erfahrbar machen. Du kannst nichts versäumen. Nur das, was du dir in den Kopf gesetzt hast. Aber es gibt so viel mehr, so viele Varianten und Möglichkeiten.

Sei spielerisch, sei kreativ, sei präsent im Augenblick ohne Konzepte und Konstrukte. Dein Leben und deine Liebe sind Geschenke, an denen nichts zu gestalten ist. Gestalten kannst du nur dich.

Das Leben gestaltet sich selbst und Liebe braucht keine Form.

Sei einfach das, was du bist. Lebe den Moment, der dir jetzt geschenkt ist und plane nicht das Morgen.

Sei im Hier und Jetzt. Im Ausdruck deiner Selbst und im Ausdruck deiner Liebe.

Lass dich darin nicht durch Bedingungen und Konzepte begrenzen.

\*\*\*

Verwirrung ist ein Zustand des Verstandes. Du kannst Wahrnehmungen auf den verschiedenen Ebenen mit deinem Verstand nicht entsprechend deiner Erfahrungen einordnen oder zuordnen und fragst nach der Bedeutung dessen, was du wahrnimmst.

Noch einmal, es gibt kein richtig oder falsch. Es gibt ein SO IST ES und du gibst's dem dann eine Bedeutung.

Es ist eine Bedeutung aus deinen Erfahrungen, deiner Denkstruktur und deiner Muster. Nichts davon ist wahr, nichts davon von *wirklicher* Bedeutung.

Das was ist, ist einfach, jenseits von Bedeutung und Interpretation.

Ein Zustand, eine Handlung, eine Sache ist, geschieht und du kannst dich irgendwie dazustellen. Es ist deine Freiheit, wie die Welt für dich ist. Es ist deine Freiheit zu sagen: ich will oder ich will nicht. Ja oder Nein. Du kannst keine absolute Aussage über etwas machen, sondern deine Deutung ist gefärbt von dir selbst.

Wenn du davon Abstand bekommst und die Dinge einfach sein lässt, löst sich vieles.

Bedeutung hilft dir zu orientieren in der Welt der Erscheinungen. Aber die Erscheinungen sind nicht das Wesentliche.

Komm in Beziehung mit dem Wesentlichen, dann bist du in Kontakt, im Austausch, in der Kommunikation mit dem Lebendigen. Spüre das Leben hinter den Erscheinungen.

## LOSLASSEN

Bleib in der Liebe und auch wenn notwendig im Verzicht. Halte das Alleinsein aus. Geh einfach weiter, Schritt für Schritt, langsam, geduldig mit dir selbst.

Einschnitte, Abbrüche, Verluste und Gewinne sind die Bausteine jedes Weges.

Sie gehören dazu und wollen angenommen werden. Zürne nicht, ob der Schwierigkeiten, lähme nicht deine Kraft.

Vergänglichkeit ist eine Signatur des Weges, etwas liegt vor dir, etwas liegt hinter dir.

Du weißt nicht, was vor dir liegt. Du weißt nur, was hinter dir liegt und oft erscheint dir das Schwere des Bisherigen für den weiteren Weg zu bedrückend.

Aber verlier das Ziel nicht aus den Augen und wisse das Ziel verwirklicht sich durch den Weg.

Glaube an deine Zukunft, die dir entgegen kommt. Auch als ganz Unbekanntes gehört sie doch zu dir.

Heiße sie willkommen, sei freudig offen, für das Kommende, versperre nicht den Empfang durch das Haften an Vergangenenem.

Lass es los, ganz, mit allen Verlusten, Geschenken, Versäumnissen, Wünschen, Erwartungen, Erfahrungen und Enttäuschungen.

Gib es ab, lass es hinter Dir, wie den Teil des Weges, den du bereits zurückgelegt hast.

Du kommst nicht vorwärts, wenn du dich immer wieder umdrehst und den bisher gegangenen Weg betrachtest. Du bist ihn so gegangen, wie es Dir möglich war. Da wo du jetzt stehst, gibt es nur eine Zeit. Jetzt.

Nimm an, was jetzt ist.

Hole die Vergangenheit nicht in das Jetzt und lass das Jetzt nicht die Zukunft verstellen.

Du bist gerüstet und gesegnet für das, was aus der Zukunft kommt. Hab Mut zu Dir selbst, zu dem, was in dir steckt und was du zum Blühen bringen kannst. Geh einfach weiter, Tag für Tag, Stunde um Stunde, in deinem Rhythmus.

Öffne die Tore deines Hauses, damit das Alte vergehen kann und bitte das Neue herein. So kommt Erfüllung. Wachse weiter, reife weiter, suche weiter, lebe weiter, sinne weiter und sage Ja.

Ja zu dem was ist, zu dem was wird und zu dem was kommt.

\*\*\*

Schau nach vorne, schau zurück und wisse du bist jeden Augenblick neu. In der Gegenwart erstehst du immer neu. Nichts von dem, was vergangen ist, hat Bestand. Ist Teil von Dir.

Sondern nur Teil deiner Erfahrungen, die eine Gestalt bilden.

Du selbst bewegst dich jenseits davon. Deine Zukunft steht im Augenblick vor Dir. Sie kommt und ruft Dich durch deine Gedanken und Ideen.

Deine Fähigkeiten sind Werkzeuge.

Deine Talente sind Kapital.

Du selbst bist der Reichtum aus dem du schöpfen kannst und sollst.

Richte dich nicht nach Vorgaben, richte dich nicht nach bereits Erfahrenen, sondern schöpfe immer neu aus den Tiefen deines Selbst.

\*\*\*

Leben ist nicht Wiederholung. Leben ist unendlich.

Unendlicher Anfang und wieder Ende. Neues, das aus dem Alten hervorgeht und Altes, das das Neue ermöglicht.

Die Schönheit deines Lebens liegt in der Vielfalt, in den vielen Anfängen und Enden. Stets wird Neues geboren. Alles Neue geht aus einem Vergangenen hervor und das Vergangene kann niemals erneuert werden.

Der Körper einer Frau, die ein Kind geboren hat, wird nie mehr so sein wie davor. Der vorige Körper ist vergangen, obwohl es der gleiche ist. Alles hat seinen Ablauf in der Zeit. Sich dagegen zu wehren schadet.

\*\*\*

Du selbst erzeugst Druck in dir. Im Widerstand gegen die Umstände erzeugst du Druck.

Wehre Dich nicht, stehe den Dingen nicht im Weg. Gib nach, nimm an, was ist.

Gib dich in die Hände deines Lebens, greif nicht ein. MACHE nicht, sondern lass geschehen.

Lass deine Kontrolle los.

Lass die anderen los, aber lass vor allem dich selber los.

Was das heißt?

Sich selber loslassen heißt, alle Vorstellungen die du von dir hast loszulassen.

Alle Bilder, die von dir existieren, alles Schöne, alles Schlechte, alles Kleine, alles Große.

Geh weg von den Vorstellungen, wer oder was du bist, wie du sein sollst, was du zu tun hast.

Höre einfach auf dein Herz und danach richte dich aus.

Du bist nicht die, die du glaubst zu sein.

Du bist nicht schwach und du bist nicht stark.

Du bist nicht groß und nicht klein.

Du bist das Wesen jenseits dahinter. Lass die Umklammerung an deine Vorstellungen los. Hab den Mut, dich ganz zu entkleiden, dich nackt zu sehen, ohne Bilder und Vorstellungen, von denen du glaubst, dass sie dich ausmachen.

Vertraue dem Kern in dir. Er ist dein Leitstern. Er ist das, was du wirklich bist.

Du kannst erst in Berührung damit kommen, wenn du das andere losgelassen hast.

## EINSAMKEIT

Ein Leben in Stille und Einfachheit ist Übung, ist Weg, ist Schulung. Stille außen und vor allem Stille innen. Lerne still zu sein.

Nicht haben zu wollen, nicht sehnen und greifen nach etwas. Bleib einfach still.

Jeden Tag so wie er ist. Kämpf nicht dagegen an, sondern nimm es und mach es dir zu eigen.

Genieße die Stille. Es erwachsen dir daraus Kräfte. Einsamkeit birgt Kraft. Diese ist aber nicht einfach da, sondern muss sich entwickeln.

Ängstige dich nicht vor dieser Einsamkeit. Es ist ein Durchgang zu neuem schöpferischen Dasein, bleib dir treu und verabschiede dich von dem, was bisher Bedeutung hatte. Dieses Nichts, das vor dir liegt und dir Angst macht, birgt das volle Leben.

## SCHEITERN

Scheitern bringt dich näher zu dir selbst, scheitern zeigt dir, was dir nicht entspricht. Mehr ist es nicht.

Es sagt nichts über dich aus und dein Vermögen, deine Fähigkeiten.

Es ist eine Erfahrung des nicht Gelingens, an der du erkennen kannst, was für dich recht ist und was nicht.

Geh weiter ohne Angst und Vorbehalt, achtsam und klar, lerne aus der Vergangenheit, aber lass sie hinter dir.

Vermeide nicht, sondern öffne dich. Mach keine Vorgaben, wie dein Leben sein soll, was du dir vorstellst, sondern sei klar in deinem Inneren, in der Liebe und in deinem Licht und sei bereit auf deine Art zu leuchten. Es wird dir, wenn du mit deinen Konzepten nicht im Weg stehst, alles entgegen kommen, was für dich recht ist, was dich in deinem Leuchten unterstützt.

## KREIEREN

Alles was du aus deinem Herzen, deiner Freude tust oder krierst ist gut, ist schön, ist wertvoll und ein Geschenk. So ist es zu sehen. Machst du es aus Prestige oder Gewinn kommt es nicht aus dem Herzen. Leben ist kreativ. Bist du kreativ, dann bist du lebendig und das, was wirklich aus dir und deiner Tiefe kommt ist wertvoll, weil du wertvoll bist, tief innen in deiner Essenz einzigartig und allumfassend bist. Dort wo ich in dir bin als Quelle der Liebe, dort ist auch die Quelle deiner Schöpfungen und als solche wunderbar. Steh dazu, dann stehst du auch zu der Wahrheit deines Herzens und dem Licht, das in dir leuchtet. Wage es, dich und deine Tiefe auszudrücken und der Welt zu zeigen, dann wirst auch du davon profitieren und leben können.

## ANGST

Lass deine Ängste dorthin los, wo ich in dir bin. Dort wo alles zusammenfließt, das Gute und das Schlechte. Alles kommt an diesem Punkt zum Stillstand, kehrt heim dorthin, woher es kam und worin sein Sinn lag.

Öffne diesen Bereich, vertraue auf diese Instanz in dir.

Dort ist alles recht, dort ist alles gut und dort ist alles wahr.

Deine Angst und Trauer verliert dort ihren Schrecken, und mündet in den Frieden, der ich bin.

Übe dies immer wieder. Stelle die Verbindung her zu diesem Ort, der kein Ort ist, zu diesem Zustand, der kein Zustand ist. Sei bei mir, sei in Dir und du bist ganz. Jede Qual hört auf, jeder gedachte Sinn hört auf, jedes Sollen und Müssen hört auf.

Schenke dich mir und du schenkst dich dir selber. Du gibst dich dir selbst zurück, kehrst heim zu dir selbst, egal wie weit du entfernt warst.

Sammele dich dort, hole alle deine Teile heim, dort wo ich in dir bin. Keine Trennung, keine Angst, keine Unruhe, kein Zweifel, sondern tiefe Zufriedenheit, geboren aus meinem Licht und meinem Frieden, der alles umfasst und beleuchtet.

Du bist Teil von mir, aus mir entstanden, aber nie von mir getrennt.

Deine Weisheit, deine Schönheit ist der Blick aus meinen Augen, ist der Ton aus meinen Herzen und meine Stimme, die in dir spricht und dich werden lässt.

\*\*\*

Dein Bewusstsein ist dein Zustand. Wähle deinen Zustand und damit dein Bewusstsein.

Wissen ist nicht Bewusstsein. Wissen muss lebendig sein, dann wird es zum Bewusstsein.

Nimm all dein Wissen, all deine Kenntnisse und Überzeugungen, alles, was das Licht von mir in sich trägt und lege es in dein Herz.

Einfach und ruhig, übergib all dein Wissen, all deine Gedanken, all deine Möglichkeiten deinem Herz und dann lass es wachsen. Lass dein Herz wachsen bis es eins geworden ist mit meinem – dem kosmischen alleinem Herz.

Übe, übe dies immer wieder. Lege alles in dein Herz und es wird gut. Lege deinen Schmerz, deine Angst, dein Wissen, deine Freude und deine Zweifel in dein Herz.

Hab keine Angst, dein Herz kann all dies aufnehmen.

Es ist gespeist von meinem Feuer. Und alles was dir schadet wird darin verbrannt und alles was dir gut tut, wird darin geboren. Sei in Dir. Sei in der Sicherheit des großen Lebens.

## GLAUBE UND HEILEN

Glaube an deine Phantasie, an deine Kraft der Vorstellung und den Weg des Heiles.

Deine Kraft und Möglichkeit liegt genau dort, wo deine Liebe zum Menschen ist, Dein Wunsch zu heilen, zu geben, aufzuwecken und zu lösen. Begib dich in die Sicherheit deines Herzens. Heilen ist lieben und Lieben ist heilen. Nicht Technik, nicht Methode, nicht Werkzeug, nicht Mantra. Sondern Liebe und Ehrfurcht vor dem Leben, Liebe und Sorge um den Nächsten, Liebe und Demut vor dem Großen, Liebe und Freude für dich selbst.

## LEBEN LICHT LIEBE- zum Nachdenken

Aus dem Licht durch die Liebe das Leben.

Aus der Liebe das Leben zum Licht.

Und das Leben durch das Licht zur Liebe.

Die Substanz des Lebens ist Licht, die Gestalt Liebe.

Die Substanz der Liebe ist Leben, die Gestalt Licht.

Die Substanz des Lichtes ist Liebe, die Gestalt das Leben.

Das Werden des Lebens bewirkt Liebe aus Licht.