

## ABSCHLUSSARBEIT MARTIN



# “Mein Bild für DICH”

... eine LOVE-Road Map für den Augenblick

## EINLEITUNG:

... wer von uns kennt es nicht, dass trotz gründlichem Überlegen und Abwägen und trotz aller Anstrengung eine Situation mal wieder aus dem Ruder lief. Und nicht nur das, auch, dass wir uns immer wieder eingestehen mussten, dass die aktuelle Situation nur allzu bekannt war, halt nur in einer anderen “Farbe” – aber oft mit dem Selben unbefriedigendem Ergebnis. Was war das mit unserem “Freien Willen”, wieso komme ich immer beim Gleichen raus, egal wie sehr ich mich für etwas anderes entscheide? Taugt dieser “Freie Wille” denn nur noch dazu mich morgens dazu zu entscheiden – ob ich das blaue oder das rosa farbene Hemd anziehe?

Auf dem Weg durch die Ausbildung zum CID von Dr. phil. Christina Kessler, ist es Ihr gelungen mich die Ursachen für die Unstimmigkeiten durch meine Konditionierungen erleben zu lassen. Es war ein ständiges aus mir heraus erkennen dürfen und erkennen können. Jedes Seminar war am Ende stets ein inneres Freudenfest für mich selbst. Dadurch wurde mir meine “verfahrenere” Situation immer deutlicher. Es entstand ein Gefühl zu dem was mich wirklich ausmacht und ich erkannte, dass mich mein Funktionieren in der

bisherigen Welt mächtig davon abhielt. Somit traf, allein mein Herz, die Entscheidung meines Lebens und kündigte aus der Situation heraus mein Arbeitsverhältnis, das zu diesem Zeitpunkt (August 2014) knappe 20 Jahre betrug. Es war in diesem Augenblick ein inneres Freudenfest, ein Feuerwerk der Gefühle und der Befreiung – und spürt sich bis zum heutigen Tage immer noch nur gut an.

Ich möchte aber auch erwähnen, dass ich mich zu diesem Zeitpunkt mächtig ausgebrannt fühlte ... alles gegeben und die Frage "für was?" fand keine befriedigende Antwort. Die Monate bis zum letzten Tag meines Arbeitens (6 Monate Kündigungsfrist) waren sehr interessant. Es gab nur einen einzigen Abend, ein Herbstabend, an dem mein Ego mir meine persönlichen Untergangs-Szenarien unterbreitete ... aber sonst war ich voll und ganz im Vertrauen auf mich selbst und vor allem, in größter Freude auf das, was auf mich in meinem Leben noch so wartet und durch mich sein möchte. Denn es wurde mir immer deutlicher bewusst, dass ich mein Leben die vergangenen 20 Jahre festgehalten hatte. Mein Verstand war zunehmend weniger in der Lage mit der täglichen Arbeit zurecht zu kommen und verlor zunehmend seine "Vorherrschaft". Dies ging sogar soweit, dass ich eMails nicht mehr beantworten konnte und jegliches "etwas von mir wollen" ablehnte. Auch war an eine Abschlussarbeit /-Präsentation nicht mehr zu denken.

4 Tage nun vor dem Beginn der Consultant Abschluss Woche machte ich mir Gedanken über meine Situation in der ich mich befand und was ich in dieser bisher für mich erreicht hatte. Zuerst war da NICHTS ... aber dann, ganz langsam kamen Erinnerungen auf, Erinnerungen an Impulse, Aussagen, Zusammenhänge, ausgesprochene Weisheiten, die sich allmählich in einem Bild zusammen fanden. Da wurde mir klar, dass ich mich in den letzten 3 Monaten, ziemlich unbewusst aber mit viel Energie mit der Frage auseinandergesetzt habe "wie geht es weiter?" und "was kann ich tun – außer vertrauen?", "worin besteht die neue Aufgabe meines Dieners?" Ich verbrachte viele Abende im Internet und bekam einen Hinweis nach dem Anderen – ohne es zu wissen ...

---

## EIN BILD:

entstand allmählich in mir, Stück für Stück und begann mich zunehmend mehr zu begeistern. Es ist ein Abbild, eine Skizze dessen, wie das bisherige Bewusstsein angelegt ist, wie es funktioniert und wo das neue, wilde, verbundene Bewusstsein seinen Platz hat und lebt. Das Bild entstand aus dem was ich in mir selbst beobachten konnte und hilft mir über die inneren Vorgänge mehr und mehr bewusst werden zu können.

Hier nun der erste Vorläufer des Bildes und eine Beschreibung:

Das Runde symbolisiert die Energie in uns, die Energie, die das Leben ausmacht und ist eher dem Weiblichen zuzuordnen.

In der Mitte das Herz als Symbol für das Leben und darüber der kleine Punkt welcher unser Verstand, den "Freien Willen", unseren Geist symbolisiert.

Bis hierhin hat das Bild noch nichts besonderes oder aufregendes. Es befindet sich hier alles in der göttlichen, höchsten Ordnung und ist das was es ist, nichts mehr und nichts weniger. Man könnte sagen es symbolisiert die Zeit unseres Daseins vor dem Biss in den Apfel ... es fehlt hier das Salz in der Suppe.



Der Biss in den Apfel kann somit als das größte und wunderbarste Geschenk an die Menschheit überhaupt gesehen werden, denn dieser Biss schuf die Möglichkeit des Seins und des nicht Seins. Die Wahl – für unseren "Freien Willen" – zwischen dem was wir sind, was uns ausmacht und dem was wir nicht sind, was uns nicht ausmacht. Der Biss schuf somit die Welt der Gegensätze, der Dualität, eine einzigartige Welt um uns selbst durch die Wahl der Gegensätze erkennen zu können in dem was wir sind und was wir nicht sind.



Denn, wenn wir die Möglichkeit haben zu erfahren was wir NICHT sind, können wir erkennen und erfahren was wir sind (!)

Hier nun die Integration des "Apfels" im Bild:

hinzu kommt eine Polarisierung der Energie und ein Viereck um den Punkt.

Der Kreis, das Symbol für die Energie des Lebens teilt sich nun auf in die Energie, die dem Leben dienlich ist und in die Energie die dem Leben nicht dienlich ist. Ich habe dafür ein Halbkreis Symbol wegen der Gegensätzlichkeit verwendet.

An dieser Stelle wird es nun sehr interessant (!) wir leben in einer Welt der Dualität, wir



kennen rechts & links, oben & unten, vorne & hinten ... und gut & schlecht. Genau diese Welt benötigen wir um mit Hilfe unseres "Freien Willens" unablässig im jeweiligen Augenblick zu entscheiden und dadurch zu erfahren.

Wenn wir den Sinn in unserem Leben darin sehen können, dass wir alle nur hier sind um uns selbst zu erfahren, für den einzigen Zweck, durch das Puzzle all unserer Erfahrungen, uns wieder zu erinnern auf das WER & WAS wir sind, wird es nun sehr spannend für unseren "Freien Willen" und unser zukünftiges (er-)Leben.

## LEBENSGESETZE ?

Nun zunächst eine weitere, sehr wichtige Information für das bewusste Leben – wenn wir uns Entscheiden für eine Sache, für eine neue Richtung, ist nicht der Gedanke in unserem Kopf der Gedanke, der die Kraft hat sich zu verwirklichen, sondern es ist die Ur-Kraft hinter dem Gedanken. Diese allein beeinflusst unsere Zukunft, indem sie das Anzieht, was von ihr aus geht. Nun was ist die Ur-Kraft? – *ist relativ einfach* – es ist die Ur-Polarität aller Dinge ... die Polarität aus der jeder Gedanke, jede Handlung hervor geht. Und da es eine Polarität ist, gibt es nur zwei Seiten, nichts mehr. Die Ur-Polarität ist die Energie, die dem Leben dienlich ist und die, die dem Leben nicht dienlich ist.

Und da es eine Ur-Polarität ist, ist es die tiefste Kraft in uns. Unser Hara (japanisch: Quelle des Lebens) mit Sitz in unserem Unterbauch. Nach diesem Wissen nun, müssen wir den nächsten Schritt gehen und uns unserem Hara bewusst werden, fast genau so wie wir dem Rechts und dem Links bewusst sind. Wenn wir nun diese Polarität unserer Ur-Kraft einen bewusst spürbaren "Platz" in uns zuordnen können, können wir steht damit in Verbindung treten.

Dazu nun einen Versuch: stell Dich hin, geht in Dich und werde ruhig, visualisiere nun einen Kreis mit ca. einem halben Meter Durchmesser, mit zwei Hälften, Rechts schwarz und Links weiß, vor Dir auf dem Boden. Gehe nun einen Schritt nach vorne und stelle Dich mit dem rechten Fuß in die Schwarze Kreisfläche, mit dem linken Fuß in die weiße Kreisfläche und spüre nach ob sich dies für Dich stimmig anspürt. Wenn nicht, dann drehe Dich um 180° und spüre Dich rein ob die andere Farbe zu Deinem Fuß, Deinem rechts/links Gefühl passt.

***BITTE NUN AUSPROBIEREN UND NOCH NICHT WEITER LESEN!***

So, ich bin nun genau so gespannt wie Du ... welcher Fuß, welches Bein fühlt sich gut auf der schwarzen Fläche an, bzw. welches auf der Weißen? Es ist

wichtig, dass es für DICH passt, Du musst mit diesem Gefühl nachfolgend einen Bezug herstellen.

Ich werde Dir nun aus meiner Sicht, meinen Bezug nennen und für die weitere Erklärung verwenden. Bitte, sollte sich Dein Bezug von meinem unterscheiden, dann bleibe bei Deinem und verwende für Dich stets Deinen Bezug.

Nun, Links ist für mich Schwarz stimmig und Rechts ist weiß stimmig. Diesem Gefühl der Stimmigkeit ordnest Du nun in Deiner Ur-Tiefe die jeweilige Hara Energie-Polarität zu. Das Hara sitzt in Deinem UnterBauch, in etwa wo sich eine Gürtelschnalle befinden würde. Spüre Deine Lebensenergie in Deiner inneren Ur-Tiefe einmal nach. Der Anteil, der dem Leben NICHT dienlichen Energie entspricht nun dem Gefühl der schwarzen Seite, also bei mir der linken Seite. Der Anteil mit der, dem Leben dienlichen Energie, entspricht nun der weißen rechten Seite. Spüre Dich nun bitte in diese Energie-Gefühls-Qualität Deiner Lebensenergie, stelle zu dieser Polarität nun Deinen Bezug her.

Im Folgenden werde ich nun von der Liebe, der EnergiePolarität, die dem Leben dienlich ist und von der Angst, der EnergiePolarität, die dem Leben NICHT dienlich ist sprechen. Aber bitte die Angst nun nicht mit der dem Leben dienlichen Angst verwechseln, dies ist die Angst die instinktiv Dein Leben beschützt.

Nachfolgend nun eine kleine Aufstellung der Ur-Energie Polarität Angst & Liebe zum Reinspüren (Rechts/Links)

### **ANGST**

### **ENERGIE**

### **LIEBE**

zieht zusammen  
 versperrt sich  
 schränkt ein  
 rennt weg  
 versteckt sich  
 hortet  
 fügt Schaden zu  
 umhüllt mit Kleidern  
 krallt und klammert  
 hält eng an sich  
 reißt an sich  
 attackiert

dehnt sich aus  
 öffnet sich  
 sendet aus  
 bleibt  
 enthüllt  
 teilt  
 heilt  
 gestattet nackt dazu stehen  
 gibt alles fort was wir haben  
 hält wert und lieb  
 lässt los  
 bessert

Das Herz steht für unser Mensch sein und ist der „Sender“ unserer Energie.

Das Viereck ist die Schachtel unseres gegenwärtigen Bewusstseins. Die vier Stiche stehen für die Grenzen unseres Wissens, somit die vier Wände unserer

Beschränktheit. In dieser Schachtel spielt unser EGO Gott und unser Verstand ist der bereitwillige Diener unseres EGOs. Damit haben wir ihn, „den Diener, quasi zum Herren gemacht“.

Zur waagerechten Linie kommen wir später. Nun aber zur Funktion des Bildes.

## UNSER BISHERIGES BEWUSSTSEIN – UNSER BISHERIGES FUNKTIONIEREN:

Durch das, dass wir annehmen unser EGO wäre das was wir sind und uns ausmacht, geben wir ihm die Macht Gott zu spielen. Dies geschieht in jedem Augenblick in dem wir eine Situation, den aktuellen Augenblick bewerten. Wir bewerten ihn indem wir uns ein Bild von dem machen was wir glauben was wäre. Wenn wir diesen Vorgang uns bewusst machen, sehen wir, dass unser EGO ständig von einer Bewertung zur nächsten springt. Uns ist dabei nicht bewusst, dass eine Bewertung ausschließlich auf der Vergangenheit beruht, es sind vergangene Gedanken und Erfahrungen die wir abgespeichert haben.



Kommt nun eine Situation auf uns zu, fordert das EGO (die Herrschaft) nun unseren Diener dazu auf, aus Informationen, Wissen aus der Vergangenheit, in den Archiven unseres Gehirns, alles herauszusuchen was dafür wichtig ist.

Unser Diener tut dies in Höchstleistung und zeichnet in Windeseile ein Bild um die Situation bewerten zu können – um – uns in Sicherheit wiegen zu können, dass wir sie im Griff haben (!) Das Ego, kann man sich dabei im Liegestuhl liegend vorstellen – ganz cool, hat alles im Griff.

Sollte der Diener etwas übersehen haben – und das hat er mit Sicherheit, da es nichts mangelhafteres gibt als das Wissen an sich (!!!) kann das EGO sich aus der Verantwortung ziehen, mit dem „alles halb so schlimm“, „war doch schon ziemlich gut“, „nächstes mal ist’s kein Problem mehr ...“

Solange wir nun auf unser EGO, unser Wissen, vertrauen sind wir im Mangelbewusstsein verloren und machen eine Mangelerfahrung nach der

Nächsten. Denn hier wird es sehr anstrengend für unseren Diener, er muss stets der Beste, der Fiteste, der Schlauste, der Stärkste sein, um Erfolg haben zu können, denn Platz 2 ist gleichbedeutend mit verloren zu haben, mit nicht gut genug gewesen zu sein. Angst entsteht nicht zu genügen, nicht richtig zu sein, es nicht wert zu sein. Und nun spüre mal in Dich hinein welche Ur-Energie setzt Du dabei frei? es ist die EnergiePolarität der Angst. Somit kann Dein EGO tun und lassen was es will, Du wirst in Deiner Ur-Polarität stets im Mangel, in der Angst sein. Da Du der Ur-Polarität zuvor einen Platz zugeordnet hast, kannst Du jetzt direkt spüren ob die Energie zu einer Situation von Links oder rechts aufsteigt. Immer – in dem Moment in dem Du bewertest wird die Energie aus der Seite Deiner Angst aufsteigen. Und sie wird somit direkt die Erfahrungen in Deiner Zukunft anziehen ... Du merkst es auch direkt daran, dass Dein Leben sich anstrengend, wie ein ständiger Kampf anfühlt, ein Kampf, den Du nicht gewinnen kannst.

In unserem Bild sind wir nun auf der unteren linken Seite der ANGST Energie in direkter Verbindung mit unserer Schachtel, des begrenzten bewertenden Bewusstseins. Wir können direkt die schwere, verhindernde Energiequalität spüren.

Hier nun ein Beispiel zur Verdeutlichung: wenn Du eine Präsentation vor Dir hast und Du alles gibst, da sie Dir eh von der Hand geht und es Dir Spaß macht, dann könnte man meinen, dass damit alles wichtige getan wurde und es einen positiven Lauf nehmen sollte. Sollte Dir aber während dieser Zeit der Vorbereitung ein Gefühl von z.B. "es eh nicht wert zu sein" über den Weg laufen, dann hat genau dieses Ur-Gefühl aus der Tiefe die mächtigste Kraft sich zu verwirklichen und es könnte passieren, dass zu Deinem top Vortrag gerade mal zwei Menschen erscheinen ... „eine Putzfrau und ein Penner“ ... nun ...

---

## DER AUSSTIEG – DAS NEUE, WILDE DENKEN:

dazu erweitern wir das Bild um eine waagerechte Linie darüber, der eher männliche Aspekt im Bild. In dem Moment, in dem wir uns entscheiden, dass es etwas wesentlich, unvorstellbar Größeres in unserem Leben gibt, wir die Göttlichkeit in uns anerkennen, die wir sind, werden wir den Augenblick nicht mehr bewerten und somit dem Leben entziehen, sondern wir werden das Leben einladen im Augenblick zu entstehen und seine ganze Weisheit zur Geltung zu bringen – indem wir, von nun an nur noch beobachten und vertrauen – uns somit vom Leben beschenken lassen. In diesem Moment entheben wir unseren Diener von der EGO Herrschaft und setzen ihn über die waagerechte Linie des (er-)Lebens.



In dieser Position gibt es nichts mehr was wir von unserem Diener erwarten, im Sinne von erzwingen. Unser Diener ist hier völlig frei von Zwängen, Erwartungen und Bedürfnissen, er kann sich hier komplett seiner Kreativität widmen und sich entfalten. Stets mit Leichtigkeit die höchste Vision von uns selbst ausmalen. Hier ist die Wiese des Lebens, mit all Ihrer Schönheit und Unendlichkeit der Möglichkeiten. Hier ist das Leben Zuhause, hier gibt es keine Grenzen und keine Begrenztheit mehr. Hier kann sich unser Diener ausschließlich unserer Entfaltung widmen.



Indem wir – aktiv – aufhören zu bewerten, und neugierig beobachten was da sein will, werden wir, auf der rechten Seite, auf der

Seite unseres Vertrauens, unserer LIEBE, die Fülle und Lebensenergie wahrnehmen und mehr als nur gewinnen, nur Erfolg haben, wir erfahren hier die ganze Herrlichkeit darüber wer wir sind und wer wir sein können.

Im Vertrauen auf die höchste Intelligenz der Liebe können wir jeder Situation, jedem Augenblick vermeidlicher Herausforderungen, stets Dankbarkeit entgegenbringen und neugierig sein auf das was es uns zeigen, erleben und erfahren lassen möchte. Nun hat unser "Freier Wille" eine völlig neue Grundlage des Seins, völlig neue Möglichkeiten – wir können in Einklang mit der unendlichen Energie der Liebe in uns, über die höchste Vision unseres Dieners, aktiv der bewusste Schöpfer unseres Lebens werden

*(ja wie geil ist das denn?!)*

Die Kenntnis unserer inneren Landkarte versetzt unseren Diener in die bewusste Wahrnehmung der Beobachtung – nicht nur der augenblicklichen Situation im Äußeren, sondern auch der energetischen Situation im Inneren.



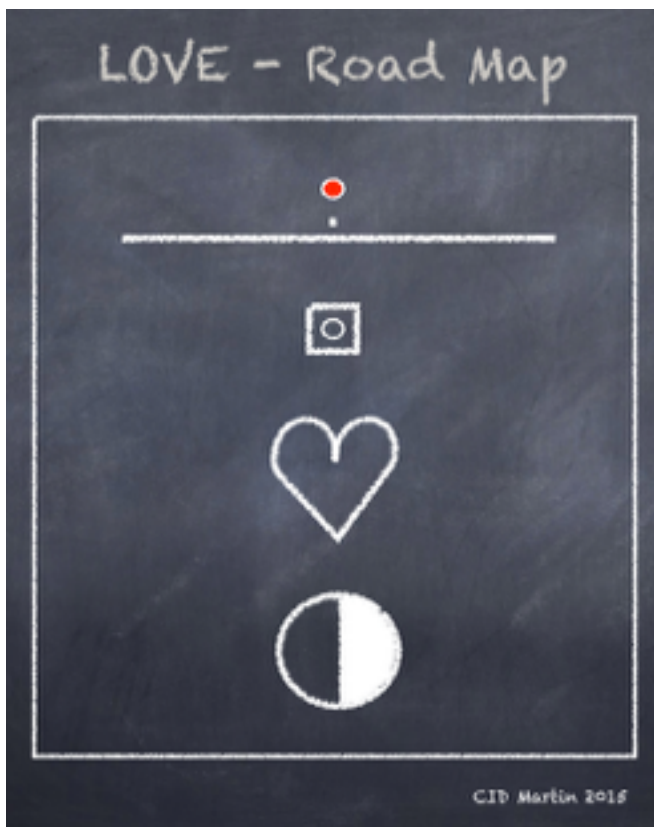
Sollte von nun an eine GedankenEnergie aus ANGST, dem Mangelbewusstsein, aus der Bewertung, aus dem EGO heraus aufsteigen, hast Du die Möglichkeit eines zweiten Gedankens. Ja, denke einfach ein zweites mal, keine Bewertung mehr, hinein in die Beobachtung, die Gedankenenergie zurück nach unten – nach rechts in die LIEBE verschieben und durch diese transformieren, in die Energie der Liebe, diese aufsteigen lassen und mit der höchsten Vision Deines Dieners von Dir selbst über Dein Herz ausströmen lassen ... braucht es mehr?



# DAS FERTIGE BILD – DEINE LOVE-ROAD MAP

Nun hat der rote Punkt, Dein Diener, eine neue, höhere Lage, eine höheres Bewusstsein für das (er-)Leben.

Damit hat er nun auch im Wesentlichen zwei Aufgaben.



**1.** er ist der Wächter am Tor und erkennt mit spielerischer Leichtigkeit die Qualität des Ur-Gedankens. Sollte es nicht die Liebe sein, so schickt er diesen Gedanken zurück und fordert den in und durch die Liebe transformierten Gedanken an,

und

**2.** hat er nun, wie bereits oben schon erwähnt die Aufgabe eine völlig neue Gedankenqualität der Fülle im Vertrauen zu pflegen. Stets die höchste Vision in und für eine Sache im Augenblick zu haben. Die stärkste Kraft hierbei ist die bewusste Verwendung und Visualisierung von "ICH BIN ..."

Diese AMO-Road Map, beziehungsweise das Wissen über die Zusammenhänge soll Dir helfen stets im Augenblick Dich zu erinnern um Dich für den Weg der Liebe entscheiden zu können.

An dieser Stelle möchte ich noch erwähnen, dass es bei LIEBE & ANGST kein GUT oder SCHLECHT gibt. Die Liebe benötigt die ANGST, denn nur durch die ANGST, das was sie nicht ist, kann sich die LIEBE selbst erkennen. Es ist beides gleich GUT – aber eben ist das eine dem Leben dienlich und das anderen eben wesentlich weniger.

Dein "Freier Wille" und Dein erwachtes Bewusstsein, zusammen mit Deinem "geschundenen" Diener haben von nun an stets die Wahl der zum Einsatz

kommenden Ur-Energie, die Dein Leben, Deine Zukunft prägen wird. Es ist allein Deine Entscheidung. Wir haben viele Jahre das erfahren was wir nicht sind und die Zeit ist nun reif – aktiv – nun das zu sein was wir sind – die reine LIEBE.

Und wenn Du meinst Du hättest irgendwann die höchste Vision von Dir selbst erreicht – dann muss ich Dich enttäuschen, denn genauso wie es auf der anderen Seite "endloses Leid" gibt, gibt es auf dieser "neuen / wilden" Seite ebenfalls keine Begrenzungen ... es erwartet Dich unendliche Fülle in Deinem Leben (!)

In diesem Sinne wünsche ich Dir nun unendliche Neugier auf DEIN (er-)Leben, viel Spaß und Freude an diesem neuen Bewusstsein.

---

## Die SACHE MIT DER TRAURIGKEIT IN UNS

Die LOVE-Road Map ist ein „Constant Rememberance“ Tool für den Augenblick, um direkt, in der Situation, aus dem uns wohlbekannten EGO-Mangelbewusstsein auszusteigen und aktiv die Entscheidung für die Liebe zu treffen. Aber was tun wenn unsere tiefste Traurigkeit auftaucht? Hier ist der richtige Umgang keine Augenblicksentscheidung mehr. Aber die LOVE-Road Map zeigt uns dennoch den richtigen Weg.

Unserer tiefsten Traurigkeit müssen wir mit offenen Armen, liebevoll entgegentreten, Ihr einen Raum anbieten in dem sie sein kann und darf. Wir müssen unerschütterlich im Vertrauen, auf die höchste Intelligenz der Liebe bleiben, geduldig und dankbar sein, dem gegenüber was sie uns zeigen und erleben lassen möchte und auf das was da sein will. Unsere tiefste Trauer birgt alte Verletzungen durch das Handeln unseres eigenen EGOs, oder das Handeln des EGOs einer uns sehr wichtigen Person. Wir bleiben uns stets bewusst darüber, dass wir nicht diesen Schmerz, oder diese Wut sind, sondern diese nur auf einer sehr alten Bewertung durch uns selbst gründet (*das war ungerecht, das tat weh, das hat mich sehr enttäuscht*) ... Wenn wir unsere tiefste Trauer zulassen, sie nicht bewerten sondern aufmerksam beobachten, Ihr liebevoll entgegen treten und hinhorchen welche Verletzung uns gezeigt werden möchte, werden wir die Dankbarkeit in uns aufsteigen spüren über die Erfahrung der Qualität dessen was schon lange sein möchte.

Somit benötigen wir unserer Traurigkeit gegenüber einmal das Wissen über die LOVE-Road Map mit dem bedingungslosen Vertrauen auf die Liebe, viel Geduld und die Bereitschaft hin zu horchen ... und wir werden Dankbarkeit in uns erfahren.

# DER SOUND FÜR DEN WEG

Während die LOVE-Road Map in den ersten 4 Monaten des Jahres 2015 eher unbewusst entstanden ist, ist zeitgleich ein Affirmations-Musik File entstanden um unserem **Diener** seine "neue" Wirk- und Denkweise zu verdeutlichen, um eben eine erste Idee der neuen Gedankenqualität zu bekommen und diese pflegen zu können. Der Affirmations-Musik File kann immer mal wieder während des Tages angehört werden. Dabei sollten die Worte und Aussagen nicht mit den Gedanken verfolgt werden, sondern die energetische Qualität des Inhaltes eher mit einer leuchtenden Unschärfe erfasst werden. Am besten in einer kurzen stillen Meditation mit ruhigem Geist (siehe hierzu TIP 1 weiter unten).



## "Tiger Herz"

*LOVE Road Map - „Tiger Herz - für DICH“*

TAMINA & THE TIGER MIND

1. Sprache II - langsamer

Dauer: 6:35

Den Text dazu findest Du unter TIP 3 aufgelistet.

---

# Schlusswort:

mit dieser AMO-Road Map im Herzen startete ich nun zu meiner Consultant Abschlusswoche. Die Begeisterung brannte in mir und ich wollte dieses Bild gerne mit allen teilen. Aber dann kam es anders als gedacht. Mir wurde sehr schnell klar, dass ich von etwas erzählen wollte das "nur" in meinem Herzen brannte, ich aber bis zu diesem Zeitpunkt noch keinerlei Erfahrungen damit hatte ... dieser Zustand sollte sich dann doch recht schnell ändern.

Das Leben zog alle Register und brachte mich an die Herausforderung meines Lebens – der Umgang mit Schuld. Und das niemand geringerem gegenüber als Christina Kessler selbst in Person.

Durch die nicht rechtzeitige Einreichung meiner Abschlussarbeit und auch keiner weiteren Information an Sie missachtete ich Ihre Vorgaben und somit Ihre Autorität. Dies machte Sie am 4. Tage sehr deutlich und verlangte dafür eine ENTSCULDIGUNG (!) - damit wir uns dieser Sache bewusst werden.

Das war für mich wie ein Blitzschlag – ich hatte bis zu diesem Zeitpunkt überhaupt keinen Umgang mit einer Entschuldigung. Die Erfahrung in meinem Leben zeigte mir, dass bei einer Entschuldigung ich den Anderen „Ent-Schuldete“ und mir selbst die Schuld auf lud. Du kannst Dir nun vorstellen wie dieser Berg wohl nach fast 50 Jahren ausgesehen hat. Und nun der Gipfel – Christinas Ent-Schuldung lag nun oben drauf.

Somit war das Bühnenbild und das Ausgangsszenario perfekt. Ich benötigte ca. zwei Stunden um mein EGO trip in Griff zu bekommen. Ich war so verletzt – *„nein, nicht Christina, wie konnte sie mir das nur antun, ich hab die Schnauze voll, ich hör damit auf, auf der Stelle ...“* und so weiter und so fort. Allerdings konnte ich als Beobachter in mein EGO eintauchen (wieder zurück, eine Stufe tiefer) und hatte so nun die Möglichkeit mir die komplette Energieverschwendung des Mangelbewusstseins anzuschauen. Aber ich wusste immer noch nicht wie ich aus der Nummer jemals wieder heraus komme.

Meine AMO-Road Map zeigte mir dass diese negative Energie unbedingt auf die Rechte Seite in Liebe zu transformieren ist ... aber wie? während des anschließenden Klangabends entschloss ich mich im Vertrauen zu bleiben, komme was wolle und weigerte mich jeglicher Bewertung der Situation. Gleich nach dem Ende der Aufführung wurde ich von einem Gruppenteilnehmer (Sumi) angesprochen „wie es mir den gehen würde“ und daraus ergab sich ein 2 stündiges Hinschauen was ist. Wir vermieden jegliche Bewertung und es war so aufschlussreich – für beide. Am Ende war klar ich musste mich bekräftigen und für mich sorgen und somit schickte ich meiner Seele vor dem Einschlafen ein Pranahuti aus ganzem Herzen. Am nächsten Tag konnte ich keinerlei Ärger mehr in mir ausmachen und auch die Nachfrage bei Christina ob noch was "übrig" ist wurde verneint. Somit hatte ich meine persönliche Meisterschaft in unserer Abschlusswoche und meine erste Erfahrung, dass es "funktioniert" ohne jemals zu verstehen - wie ... ?

In Freude und Dankbarkeit, von Herzen,



Martin / CID mit Leib und Seele

„Mein tiefster Dank geht an Dr. phil. Christina Kessler für Ihre unglaubliche Arbeit, die Entwicklung und Begleitung auf diesem Wege, für Ihren Umgang mit der Weisheit und Ihr unumstößlicher Glaube an die Intelligenz der Liebe.“

---

Der **CID** (Consultant for Integral Development)  
ist ein Berater für Selbstrealisation und Integrale Entwicklung ...

... ein Bewusstseinstaining, basierend auf dem philosophisch-praktischen Ansatz von **amo ergo sum** am Kreuzpunkt von Wissenschaft und Weisheit nach Dr. phil. Christina Kessler.

Die Lehre der Liebe - ein Weg, jenseits aller Pfade.

## TIP 1:

... einen ersten heißen Tip für künftige Meditationen mit Deinem "neuen" Bewusstsein des Vertrauens und der Fülle – um Ruhe in Deinen Geist zu bekommen, setze Deinen "alten" Diener einfach an den Tisch und biete Ihm eine Tasse Tee zum Ausruhen an ...

## TIP 2:

... ein Gedanke, wenn das Leben aus Lebensjahren und Lebensqualität besteht, so liegen schon einige Jahre hinter uns, aber multipliziert mit wenig Lebensqualität ergibt dieses nicht wirklich viel. Multipliziere ich die Jahre die noch vor mir liegen mit unendlicher Lebensqualität, dann kommt da glatt ein nahe zu unendliches Leben dabei heraus ... diesen Gedanke sollte man sich mal auf der Zunge zergehen lassen 😊

## TIP 3:

der Text des Affirmation-Musik Files: Tiger Herz Gedanken

Tiger Herz, – für Dich.

Nichts in dieser Welt ist real. Alles hat die Bedeutung die ich ihm gebe.  
Ich bin das wofür ich mich ansehe, und meine, Erfahrung ist das wofür ich sie ansehe.

Ich bin der Schöpfer meines Lebens.

Ich bin hier um mich zu erfahren.

Dafür gibt es diese großartige Dualität der Dinge.

Es ist steht's meine Entscheidung durch was ich mich erfahren möchte.

Ich bin dankbar für die Kraft des zweiten Gedankens, und für das Wissen über die Ur-Polarität, von Liebe, und Angst.

Ich bin das was ich denke und empfinde, mein Bewusstsein ist der weise Wächter am Tor, und erkennt spielerisch die Quelle jedes einzelnen Gedankens. Sollte die Quelle, der Ur-Gedanke, die innere, tiefe Überzeugung, nicht die Liebe sein, so denke ich einfach ein zweites Mal.

Denn es ist der Ur-Gedanke, der Gedanke hinter dem Gedanken, der sich in meinem Leben verwirklicht.

Ich öffne mich jetzt für die göttlichen Einflüsse in meinem Leben.

Ich bin steht's im Hier und Jetzt, im Augenblick erlebe ich mein Leben.

Ich beobachte ohne Wertung,

Ich erfasse was ist,

Ich habe Zeit,

Ich bin immer am richtigen Ort und alles was ich mir wünsche erreiche ich.

Ich bin gesund und fit, jung und kräftig,

Ich bin unendlich,

Ich bin einzigartig,  
Ich bin ein Wesen der Fülle, Alle Zellen meines Körpers sind so jung, gesund  
und kräftig wie am ersten Tag, und voller Liebe,  
Ich bin glücklich und voller Freude,  
Ich bin göttlich,  
Ich liebe das göttliche in mir, mein ganzes Sein – alles was ich bin – ist in  
vollkommener, harmonischer Resonanz mit meinem göttlichen Wesenskern,

Ich bin ein Wesen der Liebe. Ich liebe mich, Ich bin LIEBE.

Meine Liebe prägt jeden einzelnen Augenblick und alles Handeln meines  
Lebens,  
Ich bin Mächtig. Ich bin Erfolgreich.  
Ich liebe meine Macht und genieße meinen Erfolg.  
Ich gehe meinen Weg, Ich nutze meinen Geist vollkommen,  
Ich liebe die Kommunikation mit meiner Seele,  
Ich bin wohlhabend, ich genieße viel Geld, Luxus und meinen Reichtum, Geld  
ist etwas wunderbares, ich liebe es, und ich liebe es auszugeben, Ich lasse  
alles Geld zu mir strömen,  
Ich liebe es zu helfen,  
Ich bin voller Vertrauen,  
Ich bin geborgen in der göttlichen Liebe.  
Ich vertraue aus tiefem Herzen, Ich gehe sicher behütet meinen Weg.  
Ich bin Dankbar und voller Wertschätzung.  
Ich liebe das Schöne. Ich genieße meine Sexualität, die Lust und die Liebe.  
Ich weiß was ich will und weiß was mir gut tut.  
Ich habe den Reichtum des Universums verdient.  
Ich bin jederzeit, eine wertvolle Persönlichkeit und schätze mich selbst.  
Ich Sorge gut für mich und meinen Körper.  
Danke.

Tiger Herz – brauche nichts – habe Vorlieben und habe Verlangen (den  
göttlichen Impuls) aber, habe keine Bedürfnisse!

Weisheit: ist der Einblick in den unsichtbaren Zusammenhang und die daraus  
folgende Entscheidungs- und Handlungskompetenz.

Ich begegne mir selbst und anderen Menschen mit Güte und Respekt. Dies ist  
immer möglich, denn jede Person ist mit Dingen konfrontiert, von denen ich  
nichts weis.

Ich treffe weise Entscheidungen und höre mir selbst und anderen Menschen  
aufmerksam zu.

Mein Herz, mein Verstand und meine Intuition ist stets in einem harmonischen  
Gleichgewicht, das sich richtig gut anfühlt.

Ich denke regelmäßig über alles nach, wofür ich dankbar bin. So finde ich  
meine Wurzeln in den Dingen, die wirklich wichtig sind.



Ich bin stets offen für die tiefe Traurigkeit in mir, die, wenn sie sich meldet, mich an alte, noch nicht versorgte Verletzungen und Bewertungen durch mein EGO, oder durch das EGO eines mir wichtigen Menschen, erinnern möchte. Ich bereite meiner Traurigkeit stets einen Raum, trete ihr liebevoll entgegen und horche in sie hinein, ich bin Dankbar und Geduldig, denn im absoluten Vertrauen auf die höchste Intelligenz weis ich, dass Sie mich etwas erkennen und erfahren lassen möchte. Ich bin mir Bewusst, dass der Schmerz, oder die Wut, nicht das ist was ich bin und vertraue in Dankbarkeit, der Liebe, mich erkennen zu lassen was ich bin und was sein möchte.

Ich frage nicht danach was das Leben für mich tun kann, sondern was ich für das Leben tun kann und bin stets neugierig darauf und offen dafür, was durch mich sein möchte.

Ich bin Dankbar für die Weisheit erkennen zu können.

Ich höre mit meinem Herzen:

Ich bin bereit,

Ich bejahe,

Ich bin wahrhaftig,

Ich bin mutig,

Ich habe die Willenskraft,

Ich akzeptiere,

Ich achte mich selbst, und ebenso alles und jeden der an meinem Schöpfungsprozess Teil nimmt,

Ich erkenne mich selbst,

Ich habe Verantwortung,

Ich lebe die Vergebung,

Ich bin integer,

Mein Herz und mein Verstand sind verbunden:

Ich habe die Klarheit,

Ich lebe das Vertrauen,

Ich bin Offen für Neues,

Ich bin diszipliniert,

Ich bin gehorsam,

Ich bin voller Demut,

Ich bin aufmerksam und achtsam,

Ich bin konzentriert, halte die Balance und habe Geduld,

Meine soziale Intelligenz ist fest verbunden mit dem kosmischen Bewusstsein:

Ich liebe die Kommunikation und lebe die Freundschaften,

Ich habe Mitgefühl und bin tolerant,

Ich bin voller Wertschätzung,

Ich habe Humor und bin voller Freude,

Ich bin voller Frieden und Hingabe,

Ich liebe die Bedingungslosigkeit, die Freiheit und bin aus tiefstem Herzen dankbar.

“Ich, der Weise, bin der Tiger unter den Menschen, der die drei Eigenschaften des erleuchteten Geistes, Liebe, Weisheit und Wille, verwirklicht hat. Mit dem Lächeln von Weisheit und Methode, die untrennbar eins sind, lebe ICH im Urwald des klaren Lichts und Ernte das Wohl meiner Nachbarn als Frucht”,

Ich bin, der ich bin.

Danke, Ich liebe Dich, mein Tiger Herz.

*“Quellenhinweis: Textteile aus “die 33 Herzensqualitäten” von Dr. phil. Christina Kessler, Milarepa, und weitere mir unbekannte Quellen”*

---

## Quellenangabe:

Meine bisherigen Kenntnisse auf meinem Weg habe ich aus den mir bekannten nachfolgenden Quellen bezogen:

Die Ausbildung des **Golden Tiger Wisdom Trainings** zum **CID** entwickelt und erfahren durch Dr. phil. Christina Kessler

Die 33 Herzensqualitäten nach Dr. phil. Christina Kessler

Das Buch & Hörbuch „Gespräche mit Gott“ von Naele Donald Walsch

Die 9+2 teilige Vortragsreihe von Jiddu Krishnamurti auf Youtube