

---

# DER SCHMERZ DER METAMORPHOSE

*Oder: Es Ist Wirklich Alles Gut, In Der Gesamten Schöpfung*

von  
**Birgit Junker**

*Wichtiger Hinweis: Dieser Artikel spricht ausschließlich Shaumbra an und ist nur für dich, wenn du bereit bist, die volle Verantwortung für dein Leben und dein Tun und Handeln zu übernehmen. Es ist außerdem sehr wichtig, beim Lesen dieses Artikels das Fühlen einzuschalten und das Denken so weit wie möglich zu minimieren. Es ist ein Artikel für Meister - der Mensch und der Verstand sind Gast und dürfen im Hintergrund Platz nehmen und beobachten.*

Viele von uns haben derzeit sicher diverse körperliche Beschwerden, sonst würde das nicht immer in den Channelings angesprochen werden. Mal mehr und mal weniger heftig, mal zugeordnet, mal vollkommen diffus. Manchmal hält dieser Schmerz nur kurz an, mal geht er über einen längeren Zeitraum. Doch wie auch immer er sich äußert, er hängt einfach mit unserem Umbau zusammen. Vielleicht ist euch schon das Phänomen aufgefallen, dass Schmerzen, im Gegensatz zu früher, oft so schnell verschwinden wie sie gekommen sind, oder dass sie über den Tag hinweg einfach den Ort wechseln - vom Kopf, zum Knie, zum Rücken, zum Ellbogen - immer nur kurz präsent, und abends ist alles meist komplett verflogen.

Durch die Shoups und die Channelings wissen wir, dass derzeit wahnsinnig viel passiert - der größte Umbau aller Zeiten sozusagen, und das bei lebendigem Leib, logisch, dass das nicht spurlos und völlig unbemerkt an uns vorbeigehen kann. Die einzige Sache dabei ist nur, wie man individuell damit umgeht. Wie wir jetzt wissen, existiert Schmerz nur im Verstand und nicht im jeweiligen Körperteil, ohne Verstand also auch kein Schmerz - eine schöne Theorie, doch wenn irgendetwas höllisch wehtut, kann man sich nur schwer darauf berufen. Dazu kommt, dass der Verstand ebenfalls umgebaut wird, und er hat auch die Fähigkeit, für Phantomschmerzen zu sorgen. Aber darauf will ich hier in dem

kurzen Artikel garnicht hinaus, sondern nur, wie gehe ich damit um, wenn mal wieder ein Umbau ansteht?

Nun, es gibt kleinere Umbauten, die tagsüber stattfinden und schnell vorbei sind - vorausgesetzt, ich sehe es auch als „Umbau“ an und lasse nicht den Mensch zu Wort kommen, der sofort in Panik und Horrorszenarien verfallen könnte. Das ist übrigens schon Punkt Nr.1 von „*Wie gehe ich damit um*“. Ihr könnt sicher fühlen, wie der Energiestrom, der euch immer dienen möchte, sich verändert, je nachdem, ob ihr denkt und vertraut, dass es sich um einen Umbau handelt oder um eine schlimme Krankheit, die der Biologie Schaden zufügen möchte. Das eine fühlt sich eher belebend an und voller Vorfreude (was dementsprechend von der Energie bedient wird), während sich das andere Szenario erschreckend und mit Angst behaftet anfühlt (was ebenfalls entsprechend von der Energie bedient wird). Deshalb **Punkt Nr.1: Sehe ich Schmerz oder eine Unpässlichkeit als etwas, was mir Schaden zufügt oder sehe ich es als einen Umbauprozess, der mir dient?** Je nach Sichtweise wird mir die Energie dementsprechend dienen.

Dann gibt es größere Umbauten, die vornehmlich nachts stattfinden, wenn das bewusste Denken ausgeschaltet ist. Und das hat sicher einen guten Grund und sollte uns zu denken geben, wie wir auch tagsüber mit Wehwehchen besser umgehen können, wo das bewusste Denken ja nicht ausgeschaltet ist. Manchmal wachen wir aber davon auf und haben dann Kopfschmerzen oder / und Nackenschmerzen oder Rückenschmerzen und sofort ist der Verstand zur Stelle und bringt die gewohnte Qualia auf den Tisch, ganz nach dem Motto „Daten, Daten, Daten, Emotionen, Schlussfolgerung oder Entscheidung“, nämlich: „Habe ich zu viel getrunken / was schlechtes gegessen? Die Matratze ist Schuld, das Kissen, der Vollmond, der Neumond, was auch immer.“ Merkt ihr was? Alles Dinge im Außen. Das typische Verhalten des Verstandes also. Hier sollten sofort alle Alarmglocken klingeln und zu einem lauten „Stopp, es reicht!“ führen. Nichts im Außen ist Schuld, es ist eine Anpassung, die stattfindet.

Wie ihr euch dann die Energie dienen lasst, wird euch die Energie schon mitteilen, mit ihrem Lied der Resonanz. Deshalb hört gut zu und spürt hinein, was sie möchte: vielleicht viel Wasser trinken? Frische Luft? Vielleicht sogar eine Tablette als Erleichterung? Oder einfach nur auf dem Rücken liegen und atmen, in den Schmerz hinein fühlen, präsent sein, ihn willkommen heißen, ihn genau beobachten, nicht skeptisch oder ängstlich, sondern, weil er sowieso gerade da ist und ihr ansonsten gerade nichts weiter zu tun habt. Aber „beobachten“ bedeutet auch: ohne Agenda! Das ist wichtig. Einfach nur liebevoll (oder am besten neutral) beobachten und bewusst bei dem Schmerz / Umbau dabei sein. Lasst eurer Phantasie dabei freien Lauf! Sind da Bergarbeiter am Werk, die alte Strukturen aufweichen, loslösen, absägen, die sich im System „Körper“ angesammelt haben, damit der Freie Energie-Körper die leeren, sauberen Stellen neu und besser besetzen und füllen kann? Ist das Licht der Zellen aktiv, um weitere alte Zellen zu „löschen“, damit noch mehr Licht in die Zellen einströmen kann?

Wer kennt oder erinnert sich in dem Zusammenhang noch an die geniale „Standard-Technologie“ von Tobias? Tobias sagte damals: „Wenn ihr krank seid, ob nur leicht oder auch schwer, dann stellt euch einfach eine einzige gesunde Zelle in eurem Körper vor. Ihr müsst dazu kein Biologe sein oder wissen, wie eine Zelle aussieht, stellt euch einfach diese gerade frisch geborene, gesunde, vor Kraft strotzende, strahlende Zelle vor. Jeder hat mindestens eine davon, sonst wärt ihr nicht mehr hier, aber eine neugeborene, gesunde, kräftige Zelle reicht. Und dann stellt euch vor, wie diese gesunde, starke, leuchtende, freudige Zelle ihre Information wie ein Lauffeuer an alle anderen Zellen im Körper verbreitet und jede Zelle daran erinnert und damit ansteckt, sie entfacht, diese Freude und Kraft und Strahlkraft und Stärke zu übernehmen.“ Das war in etwa die Aussage von Tobias, natürlich stark gekürzt und zusammengefasst. Es gab dazu auch eine Anleitung, wie oft und wie lange man das ausführen sollte und er ging auf viele Details von Krankheit an sich ein. Ich wollte es hier jedoch nur kurz erwähnen, ohne weiter ins Detail zu gehen, um ein Beispiel für „lasst eurer Phantasie freien Lauf“ geben. Stellt euch also einfach vor, dass eure Zellen Aufräumarbeit leisten, anstatt euch vorzustellen, dass das System zerstört wird.

Denn das einzige, was der Kopf als bekannte Qualia zu bieten hat, ist, dass dieser Schmerz wohl der Biologie Schaden zufügt, denn er kennt bislang nichts anderes, was er sonst damit verknüpfen könnte, und das Szenario spinnt er dann bis zur Vollendung, was alles Schlimmes passieren kann, und dass natürlich irgendwas im Außen Schuld ist, weshalb natürlich auch nur etwas im Außen helfen kann. Der Verstand sieht in seiner alten Version alles als „im Außen“ an, sowohl Schmerz als auch die Heilung. Doch genau das ändert sich jetzt auch. Der Verstand wird ebenfalls umgebaut, um genau diese Dinge anders zu betrachten und um uns zu unterstützen anstatt uns zu boykottieren. Er wird zu einer neuen Art von enormer Unterstützung für unser verkörpertes Meistersein hier auf dem Planeten. Und fühlt euch ruhig in die beschriebenen Szenarien rein - ich bin sicher, dass jeder sie kennt - und fühlt jetzt aber auch ganz genau, was es bei der Energie bewirkt, die euch immer dienen möchte, weil alles immer nur eure eigene Energie ist.

Natürlich wird euch die Energie in beiden Szenarien entsprechend dienen, denn Energie urteilt nicht, sie dient nur entsprechend. Welches Szenario ist euch also lieber, wie hättet ihr gerne, dass die Energie euch dient? Beispiel Kopfschmerz: einmal hatte ich so heftige Kopfschmerzen, dass ich mich nur noch hinlegen konnte, um dann einfach nur noch zu atmen, doch dann, anstatt davor wegzulaufen und zu jammern und es „loswerden“ zu wollen, hielt ich inne, schaute dem Schmerz in die Augen und begann, den Schmerz zu fragen, ob er denn noch stärker werden konnte, ob das schon alles sei, was er zu bieten hatte? Ich forderte ihn also regelrecht heraus, hakte immer wieder nach, betrachtete ihn direkt, war direkt präsent dabei. Und der Schmerz wurde kleiner, war nicht mehr so übermächtig, weil ich nicht mehr davor weglief, sondern *mich* groß machte und hinschaute. Ich tauchte dort ein und beobachtete den Ort, wo sich der Schmerz befand, und fing an zu fühlen, wie es sich anfühlte - es war wie verhärtetes Gewebe (Danke, lieber Verstand, für deine Zusammenarbeit mit deiner neuen Qualia). Also wurde ich neugierig und fing an, dort hinein zu gehen und weiter zu beobachten, ich ließ mich vom Lied der

Energie führen, machte mich klein wie ein Molekül und ging auf Abenteuer-Entdeckungstour - aber immer ohne die Agenda, dass ich den Schmerz loswerden will! Ich wollte einfach nur da sein, jetzt, wo er meine Aufmerksamkeit erforderte und ich eh nichts anderes tun konnte oder wollte. Also ließ ich mich auf diese spannende Tour ein und folgte dem Lied meiner Energie.

Auf einmal befand ich mich *in* diesem Gewebe, das jetzt wie eine Art Höhle war, also innen hohl und mit verhärteten Wänden, und ich fing an, einfach nur voller Mitgefühl und Liebe hier zu atmen, während ich mich umschaute, ließ mein Licht die harten Wände streicheln, einfach so, ich folgte dem Lied der Energie, der Kommunikation, dem Impuls, den ich bekam. Ohne nachzudenken, ohne etwas damit zu verbinden, ohne Absicht oder Agenda. Nein. Es war spielerisch, freudig, staunend - die „Augen“ des Ich Bin auf Forschungsreise in der Biologie, den eigentlichen Schmerz hatte ich unterdessen vollkommen vergessen, war nicht mehr darauf fokussiert. Und das ist ebenfalls wichtig und **Punkt Nr. 2: Bleibt immer nur der neutrale, mitfühlende Beobachter.** Versucht nicht, den Schmerz loszuwerden, egal was immer ihr macht, sonst bekommt jedes noch so schöne Werkzeug eine Agenda und am Ende heißt es dann: „Aber ich habe doch damit geatmet und beobachtet, wieso ist es denn nicht verschwunden?“ Wegen der Agenda. Das Atmen war kein mitfühlendes Beobachten, sondern wurde wieder als Abwehrmittel eingesetzt: Das will ich nicht, das muss weg. Warum? Weil es als Schaden gesehen wird, anstatt als Umbau. Sehe ich es als Umbau, beobachte ich es neutral und erlaube der Energie, den Umbau anmutig zu gestalten, ich will es nicht „loswerden“. Ja, die Energie dient uns *immer* und ist immer neutral. Und etwas unbedingt loswerden zu wollen wäre, davor wegzulaufen, anstatt hinzuschauen und voller Mitgefühl da zu sein, präsent zu sein, ohne etwas „tun“ zu müssen, außer zu beobachten, neugierig zu sein. Der Mensch ist voll präsent - wie der Bauherr auf seiner Baustelle, bis der Umbau perfekt ist, was auch immer das in dem Moment sein mag und wie auch immer es sich in dem Moment äußern mag.

Nun gibt es aber auch eine Art größeren Umbau, der sozusagen dann ausgeführt wird, wenn ein Reset des Gesamtsystems notwendig ist. Und je nach Konstitution und vielen verschiedenen Faktoren sieht das bei jedem anders aus. Es kann sich in sehr, sehr heftigen Schmerzen äußern, die auch durch neutrales Beobachten und atmen keine große Besserung erfahren, im Gegenteil, es kann dadurch sogar noch heftiger werden. So zum Beispiel wie bei mir Anfang diesen Jahres. Es war ein Schmerz, der sich abends anfing aufzubauen, in der Wirbelsäule, mittig im Oberkörper, vom Nervus Vagus ausgehend, ein Nerv, der quasi das ganze System steuert und das gesamte Oberkörper-Brustbein-Wirbelsäule-System durchzieht und von dort zu allem ausstrahlt - Magen, Lunge, Solarplexus, Hals. Normalerweise macht er unauffällig seine Arbeit und selten bekommt man überhaupt was von ihm mit. Doch hier und jetzt war es ein Schmerz, der den ganzen Körper in so einer Heftigkeit traf, dass mir buchstäblich fast die Luft wegblieb. Jede Stellung, ob sitzend oder liegend, verschlimmerte es nur, wie ein Krampf im Inneren meiner Wirbelsäule, der wie bei einem Dominoeffekt auch alles andere damit Verbundene verkrampfen ließ. Und wie gesagt, egal, welche Position ich einnahm, es wurde nicht

besser, es wurde schlimmer, und ich wusste, hier steht was Großes an und das wird eine lange Nacht werden.

Ich hatte diese Art Schmerz schon früher mal gehabt, vor Ewigkeiten, und damals dachte ich, ich müsste mitten in der Nacht in die Notaufnahme, weil es wirklich heftig war und mir mein Verstand nur allzu bereit gleich sämtliche Horrorszenarien vorspielte. Ein Arzt kam für mich nicht in Frage. Damals wusste ich zwar noch nichts von Umbauprozessen und allem, was wir heute wissen, aber ich wusste bereits genug, um meinem Körper zu vertrauen und hatte eine gute energetische Verbindung zu ihm, da ich mit Schwingungsfrequenzen arbeitete und gelernt hatte, loszulassen und zu erlauben, was sich mir zeigt, auch wenn ich es nicht „verstand“, und so bekam ich es damit in den Griff. Damals waren es Dinge im Außen, denen ich vertraute, doch heute weiß ich, dass ich auf dem richtigen Weg war, weil es immer *Ich* war, mein wahres Ich, was mich geführt hat. Und dem lernte ich bedingungslos zu vertrauen, weil es nie falsch lag. Die beste Voraussetzung also für das, was später durch Tobias und Adamus auf mich zukommen sollte. Ich wurde perfekt vorbereitet.

Doch zurück zum Punkt, was konnte ich also jetzt in diesem Moment des Schmerzes „tun“? Da mein Mensch und Meister mittlerweile ein eingespieltes Team sind, gab es nur kleinere Panik-Einwürfe und sie fanden kein großes Gehör mehr. Ja, sie wurden gehört, aber mehr nicht. Zuerst begann ich also mit dem üblichen „atmen, zuhören, erlauben“, nachdem ich es mir unter der Bettdecke einigermaßen bequem gemacht hatte. Erlauben, was auch immer kommt. Doch diesmal fühlte es sich anders an, nicht passend, es gab keine rechte Resonanz dazu, also hörte ich weiter hin, um das Lied der Energie zu erhaschen, um zu spüren, was von mir als Mensch jetzt verlangt wird, damit die Energie mir perfekt dienen kann, denn ich spürte, da gab es noch mehr, was ich „tun“ sollte, erkennen sollte, um dies alles passiv zu unterstützen. Ich spürte auch, dass ein „Hineingehen“ diesmal nicht verlangt war, weil es kein lokaler Schmerz war, sondern weil diesmal das ganze System betroffen war. Wie wenn beim Computer das Hauptkabel mit allen Verbindungen getrennt werden muss, um anschließend neue Software hochladen zu können. Dieses Bild zeigte sich mir. Prima, immerhin etwas. Und ich weiß mittlerweile, dass, wenn so krasse Dinge in meinem Leben passieren, diese nicht nur *mir* etwas Neues zum Erkennen bringen, sondern dass ich es dann meist auch für andere erkennen und dann weitergeben darf, da es auch bei anderen ansteht. Ich spürte auch, dass ich mich auf den Bauch legen sollte, nicht auf den Rücken. Die Wirbelsäule sollte oben sein, ohne Gewicht. Also gut. Bauchlage.

Mittlerweile waren die Schmerzen fast unerträglich und vereinnahmten meinen gesamten Oberkörper, vom Solarplexus bis zur Luftröhre, wie gesagt, als hätte ich *in* der Wirbelsäule in Höhe des Brustbeins einen Krampf, der sich auf alles auswirkte, was damit nervlich und gewebe-technisch verbunden ist. Das Hauptkabel eben. Tabletten kamen nicht in Frage, das spürte ich auf Nachfrage bei der Energie. Nein, ich sollte was anderes erkennen, etwas neues und sehr wichtiges. Mein Drache und mein Meister waren da, liebevoll und streng: „Keine Schmerztabletten, die bringen nichts. Kein Arzt, der würde

nichts finden. Lass dich führen, lass dich fallen, hör zu, und folge dem Lied der Energie.“  
Leichter gesagt als getan.

Doch dann *hörte, spürte* ich das passende Lied der Energie, die mir dienen wollte - glasklar und überdeutlich, unüberhörbar konnte ich es im größten Schmerz wahrnehmen. Ein eindeutiger Rhythmus, der mir unendlich bekannt ist - *der uns allen unendlich bekannt ist* - auf den ich mich in tiefstem Vertrauen einließ, egal was auch immer passieren würde, auch wenn ich auf die andere Seite gehen würde, denn es fühlte sich goldrichtig an. In meinem tiefsten Vertrauen hörte ich den Rhythmus und das Lied von „**All Is Well - In All Of Creation**.“ Ich begann, in diesem Rhythmus zu atmen: *All is well* - beim Einatmen - *in all of creation* - beim Ausatmen. Es ist für mich ein schöneres Lied, wenn ich es auf Englisch sage, anstatt auf Deutsch („Alles ist gut in der gesamten Schöpfung“), es resoniert mehr mit mir und „singt“ fließender. Aber das ist sicher für jeden individuell anders und das muss jeder selbst für sich ausprobieren. Ich lag also auf dem Bauch, die einzige Lage, die mir möglich war, und atmete unbeirrt diesem Lied und Rhythmus folgend: *All is well - in all of creation*. Immer und immer wieder. Ohne Ablass. Ohne Hektik. Bis ein eigener harmonischer Rhythmus entstand und mit diesem Rhythmus ein unendlich tiefes Vertrauen, dass, egal was auch immer mit mir passiert, alles gut ist. Weil wirklich *alles* gut ist.

Ich spürte nur noch diese Worte, diesen Rhythmus, meine Atmung, meinen Körper, der sich zu entspannen anfang und in dem eine Ruhe einkehrte, wie ich sie noch nicht gekannt hatte, und der mit diesem Rhythmus floss. Der Schmerz war weiterhin da, aber eher wie in Nebel gepackt, spürbar, aber erträglich. Ja klar, ein Umbau der Hauptleitung geht halt nicht so ohne weiteres, aber es war erträglich und ich war bei vollem Bewusstsein dabei! Wie cool ist das denn? Hier durfte nichts mit Tabletten betäubt werden, ich musste mir dessen voll bewusst sein, das war wichtig. Natürlich wollte der Verstand auch mal zu Wort kommen und kurz Daten abfragen: „Ist es schon besser?“ Und sofort fiel ich aus dem heimeligen Rhythmus und fühlte den Schmerz wieder mehr (nein, es wurde nicht „schlechter“, wie mein Verstand gerne interpretieren würde, ich fühlte ihn nur wieder mehr, das ist ein Unterschied).

Also unterbrach ich: „Klappe, Verstand! Beschäftige dich nicht damit, wie ein Luchs zu beobachten, ob und wann was besser wird, es ist egal. Lass los, ab sofort sind alle deine versuchten Einwürfe nur noch Wolken am Himmel, die vorbeiziehen und verpuffen.“ Ich stieg wieder unbeirrt in den mir jetzt so vertrauten und immerwährenden Rhythmus ein, der währenddessen sanft im Hintergrund weitergelaufen ist, und sofort war der Schmerz wieder wie in Nebel gehüllt und erträglich. Man könnte es damit vergleichen (ich liebe die neue Qualia meines Verstandes, der mir jetzt sehr dient, um mir im Nachhinein alles besser zu veranschaulichen, falls ich mal ein Bild dazu bräuchte), wie wenn ihr auf einer lauten Baustelle seid und euch jemand diese sogenannten „Mickey Mäuse“ (Gelbe Ohrenschrützer) auf die Ohren setzt, die den ganzen Lärm erträglich machen. Der Lärm ist zwar noch da, weil ja gearbeitet werden muss, aber er ist erträglich. Mein volle Aufmerksamkeit war jetzt also nur noch bei „*All is well* - einatmen - *in all of creation* -

ausatmen“, ich tat nichts anderes mehr, als bewusst ganze zwei Stunden lang ununterbrochen diesen Rhythmus zu atmen und dabei im Stillen diese wunderschönen Worte zu wiederholen, bis ich damit einschlief. Es brannte sich so ein, dieser Rhythmus, dieses Lied, wie ein Ohrwurm, dieses unbeschreibliche Gefühl des tiefen Vertrauens, ausgehend von einer Ebene, die mir so unendlich vertraut ist und die ich so auf diese Weise noch nie gefühlt hatte. Was für ein Geschenk!

Diese Ebene ist die reine Ebene des Ich Bin, des Lichts, der Seele, das wahre Sein, wenn wir nicht gerade als Mensch verkleidet unterwegs sind. Das bin Ich, das sind *Wir*, in unserer ganzen Größe und Schönheit und Vollkommenheit. Das sollte ich hautnah spüren und das sollte mir bewusst werden - deshalb der Reset meines veralteten Hauptsystems, die Abkoppelung des alten Systems, um Platz zu machen für die biologische Verschmelzung mit einem schöneren, eleganteren, simpleren System, das sich der Freie Energie-Körper nennt. Das Anayatron wird abgeschaltet, Stück für Stück, die DNA baut sich um, um dieser Zusammenarbeit von Mensch und Ich Bin gerecht zu werden, um verkörpert hierzubleiben und sich gleichzeitig des wahren Seins bewusst zu sein. Ein Reset und Neustart, der bewusst wahrgenommen werden sollte. Auch, um sagen zu können: *Ja, es funktioniert!* Seitdem löst der bloße Gedanke an diesen Rhythmus bei mir eine wohlige, tiefe Gänsehaut aus, die mich zutiefst berührt, die mir Freudentränen in die Augen steigen lässt bei dieser liebevollen spürbaren Anwesenheit meines wahren Seins, meiner Energie, meines Ich Bin. Und es gibt dieser einst eher lapidaren Aussage am Ende eines jeden Shouds eine vollkommen neue und tiefgreifende Bedeutung, die jeder erfahren kann und sollte.

Und genau *das* ist das Schöne, *jeder* kann das für sich erfahren, wenn er es wählt und erlaubt. Ich habe es an zwei wunderbare Shaumbra-Freundinnen weitergegeben, als sie nicht mehr weiter wussten - eine davon war Gerlinde - und bei beiden hat es hervorragend funktioniert und beide waren zutiefst berührt von dem, was es für sie bewirkte. Doch es ist nichts, um es mit einer menschlichen Agenda oder Absicht anzuwenden. Es ist so viel mehr als nur ein „weiteres Werkzeug“, damit es dem Mensch wieder gut geht. Es ist das Lied der Seele, das Lied der Energie, dass alles wirklich gut ist in der gesamten Schöpfung, egal was passiert, *egal was passiert!* Es beinhaltet so viele Ebenen, dass es keine Worte dafür gibt, um es je zu beschreiben, denn das würde es nur einschränken und das will ich auf keinen Fall.

Erfahrt es einfach selbst. Probiert es aus, auch ohne „Schmerzen“ zu haben. Setzt oder legt euch einfach irgendwo hin oder geht spazieren und atmet dabei euren Rhythmus, euer Lied von „*All is well*“ beim Einatmen - pausiert kurz - und „*in all of creation*“ beim Ausatmen. Sanft, fließend, liebevoll, genau in dem Rhythmus, den *eure* Energie euch vorgibt, solange wie ihr möchtet, wie eure Energie euch dienen soll, um was auch immer zu harmonisieren. Vielleicht inneren Stress, vielleicht den Sog der momentanen Nachrichten, der einen vereinnahmt hat, vielleicht ein momentanes Ohnmachtsgefühl in einer bestimmten Situation, es kann alles mögliche sein, was uns aus dem Gleichgewicht gebracht hat und zurück zur Harmonie kommen möchte. Und was das manchmal genau

ist, muss der Mensch garnicht immer wissen und der Verstand muss auch nicht in die Katakomben seiner Datenaufbewahrung gehen oder es gar dort mit aufnehmen. Nein, das braucht er nicht, denn es verankert sich in jeder Zelle des Körpers, von ganz alleine.

Mittlerweile ist es so, dass ich nur noch an „mein“ Lied denken muss, um sofort in eine Harmonie zu kommen. Mein Verstand liebt dieses Lied, weil er sich dann entspannt und aufhören kann zu denken. Es ist einfach großartig und das schönste „Werkzeug“, das sich mir offenbaren konnte, um mein wahres Sein tatsächlich voll und ganz und bewusst an meiner Seite zu wissen - *UND* umgekehrt: um als mein wahres Selbst bewusst zu erkennen, dass ich Seite an Seite mit meinem Mensch hier verkörpert sein kann.

*All is Well - in All of Creation ...*

... und eben beim Spaziergang mit meinem Hund wurde mir auch vollkommen klar, dass es genau *das* ist, was wir ausstrahlen, wenn wir als Meister auf der Bank sitzen.