

# KEINER UND KEINE UND KEINES WEISS ALLES – VOM SEGEN UNSERES SPIRITUELLEN UNTERSCHIEDUNGS-VERMÖGENS

Elisabeth Bond

*Wir leben in einer vielschichtigen und vielfältigen Welt, in der wir mit den unterschiedlichsten Energien konfrontiert werden. Da ist es enorm wichtig, dass wir unterscheiden können, was zu uns gehört und was nicht – sei es stofflich oder feinstofflich. Die spirituelle Lehrerin Elisabeth Bond vermittelt in ihrer inspirierenden Sprache auf eindruckliche Art, wie wir unser spirituelles Unterscheidungsvermögen bewusst einsetzen können. Über zwei tiefgründige Meditationen, die im Alltag praktisch anwendbar sind, zeigt sie, wie wir das für uns Richtige erkennen und manifestieren können.*

Aus der einen Quelle allen Lebens fließt zu jeder Zeit das *Eine Wahre des göttlichen Seins* in das geformte Leben aller universellen Welten. So auch auf unsere Erde, fließt in deren Äthergürtel, in ihre materiellen Formen, die Elemente und die vier Reiche – das Mineralreich, das Pflanzenreich, das Tierreich und das Menschenreich. Und dieses *Eine Wahre, Göttliche* fließt aus der *All-Einheit* auch in die Dualität und in die Zweifelt der Polarität, was die Menschheit zu jeder Zeitepoche auffordert, Entscheidungen für sich und ihren Gastplaneten zu treffen – sowohl geistig, seelisch, persönlich und kollektiv. Alle *ausgeführten und materialisierten* Entscheide der Menschheit aus den vielen vergangenen Zeitepochen bilden heute, gerade jetzt, wo Du das liest, das Ganze *aller* menschlich gelebten Taten und Manifestationen.

*Sie sind das Eine Ganze, sind uns ein wegweisendes Testament, ein Vermächtnis sowie ein Boden für das Kommende. Denn wir, die jetzt auf Erden leben, fügen weitere Taten hinzu, mit*

*denen sich dann unsere Nachkommen befassen werden.*

Für das Kollektiv Menschheit mag das ein fabelhaftes geistiges Aufbau-Fortschritts-Konzept sein. Aber für uns, die praktischen Einzelmenschen in Zeit und Raum, ist oft vieles nicht einfach zu verstehen, zu unterscheiden und in Synthese zu bringen und dann Entscheidungen zu treffen. Hier stellt sich die Frage: Wie bewusst hören wir dem Höheren Selbst zu, wie bewusst greifen wir jeweils in den seelischen Topf des Unterscheidungs- und Entscheidungs-Vermögens? Tun wir das nicht bewusst, so haben wir mental oder emotional öfters den Eindruck, dass ein Ausdruck, eine Rede, eine Tat eines Mitmenschen uns «irgendwie nicht richtig» oder «ganz» erscheint. Dies vielleicht von einem spirituell Lehrenden, einem religiösen Priester, vielleicht von einer Person aus der Welt der Kunst, Wissenschaft, Politik, vielleicht von einem Staats-Führer oder einer Staats-Führerin mit ihren zugehörigen Gruppen oder ganz einfach vom nächsten Nachbarn.

Und was tun wir in so einer Situation? Wir übersehen, dass auch wir nicht «ganz» sind und dass wichtige Fragen, die im eigenen polaren Alltag auftauchen, *uns nur zu uns selber, zu unserem mitgebrachten Seelenpotential führen*. Dass sie uns Wegweiser an einer seelischen Weggabelung sind, an der wir im Moment stehen. Augenschliessen, Weglaufen oder emotionale Anfechtung sowie mentales Rechthabenwollen bringen uns nicht weiter. Denn dieselbe Frage taucht wieder auf, dies vielleicht in einem anderen polaren Kleid. Die Polarität wie ein Fernsehgerät zu nutzen und schnell auf ein anderes Programm umzuschalten, wenn uns etwas nicht passt, macht keinen Sinn. Denn das Höhere Selbst überblickt zeitgleich alle Lebens-Programme in unserem Seelenplan und bringt uns wieder und wieder an den Punkt, an dem es gilt, gemäss Seelenplan eine anstehende Entscheidung zu treffen. Eine Entscheidung, die uns in Handlung bringt, in eine schöpferische Manifestation!

*Doch vorher gilt es, die Gabe der spirituellen Unterscheidung einzusetzen und die momentane drei- oder vierdimensionale Situation seelisch zu studieren. Gilt es, dazu in der inneren Tiefe wie auch im höheren Bewusstsein zu SEIN (vielleicht mit Hilfe einer Meditation) und die menschlichen Entscheidungen des Verstandes seelisch zu lenken. Gilt es, nicht in die mentale Falle des Missverstehens zu tappen, sondern zu erkennen, dass wir rational gar nicht «be-greifen» können, wie wir uns denn am Platz von andern (die wir kritisieren) verhalten würden.*

Doch Eines ist sicher: Wir alle stellen in unserer jetzigen Inkarnation auf Erden gemeinsam einen Seelen-Kosmos dar, einen bestimmten Schwingungs-Kosmos mit vielen Räumen, Schwingungs-Ebenen und schöpferischen Möglichkeiten. Und wir alle erfahren in der heutigen Zeit viele Veränderungen im dreidimensionalen Raum auf Erden, erfahren Bewegungen auf vielen Ebenen: auf der Ebene der irdischen Evolution, der Ebene der eigenen menschlichen Inkarnation und der Ebene des seelischen Daseins in einem physi-

schen Körper. Wir leben als Mensch an einem Knotenpunkt von Zeit und Raum und nehmen sowohl seelisch wie biologisch die jetzt einflussenden galaktischen Energien auf, die uns transformieren. Es ist wie über einen Gletscher zu laufen – ständig müssen wir über Spalten springen! Wir sind aufgefordert, uns vorwärts zu bewegen und den jetzigen Quantensprung ins Lichtzeitalter geschmeidig, spontan und frei zuzulassen. Denn wir wollen ja nicht in eine Spalte von «Unerledigtem» fallen ... Wir wollen in diesem Körper seelisch fliegen, in erweiterte feinstoffliche Räume, wollen gemeinsam mit den Seelengeschwistern im Universum fliegen, zusammen mit Engeln und geistigen Lichtwesen.

Der irdische Raum des «Manifestierens» wird nun für die Menschheit zu einem immer bewussteren Raum des seelischen Licht-Dienstes auf Erden. Wir sind aufgerufen, sowohl menschlich wie auch seelisch *bewusst zu unterscheiden und zu entscheiden*. Dies passiert zwar in der derselben Polaritätswelt wie gestern und vorgestern, die aber, wie wir beobachten können, doch allmählich höher zu schwingen beginnt. Bewusste spirituelle Entscheide lassen Dich in jedem Moment auch die seelische Kreativität einbinden, egoistische Entscheide lassen Dich *vor allem die menschlichen Gewohnheiten und Vorlieben* schützen. Das Ego wartet oft mit nett verpackten Päckchen oder aber mit Angstbildern für die Zukunft auf ... Hier gilt es einzuschätzen, in wie viel Wasser Du schwimmen kannst. Schwimmst Du lieber in einem geschützten Schwimmbecken oder aber kilometerweit ins Meer hinaus und wieder zurück? Beides ist ok, nur darfst Du Dich dabei weder über- noch unterschätzen, sondern solltest lernen, Dich einfach richtig einzuschätzen.

*In welche feinstofflichen Lichträume wagst Du in der heutigen Inkarnation seelisch zu fliegen, um dann wieder mit einer «erweiterten Sicht» auf Erden zu landen? Vergiss nicht, in Deinem Zellgedächtnis weisst Du, dass aus dem Homo erectus (Instinkt) sich der denkende, fühlende Homo sapiens entwickelt hat und wir nun den Sprung*

***Augenschliessen, Weglaufen oder emotionale Anfechtung sowie mentales Rechthabenwollen bringen uns nicht weiter.***

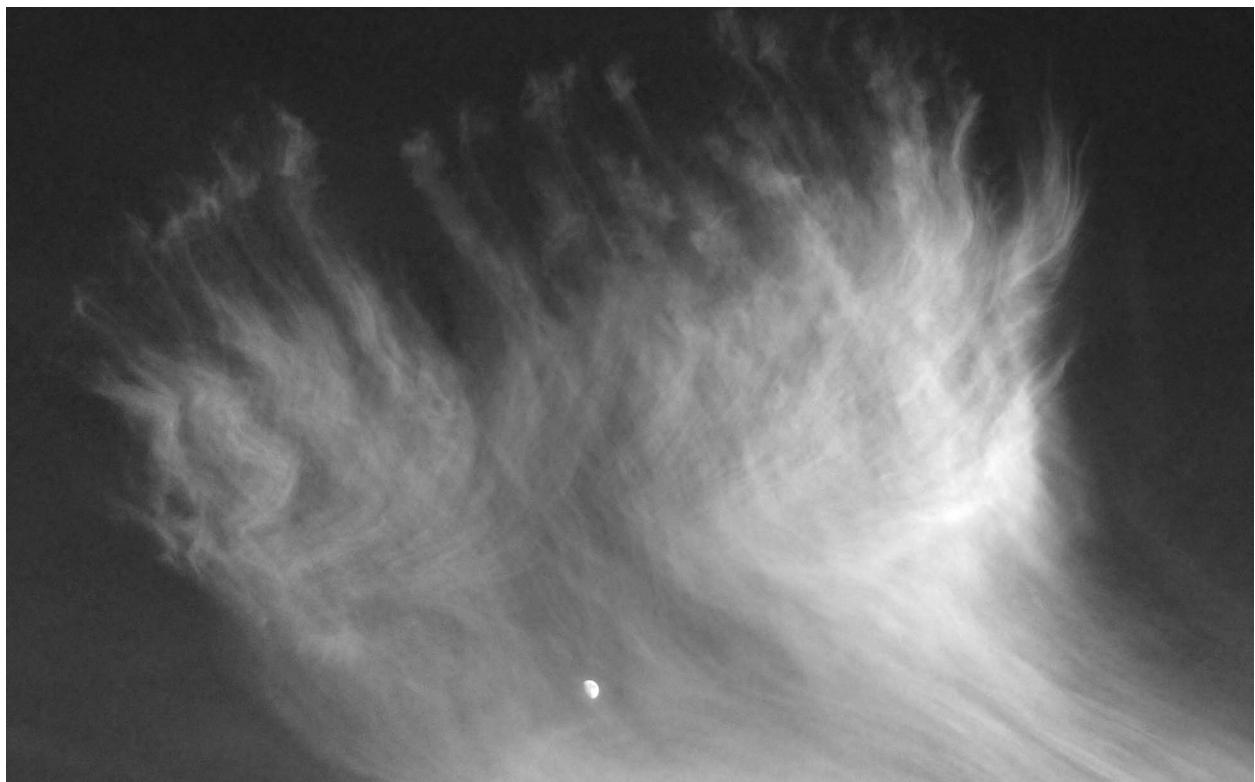
*in den Homo universalis vollziehen werden! Und all dies in der Kreis-Linie-Punkt-Drei-Einheit auf Erden! Weisst Du, dass die Menschheit schon immer und in jeder Zeitepoche am Tag zur Sonne aufschaute und in der Nacht den Sternenhimmel mit dem Mond beobachtete? Und damit das Göttliche in der Tiefe des Herzens und das sich entfaltende Bewusstsein nährte?*

Es hat Millionen und Millionen von Erdenjahren gedauert, bis die Stufen eines tierhaften Kaumbewusstseins der Menschheit zu einem individuellen Ich-Bewusstsein geführt haben, sich verfestigt haben. Dies führte die Menschheit vom physischen in den emotionalen Körper, dann in den mentalen und jetzt in den Seelenkörper, dessen spirituelle Sicht wir als kosmisches Bewusstsein auf Erden bezeichnen können. Und zu jeder Zeit war den Menschen das Herz *der* innere Führer zu Seele.

Das einflussende Photonenlicht aus unser Galaxie ist uns geistige Nahrung, ist *die* Ursubstanz für unser Seelenlicht im Herzen, so dass wir die interdimensionale Lichtenergie mit ihren feinen Farbstrahlen, die höher schwingen als das Regenbogenlicht aus dem Sonnensystem, in un-

serem physischen Körper aufnehmen können. Das Photonenlicht fließt nun stetig durch unser Sonnensystem in unsere Körperzellen mit ihrer DNA, fließt in unser Unterbewusstsein sowie ins Überbewusstsein und erhöht langsam unsere Schwingungen und Sichten auf den irdischen sowie den universellen Lebensraum. Auch nehmen wir seit ungefähr 25 Jahren immer bewusster universelle Informationen auf, Gammastrahlen wie auch Anti-Materie-Teilchen. Was für eine heilige Impfung! Die galaktische Lichtkraft verändert auch die Schwerkraft der Erde und somit den Boden unter unseren Füßen. Und auf dieser für uns neuen Frequenz verändern wir – ob wir das wollen oder nicht – die heutige Welt! Fangen wir bei uns selbst an und erkennen, dass das Verfeinern unserer 7 Körper sehr wohl wichtig ist, dass es aber vor allem in der nächsten Zeit um das Stärken und Neuausrichten des physischen Körpers geht, damit die Zellen das Erbgut der Seele in zeitliche Ausrichtung und irdische Manifestation bringen können.

Die Seele weiss, dass es keine hindernden Grenzen gibt, wenn wir individuell zu Neuem bereit sind und wenn ein gewisser Schutz vor astralen Einflüssen nicht mehr notwendig ist. Dann dehnt



## *Lerne Fehler zu machen, die Dir eine aufbauende Lektion im Leben sind und Dir aufzeigen, was noch fehlt.*

sie den göttlichen Funken in unserem Herzen stetig weiter aus und wir werden geistig erwachen und seelisch mutiger. Die Seele weiss aber auch, dass der Photonenlicht-Tsunami der heutigen Zeit nun Jeden und Jede und Jedes an einen neuen Strand des Lebens spült. Neue Entwicklungs-Stufen sowie von unseren Vorfahren längst vorausgeahnte Lebens-Muster der Gesellschaft können jetzt, am Anfang des Lichtzeitalters, mutiger manifestiert werden. Dies vor allem, weil nun eine kritische Masse «Menschheit», die dazu notwendig ist (ca. 33 %) «ihren» *individuellen und kollektiven Strand* bereits erreicht hat. Die sich, zwar im gleichen physischen Körper von gestern und vorgestern, wie neu geboren fühlt, dank der sich verändernden DNA in den Zellen, aber vorläufig noch nichts «Genaueres» über das Kommende weiss ...

*Wach auf, entdecke im Alltag das eigene, jetzt aktuelle Lebens- und Liebes-Muster! Webe es in Dein Aura-Schwingungsnetz ein und bewege Dich in ihm vom Ich zum Du zum Wir! Lerne Fehler zu machen, die Dir eine aufbauende Lektion im Leben sind und Dir aufzeigen, was noch fehlt. Und vor allem lerne, Deine Erfolge in Bescheidenheit zu meistern und Dir dabei selbst zu vertrauen!*

Wir sind vielleicht räumlich weit entfernt von den meisten heute lebenden Menschen, sind aber energetisch *eine* Gemeinschaft auf Erden, in die wir seelisch wie irdisch eingebunden sind. Jeder und Jede und Jedes hat einen *eigenen* Seelenplan und ist tief im Innersten seines Herzens durch die Silberschnur mit der göttlichen Quelle verbunden. In der Tiefe des Herzens gibt es keine Spannung, keine Störung, gibt es nur Einheit und Liebe. Doch am physischen Aktionspunkt in Zeit und Materie sind wir in den Ozean der Vielfalt geworfen, was uns auffordert, im Laufe der jetzigen Inkarnation in die Wellen des Neuen einzutauchen und Altes loszulassen. Hier erweist sich unser spirituelles Unterscheidungs- und Entscheidungs-Vermögen als wahrer Segen! Und wenn mit diesem Segen der Verstand

von uns selbst bewusst und liebevoll und klar gelenkt wird – das logische Denken kann innere, geistige Zusammenhänge nicht erkennen, dies kann nur die höhere Intelligenz –, wird er in der materiellen und polaren Ebene zum treuen Diener der Seele in einem biologischen Körper. Hat nicht vor langer Zeit Trismegistos auf die Smaragdtafel geschrieben: «Du sollst das Feine vom Dichten, sollst das Reine vom Unreinen trennen»?

Es gilt also im Tagesbewusstsein polare Erfahrungen, mit denen wir persönlich *nicht* zurechtkommen, nicht mehr ins Unterbewusste zu verdrängen – aus dem sie dann wieder und wieder auftauchen –, sondern ihre Botschaft mit der Kraft unseres spirituellen Bewusstseins und unserer spirituellen Unterscheidungsfähigkeit zu erkennen. Ja, warum kann denn eine bestimmte, für uns schwierige Erfahrung wieder und wieder Teil unseres Alltags sein? Zum Beispiel eine Erfahrung, die den eigenen Selbstwert in Frage stellt? Oder die durch äussere Macht in innere Ohnmacht führt? Auch Erfahrungen der Einsamkeit, der Kritik, des Urteilens, des Angriffs und der Verteidigung, Erfahrungen von fehlender Geborgenheit, von Zurückweisung, von tiefer innerer Traurigkeit, von Kleinmut oder Hochmut oder anderen Themen und Abläufen können uns im Alltag fordern. Wichtig ist, das eigene, sich oft wiederholende Thema zu erkennen und dieses nicht automatisch ins Unterbewusstsein (dieses ist individuell, das Unbewusste ist kollektiv) zurückzudrängen oder es durch Projektion auf Andere loswerden zu wollen. Es gilt, das Thema zu sich zu nehmen und es mit Hilfe der Gabe der eigenen Unterscheidungsfähigkeit zu erkennen, es aufzulösen und die entsprechende Kraft positiv zum Wohle von allen einzusetzen. Welches Thema taucht in Deinem Leben wieder und wieder auf und kommt Dir durch andere Menschen oder polare Situationen entgegen? Auf der folgenden Seite findest Du eine entsprechende Meditation, die Du auf Dein Handy oder ein Aufnahmegerät sprechen kannst, um Dich mit Deinem eigenen Wort-Klang hindurch zu führen:

## MEDITATION

*Der göttliche Segen leuchtet in Deiner Aura und in Deinem Körper auf und lässt Licht in Dein irdisches Dasein fließen. Atme Dich durch dieses Licht leise in Deinen Körper hinein, in Deine Aura, in den Raum Deines Unterbewusstseins und in den Raum des Überbewusstseins.*

*Im Herzen bist Du seelisch und persönlich sicher und geborgen in den göttlichen Raum der Liebe gebettet.*

*In seelischer Freiheit entscheidest Du Dich jetzt, die Dimension von Licht und Schatten auf dieser Erde anzunehmen, in der Du physisch, emotional und mental lebst. In der Du lebst und lernst, Deine spirituelle Unterscheidungsfähigkeit einzusetzen.*

*Bitte nun Dein Höheres Selbst, Dir verschiedene Erfahrungen Deines Themas, das in diesem Leben wieder und wieder auftaucht und das Du wieder und wieder verdrängst oder projizierst, zu zeigen. Betrachte einige Situationen, die Du erlebt hast. Vergebe Dir aus tiefstem Herzen.*

*Nun zeigt Dir Dein Höheres Selbst, warum Dir dieses Thema so zu schaffen macht und was für eine seelische Kraft Du dadurch nicht leben willst.*

*Nimm einen tiefen Atemzug, komm langsam zurück ins Tagesbewusstsein und öffne Deine Augen.*

Mache die Meditation mehr als einmal, schreibe jedes Mal die wichtigsten Erkenntnisse auf. Dann beobachte das Thema in Deinem Alltag, wann und wie es auftritt. Wenn wir darüber nachdenken, dass das Unterbewusste in uns das Bewusstsein für das Kommende ist und wir durch energetische «Übersetzungsarbeit» (wie zum Beispiel mit dieser Meditation) unsere Licht-Schwingung in der Aura *und* in der dritten Alltags-Dimension erhöhen können, dann strahlen wir mehr Licht in die Welt! Es gibt noch weitere Übersetzungshilfen der verschiedenen Schwingungs-Ebenen, in die wir eingebunden sind, wie zum Beispiel

- den tiefen Nachtschlaf, der eine Pflege des Unterbewusstseins ist.
- der Traum im Schlaf und den Wachtraum am Tag, deren Bilder Botschafter der Seele und des spirituellen Bewusstseins sind.
- die Wachsamkeit und die Erkennung von multidimensionalen Zusammenhängen im Tagesbewusstsein, die wir im Menschsein seelisch nähren. Achte auf Zeichen im Alltag!
- ein bewusst gelebtes spirituelles Unterscheidungs-Vermögen, eine bewusst gelebte Ent-

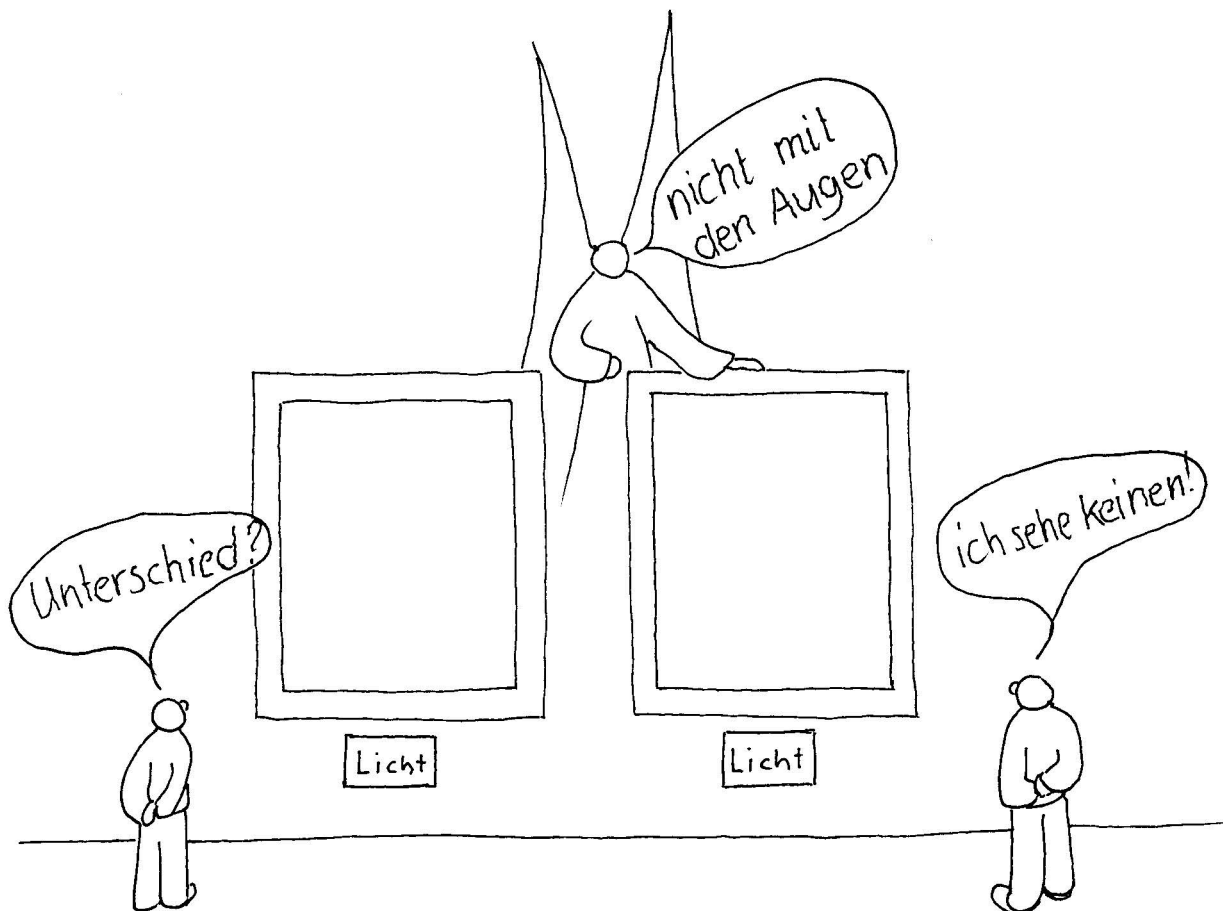
scheidungs-Fähigkeit in der Dualität und Polarität. Dies auch mit Hilfe der 5 Sinne, der höheren Sinne und vor allem einer bewusst gelebten Intuition sowie Inspiration. Dann ergeben die geistig-seelisch-biologischen Ursachen und Wirkungen einen Sinn in der Polarität des menschlichen Alltags.

Eine stofflich verdichtete Licht-Energie in der irdischen Polarität und Formenwelt ist über *die 5 physischen Sinne* zwar einfach, aber nicht unbedingt verlässlich zu unterscheiden. (4 Sinne befinden sich im Kopfbereich, einer ist in den Handflächen angelegt). Dies gilt für alle materiellen Formen und Energien in der dritten Dimension: Da steht ein blauer Stuhl, hier öffnet sich eine wunderschöne Blüte ... Es sind die durch den Sehsinn wahrgenommenen Farben, die auf Erden eine Unterscheidung der Formen für uns möglich machen. Ohne Farbe können wir eine materielle Form mit dem Auge gar nicht erblicken (sie wäre durchsichtig). Wir können eine Form auch mit den Händen ertasten. Wie wir uns ebenfalls darin täuschen können, erzählt die Geschichte der Blinden, die gemeinsam einen Elefanten er-

forschten: Der, der den Schwanz ertastete, kam zu einem Schwanz-Resultat, diejenigen am Rüssel, unter dem Bauch oder bei den Ohren beharren auf ihrer Formbeschreibung. Betrachten wir nun die weiteren Sinne, das Hören, Riechen und Schmecken: Sie alle werden, wie auch die beiden andern Sinne, persönlich empfunden und interpretiert, so dass beim Hören eines Tons vielleicht nicht jeder denselben Ton hören kann. Auch nimmt nicht jeder über den Sinn des Riechens den gleichen Geruch wahr, obschon dieser aus der gleichen Quelle strömt. Der Riechsinn weckt *Erinnerungen* im Gehirn, wie zum Beispiel der wohlbekannte Geruch eines Gerichts oder Gebäcks uns sofort in die Kindheit zurückversetzen kann. Und der Sinn des Schmeckens lässt uns beispielsweise beim Kochen oder Essen abschmecken und *unterscheiden*, ob ein Gericht für uns gut ist oder eben nicht. Ob das Essen oder eine Situation in der Gegenwart mir «schmeckt» oder nicht. Auch der Geschmackssinn kann, wie bei den anderen biologischen Sinnen, nur eine persönliche Wahrnehmung sein!

*Dasselbe gilt für die feinstofflichen Sinne: das helle Sehen, das helle Hören, das feinstoffliche Ertasten (Psychometrie). Gilt auch für das feinstoffliche Riechen (sich durch einen übersinnlichen Geruch, den andere nicht wahrnehmen können, an bereits gelebte Situationen erinnern, auch aus früheren Leben). Dies gilt auch für die Präsenz eines Engels, den wir oft über einen feinen Duft wahrnehmen, sowie das feinstoffliche Schmecken (die spirituelle Unterscheidungsfähigkeit, ob mir eine Schwingung, ein feinstofflicher Eindruck einer Situation gut tut oder schadet). Diese feinstofflichen Fähigkeiten mögen auf der dreidimensionalen sowie auf der astralen Ebene sehr wohl hilfreich sein, gehören aber nicht zur Kunst der spirituellen Unterscheidungsfähigkeit mit Hilfe der eigenen seelischen Lichtkräfte: der Intuition und der Inspiration.*

*Die seelischen Kräfte der Intuition und der Inspiration haben ihre Wurzeln im Herzchakra, im Dritten Auge sowie im Kronenchakra. Das Höhere Selbst ist der Dirigent und der Mensch spielt*



*auf seinen 5 feinstofflichen sowie den 5 biologischen Sinnen in Zeit und Raum die Melodie des Seelenplans. Die Intuition ist die Sprache des Seelenlichts, ist Liebe, ist ein unmittelbares Erfassen der göttlichen Wahrheit in sich selbst, was für eine auftauchende Lebenssituation «echt und wahr» ist. Und da sich in der heutigen Zeit viele Menschen der Weite des Universums öffnen, können durch das sich erhöhende Bewusstsein geistige Inspirationen durch unser Kronenchakra in unseren Denkraum und somit in die menschliche Wirklichkeit einfließen.*

*Seien wir einfach klar im menschlichen Denken. Seien wir frei von Verblendungen und Illusionen. Lauschen wir still der Intuition, der inneren Herzensstimme. Empfangen wir mutig einen plötzlich einfließenden Inspirationsblitz aus den geistigen Lichtebenen und erinnern uns in der dritten Dimension an seine «Botschaft» und setzen sie um ...*

Unsere spirituelle Unterscheidungsfähigkeit ist vom Höheren Selbst durch die seelischen Kräfte geschützt und lässt uns diese gemäss unserem eigenen spirituellen Bewusstsein und durch unsere Herzenskraft in der dritten Dimension erkennen und ausdrücken. Dadurch entfaltet sich der menschliche Mentalkörper im Fluss des geistigen Lichtstroms. Das Ego ist dann nicht mehr Meister, sondern Diener. Dies lässt uns mutige, ganzheitliche Entscheide fällen, dies bringt uns in einen konstanten hoch schwingenden Lebensfluss, dies unterstützt die Herzöffnung in Zeit und Raum und lässt das Gefühl des Getrenntseins vom Einen göttlichen Ganzen nicht mehr zu. Auch gelingt es uns immer besser, in der dritten Dimension zwischen dem Dauernden und dem Vergänglichen zu unterscheiden. Ein auf uns abgestimmtes, ernsthaftes spirituelles Studium und richtiges Lernen, um dann im menschlichen Alltag eine Idee, eine Sache, eine Sicht aus einer anderen Tatsache oder einer anderen Sicht ab-

oder anzuleiten, ist eine gute Idee. Denn Keiner und Keine und Keines weiss zu keinem Zeitpunkt alles! All das bringt uns in äussere Bewegung und lässt uns immer besser und mutiger auf dem Inkarnations-Fluss des Lebens navigieren. Dies vor allem, weil Jeder und Jede und Jedes in der Zeit intuitiv erkennen kann, was jetzt wichtig und richtig ist!

*Lerne, weise zu lernen! In Deinem Herzen ist der Schlüssel des Tors zum Verständnis für die geistigen Lehren angelegt. Deshalb ist es wichtig, dass Du Dich mit äusseren Lehrmöglichkeiten (Bücher, Lehrer, Seminare, Wege, Erfahrungen) im Herzen wohlfühlst, dass Du begeistert bist und die Dir vermittelten Botschaften annehmen kannst. Dies bis Du Dich durch Dein Höheres Selbst führen lässt!*

Um die Kunst der spirituellen Unterscheidungsfähigkeit im Alltag richtig einzusetzen, gilt es, die eigene seelische Gabe zu erkennen und diese in Zeit und Raum bewusst anzunehmen und einzusetzen. Auch gilt es, nicht mehr in der eigenen emotionalen und mentalen Gefangenschaft zu verharren und dabei nicht zu erkennen, dass wir in dieser Inkarnation nicht lebenslänglich dazu verdammt sind, «unser» Thema einer Begrenzung oder einer Belastung wieder und wieder zu wiederholen (siehe die erste Meditation). Es gilt zu erkennen, dass die Zellentür weit offen steht ... Entscheide Dich bewusst für den Sprung in die Freiheit und in die Ausdehnung Deiner seelischen Kreativität! Nur das Höhere in uns, das Höhere Selbst, kann die menschliche Natur auf ihren Platz verweisen und diese in der Zeit zu einem aufbauenden Fortschreiten mit der Seele animieren! Auf der folgenden Seite findest Du eine zweite Meditation für eine anstehende Unterscheidung und Entscheidung in einer bestimmten Situation Deines Lebens, die jetzt wichtig ist.

**Elisabeth Bond** ist Spirituelle Lehrerin und Heilerin, Malerin sowie Autorin zahlreicher Bücher, unter anderem der Schulungsreihe «Dimensionen». Ihre transformative Lichtarbeit gilt der inneren Entwicklung der Menschen und dem Aufwachen der Menschheit ins universelle Bewusstsein. Internationale Seminar- und Vortragstätigkeit. Leiterin des Forums LICHTWELLE.  
Homepage: [www.elisabethbond.ch](http://www.elisabethbond.ch)

## MEDITATION

*Sitze still da, schliesse die Augen und atme mit dem Herzen. Aus den hohen Lichtsphären wellen feine Lichtwellen zu Dir, wellen durch Dich und um Dich. Du fühlst Dich umhüllt und geborgen.*

*Visualisiere nun mit Deinem inneren Auge eine Situation in Deinem Leben, in der Du Dich entscheiden willst oder musst. Dies kann sich auch als innere Ahnung von etwas, das kommen will, anfühlen. Immer noch wellen die feinen Lichtwellen zu Dir, in Dich und um Dich. Das Licht der geistigen Sonne bestrahlt Dein Dasein und die hauchfeinen Lichtstrahlen durchdringen Deine Aura und Deinen Körper in Weisheit und Liebe. Du wirst ruhig und ruhiger. Atme mit dem Herzen.*

*Du erinnerst Dich, dass in alten Zeiten Länder, die zwei Könige hatten, untergegangen sind. Nur mit einem König – nämlich dem König der Liebe und der Weisheit – kann ein blühendes Land entstehen. Wenn Du dem Höheren Selbst, das göttlich und geistig ist, zuhörst, dann kannst Du in Deinem Menschsein spirituell unterscheiden, kannst Dich richtig entscheiden und bei der Manifestation Deiner Seelenkraft die Führung übergeben. Höre dabei nicht auf alte sich stetig wiederholende Gefühls- und Denkmuster.*

*In Dir taucht nun langsam ein Bild einer Lebenssituation auf, in der Du Dich entscheiden willst oder musst. Lass es werden und betrachte die Farben, die Formen und die Botschaft. Höre dabei dem Höheren Selbst zu.*

*Das Höhere Selbst ist Dein König, ist Dein Führer und Torhüter. Höre gut zu, schau genau hin, jetzt.*

*Beende die Meditation.*

Notiere und male die Bilder, Einsichten und Botschaften, die Du zur spirituellen Unterscheidung und Entscheidung für diese Situation im Leben erhalten hast. Erinnerung Dich auch im Tag, mitten in Deiner Arbeit, in einem Zusammentreffen mit andern oder einem stillen Moment, an diese Meditation. Erkenne dabei äussere Zeichen durch Geschehnisse in der Materie oder durch andere Menschen und lass das sich Formende langsam und in Dankbarkeit als Lichtsonne am Horizont Deines Alltags aufgehen!

