

## Kapitel 1:

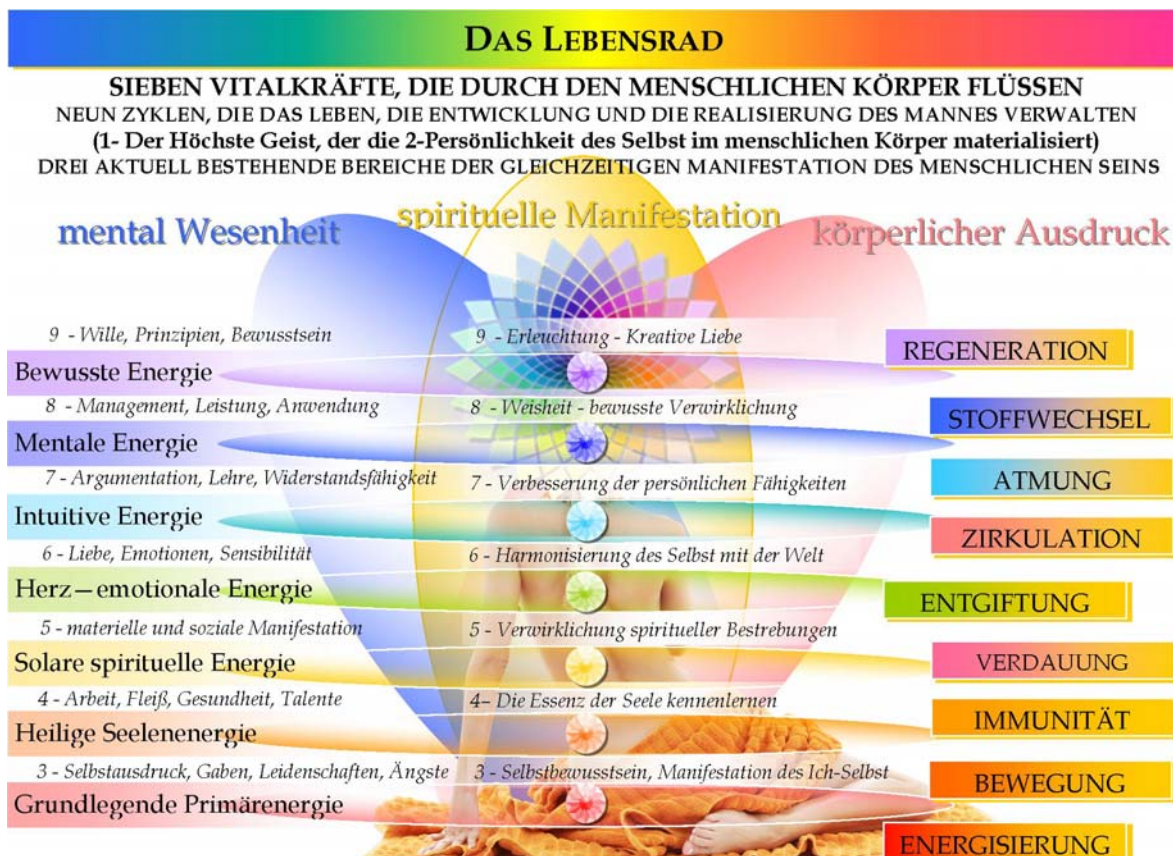
# Das Lebensrad

*"Der physische Körper ist mit aller Materie verbunden und der Schlüssel - durch den Körper gelangen wir in die sichtbare Natur, um sie zu nutzen.", Peter Danow (Beinsa Douno)*

Als Menschen leben und manifestieren wir uns gleichzeitig in drei Bereichen: physisch, mental und spirituell, die mit der Energie des Lebens gefüllt sind. Jeder von uns wird geboren und kommt mit einer bestimmten Energie und einem bestimmten Potenzial auf die Erde, die er erkennen, beherrschen, anwenden und entwickeln muss. (S.28,157,170)

**Die Lebensenergie, die durch unseren Körper fließt und unser Leben gibt, besteht aus drei Substanzen:** die Energie der Eltern, die sich während der Empfängnis gebildet und in unser Ego investiert hat; Persönliche Wahrnehmungsenergie - die Energie der Seele - die Essenz unseres Selbst, die die wertvollsten Informationen unserer Existenz speichert; und die Energie des Geistes, die uns gegeben wurde, um das Potenzial der Energien und Talente zu entdecken und zu verwirklichen, die in die Seelenessenz eingebettet sind. **Diese Energie wird von den sieben Kräften des Lebens beherrscht, die die menschliche Natur kontrollieren.** Mit dem Erscheinen im Leben muss ein Mensch die Energien dieser Kräfte kennenlernen, nutzen und in sich entwickeln (Fig.1: Das Lebensrad):

- **Grundkraft** (Primärkraft, Erdkraft, Urkraft), (S.173)
- **Sakrale** (essentielle, seelische) Kraft, (S.175)
- **Solare** (spirituelle) Kraft, (S.184)
- **Herzstärke** (emotional, sensorisch), (S.171)
- **Intuitive** (Wahrnehmungs-, Sinnes-) Kraft, (S.179)
- **Mentale Stärke** (psychische Widerstandsfähigkeit), (S.177)
- **Bewusste** (intellektuelle) Kraft. (S.182)



Neun sind die Zyklen der Lebensenergie, in denen wir die sieben Kräfte des Lebens studieren und gleichzeitig unser Sein in drei Dimensionen manifestieren: physisch, spirituell und mental, in den drei Ebenen des Bewusstseins: *Unterbewusstsein, Bewusstsein, Überbewusstsein*. Der Zehnte ist Vollkommenheit – Gott. (S.15,36,38,99,102,132,144,196)

**1 ENERGISIERUNG** Die Lebensenergie, die in unserem Körper zirkuliert und alle unsere physiologischen Prozesse antreibt. Die Energie, die im Selbst unserer spirituellen Manifestation enthalten ist. (S.17,18,21,37) Die Energie, die im Ego enthalten ist und die "Leidenschaften" regiert, dh. unsere Lebenseinstellung. Die Energie der reproduktiv-kreativen Kraft. Die Qualität der Manifestationen unseres Seins hängt von dem Bewusstsein ab, mit dem wir die Energie nutzen, die uns bei der Geburt gegeben wird, die wir im Leben erwerben und von unserer eigenen essentiellen Energie.

**2 BEWEGUNG** die durch die Nierenfunktion gesteuert wird (S.95) und dem Bewegungsapparat und dem Nervensystem innewohnt. Bewegung drückt auch den Energiefluss in unserem Körper aus, aber auch seine Manifestation: die Transformation, Anwendung, Transzendenz, Mobilität von Energie in unserer physischen, spirituellen und mentalen Manifestation. Bewegung wird durch Energie erzeugt - die treibende Kraft in unserem Leben - und manifestiert sich als Impuls, Motivation, Anregung, Begehren, Lerneifer, Wahl, Handlung usw., um unsere persönliche Kraft zu erschaffen, zu entwickeln und zu verwirklichen. (S.91,173)

**3 IMMUNITÄT** gesteuert durch die Milzfunktion (S.121) Die Schutzkräfte von Körper, Geist, Seele und Psyche. Diese Manifestationsebene kann durch das Sprichwort definiert werden: "Gesunder Geist, gesunder Körper". Die Qualität unserer Schutzkräfte hängt ab von: Kennenlernen und Entwickeln unserer Einstellung zur Welt um uns herum; die Arbeit und Sorgfalt, die wir in unsere Leistung stecken; unser Sinn für die Prinzipien eines gesunden Gleichgewichts; die Art und Weise, wie wir mit Ängsten umgehen; die Entscheidungen, die wir für unser Wohlbefinden treffen: Essen, Lebensumfeld, geistige, intellektuelle und körperliche Aktivitäten. Diese Stufe misst unsere Widerstandsfähigkeit gegenüber nachteiligen externen Faktoren und Einflüssen. (S.86,91,180,185)

**4 VERDAUUNG** durch Magen-Darm-Funktion gesteuert. Die Art und Weise, wie wir die Elemente und Gegebenheiten des Lebens wahrnehmen, verstehen und aufnehmen. Die Qualität unserer Leistungen und Beziehungen auf spiritueller, materieller und sozialer Ebene. Die Ambitionen, Appetite, Motivationen, Wünsche und Bestrebungen, die uns zu der einen oder anderen Manifestation unserer Natur führen - unserem Charakter / Geist / Verstand, Entscheidungen und der Wahl der Nahrung / Mittel / Methoden, mit denen wir unsere Ziele erreichen. Auf dieser Ebene lernen wir, mit der materiellen Sphäre des Lebens umzugehen, sich aber auch in der Gesellschaft zu manifestieren. (S.90,108,125,173,175,177,179).

**5 ENTGIFTUNG** oder Leberfunktion und Ausscheidungssystem. Das Unnötige loswerden (Abfall, giftige Substanzen, Gefühle, Gedanken, Erinnerungen oder Handlungen). Umgang mit den Emotionen, mit denen wir die Welt um uns herum wahrnehmen und darauf reagieren. Entwicklung der Fähigkeit zu fühlen, Sensibilität, Sinn für Dinge, Steigerung unserer intuitiven Stärken und Wahrnehmungen. Studium des „Gesetzes des freien Empfangens und Gebens“. Die Qualität unseres in der Leber gelagert Blutes hängt von der Reinheit ab, die wir in unserem Körper, in unseren Gedanken und in unseren Gefühlen aufrechterhalten. (S..32,38,52,89,92,104,152,171,174,178).

**6 ZIRKULATION** der Herzaktivität durch das Kreislaufsystem und den Herzschlag: Versorgung mit Energie, Wärme und Nährstoffen. Toning, Erneuerung. Teilen, dienen, Fleiß, Fürsorge, Rhythmus, Modus, Ausdauer. Harmonisierung der Seelenenergie, Verbindung mit der spirituellen Kraft, Ausgleich der beiden Energieströme Yin und Yang. Wahrnehmung und Geben von Liebe. Bewusstsein für intuitive Kraft durch herzlichen Austausch und Verbindungen. (S.17,89,90,114-117,133,171,173,176,179,183)

**7 ATMUNG** oder Lungenfunktion. Aufladen mit lebenswichtigem Sauerstoff und Speichern von Prana - der Lebensenergie der Luft. Befreiung des Körpers von schädlichen Gasen.. Wahrnehmung erhabener Energien, Gedanken und Licht aus dem Äther. (S.135) Selbstverbesserung, Argumentation, Lernen, Läuterung und Stärkung des Geistes und der psychischen Energie. Gedankenfreiheit. (S.172,180)

**8 STOFFWECHSEL** reguliert von Hormonaktivität. Nährstoffsynthese, Toxinentgiftung, Ernährung und Pflege für den Körper/für andere/für das Ganze. Austausch von Leistungen und Erfahrungen. Steigerung der mentalen Kräfte und Fähigkeiten, Kennenlernen der Weisheit, Verbesserung der Selbstkontrolle und des Bewusstseins durch Verwirklichung der Wechselbeziehungen mit dem Ganzen. Anwendung. (S.39,43,69,70,88,102,106,137,144,177,183)

**9 REGENERATION** durch die gemeinsame Aktivität von Geist, Bewusstsein, Nieren und Nervensystem. Die Fähigkeit, unser Potenzial zu nähren und zu nutzen, unseren Geist und Körper zu erneuern, zu schaffen, sich zu konzentrieren, erreicht durch die Neutralisierung der negativen Seite unseres Ego. Energie erzeugen und aufladen. Die drei Bewusstseins Ebenen beherrschen und harmonisieren. Anwendung des Willens, der Liebe, der bewussten Kraft. (S.80,99,144,171,182,184,196)

**Die neun Manifestationszyklen der Lebensenergie** finden in unserem Körper als natürlich vorkommende physiologische Prozesse statt. Es ist bemerkenswert, dass unsere Zellen die verschiedenen Erscheinungsformen der Lebensenergie leicht wahrnehmen und ihre physiologischen Funktionen ohne Anstrengung ausführen können, auch ohne dass wir uns bewusst beteiligen müssen. **Es ist wichtig zu beachten, dass die Zellen in unserem Körper dieses Bewusstsein als materielle Träger der Lebensenergie deklarieren.** (S.18,92,94,191)

**In den Lebensbereichen** ist es uns jedoch noch nicht gelungen, eine solche Perfektion und Harmonisierung unseres Bewusstseins zu erreichen, die früher oder später das Bewusstsein unserer Zellen beeinflusst. Dies liegt an der Tatsache, dass wir im Gegensatz zu Zellen **freie Wahl** haben und unser Bewusstsein davon abhängt, **wer die Entscheidungen trifft**: das Ego, der Verstand oder das Herz? Daher ist es wichtig zu beurteilen, **was unser Bewusstsein (Denken und Handeln) motiviert**: der **pH-Wert** unserer Körperflüssigkeiten, der das Unterbewusstsein - unser Informationstank kontrolliert (S. 36,45,70,102,112,144,149,182); **Unsere Gedanken**, die das Bewusstsein regiert (die Fähigkeit, die verschiedenen Ebenen der Erkenntnis zu arbeiten) (S.27,69,88,99,114,144,146,177); die **Weisheit**, die die Portale zum Überbewusstsein durch die Kräfte der Liebe, Wahrheit und Gerechtigkeit schützt. (S. 157, 170, 175, 196)

Zum Beispiel ist die materiell-soziale Sphäre unserer Manifestation oft die entscheidende "Falle" auf dem Weg zu unserer weiteren Verbesserung in der herzlichen, intuitiven und mentalen Sphäre, je nachdem, inwieweit wir dem materiellen Streben erlauben, unser Bewusstsein zu besetzen. (S.148,190,192)



Wir werden kurz vier Hauptaspekte oder eher gegensätzliche Aspekte betrachten, die beim **Verständnis und der Herangehensweise an die materielle und soziale Sphäre** beobachtet werden und die einen erheblichen Einfluss auf unsere emotionale, mentale, spirituelle und physische Gesundheit, aber auch auf unser Bewusstsein haben:

- **Starkes Verlangen nach materiellem Gewinn, verursacht durch das Gefühl der Angst vor "Armut"**. Oft werden diese Bestrebungen und Ängste von der Gattung, der Familie oder in einer bestimmten sozialen Gesellschaft geerbt, ohne dass die Gefahr eines Mangels an materieller Sicherheit besteht. Menschen, die von dieser Aspiration getrieben werden, wählen normalerweise nicht die Methoden und Mittel und unternehmen oft nicht die notwendige Sorgfalt, um das Ziel zu erreichen, was wiederum zu einem Verlust an wertvoller Lebensenergie und gesundem Menschenverstand führt. Die Gesundheitsversorgung bleibt die letztmögliche Priorität, und eine Verschlechterung der Gesundheit und verpasste Chancen im Leben werden als "Sündenbock" auf dem Weg zum Ziel angesehen. Ein solcher Ansatz "schließt" die Türen zur persönlichen Verwirklichung und zum freien Fluss der Lebensenergie in unserem Leben und Körper. **Einige der Methoden zur Überwindung dieses Zustands sind:** Kennenlernen und Überwinden von Ängsten; konkrete aufeinanderfolgende Maßnahmen ergreifen, um die erforderlichen Kenntnisse und Fähigkeiten zu erwerben; Befreiung von unnötigem Appetit, Ambitionen, Ängste und Wünschen; freie Annahme und Übergabe. (S.27,33,69,150)

- **Starkes materielles Streben, das durch das Streben nach Erfolg in der Gesellschaft auferlegt wird**. Solche Initiativen verbrauchen eine enorme Menge an geistiger und zerebraler Energie, und die Sorge um Gesundheit, Gleichgewicht und Harmonie in persönlichen Beziehungen und im Leben bleibt im Hintergrund. In der Praxis wird der Erfolg im materiellen Bereich auf Kosten geistiger und bewusster Manifestationen verwirklicht, wobei die Werte von Herz, Seele und spirituellen Kräften verschwendet werden. Bei ihren Bemühungen, ihren Familien alle möglichen Vorteile zu bieten, gehen Menschen, die solchen Bestrebungen ausgesetzt sind, häufig das Risiko ein, ihrer Generation die Möglichkeit und Motivation zu entziehen, praktisch wertvolle Fähigkeiten zu erwerben. Es sind **die bewusste Beherrschung, Erfahrung und Handhabung im materiellen Bereich, die die Fähigkeiten und Wissen zur Überwindung und Bewältigung schwieriger Lebenssituationen vermitteln**. (S.152,160)

- **Gute materielle Ausgewogenheit auf der Grundlage des Strebens nach beruflicher Weiterentwicklung**. In dieser Richtung stellen die Menschen, sobald sie materielle und soziale Zufriedenheit erreicht haben, ihre Karriere oft an die erste Stelle und **halten an der Bedeutung ihres Status fest**, oft auf Kosten einiger gesunder und harmonischer Aspekte des Lebens. (str.149,189)

- **Freier und erfolgreicher Umgang im materiellen Bereich, ohne Verpflichtung zu den Vorteilen oder dem Endergebnis**. Die materielle Sphäre wird mit Selbstverwirklichung durch bewussten Dienst an anderen gemeistert, wie z. B.: Fürsorge für die Familie, Familienwerte, Gesellschaft, mit kreativer Begeisterung, Entdeckung, Engagement u. mehr. Dieser Aspekt des materiellen Bereichs ist der geträumte Grad der Manifestation und Verwirklichung, von dem wir oft denken, dass er nur den "Auserwählten" zur Verfügung steht. In der Praxis wird diese Fähigkeit **durch die Vorherrschaft des Geistes über das Ego** in der materiellen Manifestation, durch Geduld, Fleiß und systematische Selbstverbesserung in den Lebensbereichen unter strenger Kontrolle und Reinheit von Gedanken, Emotionen und Handlungen entwickelt. (S.32,148,189)

In der Praxis hängt die Qualität unseres Lebens von unserer Fähigkeit ab, das uns gegebene Wissen und die uns gegebenen Möglichkeiten, aber auch die in uns eingebetteten Gaben und Talente wahrzunehmen und anzuwenden.

Misserfolge, Hindernisse und Krankheiten lassen uns oft denken, dass unsere Energie durch äußere Faktoren blockiert wird, ohne zu bemerken, dass diese Prüfungen Teil des Weges sind, den unsere freie Wahl uns eingeschlagen hat. Wir fixieren uns auf das Ziel unserer Sehnsucht und erkennen nicht, dass das Glück, das wir erwarten, darin besteht, den Weg dorthin **zu gehen**. (S.29,86,156)

**Das Wohlbefinden in unserem Leben hängt ganz vom freien und bewussten Fluss der Lebensenergie in den drei Bereichen unserer Existenz ab:** physisch, spirituell und mental. Unser Sinn für Lebensenergie ist am stärksten, wenn sie sich **auf körperlicher Ebene** als Kraft oder Müdigkeit manifestiert. **Auf mentaler Ebene** empfinden wir Lebensenergie als Befriedigung oder Unzufriedenheit, als Freude oder Traurigkeit. Unser Sinn für die **spirituelle Manifestation von Lebensenergie** ist immer noch schwach, aber das Gefühl kommt als plötzlicher Drang zu lernen, zu helfen, zu erschaffen oder als Depression und Verzweiflung. Es gibt Zeiten, in denen wir dem Unterbewusstsein unbewusst erlauben, unsere Handlungen und Gedanken zu kontrollieren und seine Signale als "intuitiven Instinkt" falsch wahrzunehmen (oder nicht). Das Unterbewusstsein "erfasst" und speichert unser Wissen, unsere Erinnerungen und Stereotypen von erlebten Emotionen, Erfahrungen, Verhaltensweisen, negativen Manifestationen, Ängsten, sozialpsychologischen Normen und Formen unbemerkter äußerer Einflüsse. **Wenn wir zulassen, dass die vom Unterbewusstsein eindringendes "Negativ" unseren Verstand übernimmt**, riskieren wir, unser Bewusstsein in bestimmten Bereichen unserer Existenz zu blockieren. hauptsächlich auf emotionaler, materieller oder mentaler Ebene. In solchen Momenten weigern wir uns, unsere Ängste, Ambitionen und Vorurteile, unsere veralteten Vorstellungen und unser Verständnis loszuwerden, und wir können einfach nicht vorankommen. So blockieren wir unsere Lebensenergie und die Kräfte der Intuition, der Gedanken, des Geistes und des Herzens, die wir als emotionalen, physischen, mentalen oder materiellen Stagnation empfinden. (S.36,37,102,114,144,156,192,197) **Es ist Zeit zu bemerken**, dass unsere Zellen dem Höchsten Geist dienen und uns Gesundheit und Vitalität geben, wenn wir gute Leiter der Liebe sind und harmonische Bedingungen in unserem Leben schaffen. Aber sie werden krank, wenn wir unter die Kraft destruktiver Emotionen und Leidenschaften fallen. Wenn wir versuchen, **das Gesetz der Liebe zu verstehen**, das unsere Zellen regiert, werden wir erkennen, dass wir das Risiko eingehen, die Fäden des Lebens unwiderruflich zu brechen, wenn wir die Energie der Liebe missbrauchen. (S.15,27,29,,32,42,57-58,86,92,131,148,159,160,190) **Um das Lebensradfahren im materiellen Bereich in vollen Zügen genießen zu können**, ohne aus dem Lebesweg zu gehen, reicht es aus, die Hilfsräder unserer Bindung an die Gewinne und Endziele zu zerlegen und das Gleichgewicht aufrechtzuerhalten mit den Kräften der Intuition und des Herzens, die die Verbindungen der Liebe sind! **Genau wie die Kinder es tun!** (S.99,147,153,157) Wenn wir unsere Ängste überwinden, bringt uns das Rad des Lebens in die **vierte Dimension** - der Herzkraft, wo sich unsere befreite Seele in der Umarmung des unendlichen schöpferischen Geistes in ihrem unbegrenzten Potenzial manifestiert. (S.13,90,171) Das fruchtbare Zusammenspiel unseres Geistes mit unserer Seele harmonisiert die beiden Ströme der Lebensenergie, die das fließende Leben in unserem Körper aufrechterhalten und das gesunde Gleichgewicht unseres GANZEN stärken. (S.18,37,42) **Unsere aktuelle Aufgabe ist es, den Weg zur lebensspendenden Herzsphäre zu finden.** (S.153,157,196)