

Handeln aus dem Herzen heraus



Über viele Jahre hinweg mussten wir unser Herz schließen, um es zu schützen vor unserem Verstandeshandeln. Wir haben die Erfahrung gemacht, wie es ist, nicht im Einklang mit unserem Herzen zu sein und haben uns und der Mutter Erde viele Verletzungen zugefügt. Unsere Erde zeigt uns das Resultat aus unserem Handeln...

Jedem Menschen auf der Welt ist es möglich, diesen Einklang wiederherzustellen, egal aus welcher Herkunft, aus welcher Glaubensrichtung, aus welcher Lebenssituation heraus. Wir haben diese Verantwortung für uns Selbst und für das Wohlbefinden aller Menschen und der Mutter Erde.

Nur wenn wir wieder beginnen, aus unserem Herzen heraus zu handeln und unseren Verstand im Einklang mit dem Herzen zu benutzen, werden wir wieder heil und ganz. Wenn der Verstand als alleiniger Herrscher regiert, dann gerät alles außer Kontrolle. Dann geht es um Geld, Macht, Ansehen, Ego und Beherrschen. Damit schaden wir uns Selbst und unserer Umwelt.

Wenn wir wieder in unser Herz gehen und beginnen, der Stimme unseres Herzens folgen, dann ordnet sich unser Leben wieder neu, dann kehren wir von unseren Irrwegen wieder auf den Weg unseres Herzens. Dann können wir alle Facetten des Lebens erleben, die ganze Fülle und Schönheit, die das Leben zu bieten hat.

Heilarbeit des Herzens - Sich der Liebe öffnen

„Alles im Universum ist Schwingung. Die Liebe ist eine ausgleichende Energie, nach der sich das gesamte Universum ordnet, da alles auf Harmonie und Ausgleich ausgelegt ist.“

Herz-Öffnung ist der erste Schritt eines Weges, der uns darin unterstützt, mit dem göttlichen Ursprung wieder in Verbindung zu treten. Der traditionell im östlich asiatischen Raum verwendete Begriff dafür ist YOGA. Im Westen werden u. a. die Begriffe Unio mystica oder Hochzeit, ganz einfach Rückkehr zur Schöpfung oder spirituelles Erwachen verwendet.

"Das, was vor uns liegt und das, was hinter uns liegt, ist nichts, verglichen mit dem, was in uns liegt..."

Im Ursprung waren alle einmal eins mit Gott als die Göttliche Urquelle - Schöpfer allen Seins, als eine nicht personifizierte Lichtenergie, die alles harmonisch (sowohl die männliche wie auch die weibliche Energie) vereint. Gott ist nicht mit dem Verstand zu erklären, sondern nur ein Begriff, der die göttliche Quelle umfasst.)

Dann hatten wir eine "(Wahn)Idee" - wir wollten uns außerhalb von Gott (der Liebe, des Einsseins) erfahren. Wir haben beschlossen herauszugehen aus dem Zustand eins mit allem zu sein um uns als eigene Persönlichkeit zu erleben. Dies war die Entstehung unseres Egos. Das Ego nimmt sich getrennt von Gott war - getrennt von der Liebe. Diese Trennung von der Liebe (von Gott) ist der größte Schmerz, den wir je erfahren haben.

Nun verbringen wir unser ganzes Leben damit diese Sehnsucht nach Liebe (Gott/Zuhause) in uns zu stillen. Da wir uns aber getrennt wahrnehmen, versuchen wir im Außen unsere Bedürfnisse zu stillen. Die Geburt, die Säuglingszeit, die Kindheit - alles ist ein Trauma - weil unsere Bedürfnisse niemals völlig befriedigt werden wie es unserm höheren Selbst entspricht und zustehen würde. Wir bringen unser Leben damit zu, in einer Welt zurecht zu kommen, die nicht für uns da ist. Wir tun alles dafür Trennung zu vermeiden - weil wir den Trennungsschmerz in uns nicht mehr fühlen wollen. Wir gehen mit diesem Schmerz um indem wir Abwehrmechanismen errichten. Im Laufe der Zeit werden wir zu diesen Abwehrmechanismen und handeln aus ihnen heraus.

Unsere Lebensaufgabe besteht darin die Schwingungsfrequenzen der Liebe zu spüren, in uns zu fühlen und zuzulassen. Über unser Herz sind wir verbunden mit unserem höheren Bewusstsein, mit der göttlichen Weisheit. Unsere Intuition (innerer Lehrer) hat dort ihren Sitz. Unsere Intuition analysiert, bewertet und verurteilt nicht, sie ist Empfänger für Informationen aus den höheren Schwingungsebenen, unserem Ego ist diese Verbindung nicht möglich. Wenn wir aus unserem Herzen heraus leben wollen, ist es wichtig der Energie des Herzens (Ich BIN - Seele), gegenüber der Energie des Verstandes (Ich WILL - Ego) Priorität zu geben. Mit einem offenen Herzen können wir uns und andere so annehmen und lieben wie wir sind. Wir sind dann im SEIN. Wir entscheiden uns somit für unser Seelenwachstum.

Die Liebe ist das einzig Wirkliche. Die Angst ist eine Illusion (Ego - Getrenntsein von Gott).
Alles was in deinem Leben mit Liebe (mit dem Herzen) erschaffen wird, hat ein wahres Fundament.
Alles was in deinem Leben aus Angst (Ego - haben wollen) erschaffen wird, ist nicht wirklich, und hat kein Fundament. Liebe in unserem Sein, bewirkt Liebe in unserem Leben. Angst in unserem Sein, bewirkt Angst in unserem Leben. Das wahrhaftige Selbst, ist die Liebe in uns (Kind Gottes).

Alle unsere irdischen Probleme sind entstanden, durch einen Mangel an Liebe. Egowünsche haben nichts mit der wahren Berufung unserer Seele zu tun. Sie werden aus Angst, Neid, Gier, Eifersucht und Wettkampf geboren. Sie zielen darauf ab, reich, anerkannt und von außen geliebt zu werden. Diese Egowünsche sind über unsere wahren Herzenswünsche gelagert. Nur eine bewusste Ablösung und loslassen dieser alten Strukturen gibt uns die Freiheit, wirklich aus unserem Herzen zu leben.

Die meisten Herzen weisen dicke selbstgebaute Schutzmauern auf. Diese können so groß und uneinnehmbar sein, dass die Liebe weder hinein- noch herausfließen kann. Es sind meistens viele Schutz- und Abwehrschichten - die aufeinander aufgebaut sind. Sie haben die Funktion Verletzungen und die damit verbundenen Gefühle zu unterdrücken, damit wir sie nicht noch einmal durchleben und fühlen müssen. Zu groß war der Schmerz.

Die HEILUNG DES HERZENS ist ein wichtiger Schritt zu einem erweiterten Bewusstsein. Widerstand gegen die Liebe - ist gleichzeitig ein Widerstand im Leben. Die Rückkehr zur Liebe, ist eine persönliche Reise von Täuschung, Schein und Illusion, zum wahren göttlichen Selbst, das niemals von Gott getrennt war. Sie ist der Weg zu dir Selbst und zu dem der du wirklich bist.

Unser Herz ist die Verbindung zwischen unserem endlichen, materiellen Selbst und unserem unendlichen, göttlichen Selbst. In unserem Herzen ist der Sitz unseres göttlichen Selbst, dieser gilt als Angelpunkt für unsere Seele. Liebe und andere positive Gefühle stärken und vergrößern dieses Gottselbst in uns. Angst verhindert, in die wahre Liebe zu gelangen, weil wir damit die Liebe umgehen wollen, um nicht mehr verletzt zu werden. Angst macht eng, zieht zusammen, reduziert sich. Liebe öffnet sich, macht weit und unendlich groß. Wenn wir wahre Liebe empfinden, sind wir in diesem Augenblick EINS mit der göttlichen Quelle. Die reine Herzensliebe hat die Fähigkeit, jegliche Blockaden, alte Strukturen und Formen aufzulösen, damit wir in eine neue Dimension aufsteigen können.

Die Liebe zeigt sich durch Vertrauen in das Göttliche und in die Verbindung des Eins-Sein mit allem. Nur durch die Liebe, als Schlüssel unseres wahren Seins, erkennen wir die Verbindung zu allem im Außen. Das Herzchakra, in dem die Liebe zum Ausdruck kommt, bringt uns in die Mitte, in das Zentrum und in den unmittelbaren und direkten Zugang zu höchsten göttlichen Ebene. Liebe ist unendlich, unfassbar und weit. Die Quelle ist in uns selbst. Daraus entsteht Liebe zu uns selbst, Mitgefühl mit sich selbst, die Wertschätzung, der Respekt für das eigene Sein und das Sein aller anderen Menschen.

Wenn wir unser wahres Sein in uns erkennen - fühlen und wahrnehmen, dann wissen wir, dass wir die göttliche Essenz nicht mehr in der äußeren Welt suchen müssen. Wir sind in uns angekommen.

Gott ist die unendliche allumfassende Liebe in uns und in allem was ist. Dies bedeutet: Gott ist in uns und wir sind in Gott. Wir sind EINS. Gott - die Quelle - ist pure Liebe. Die Liebe ist ein Kraftfeld, das alles durchdringt, alles umgibt und alles miteinander verbindet. Wenn man sich wieder mit dieser Liebe vereinigen will, muss man zu dieser Liebe werden. Nur die Liebe ist wirklich. Sie ist die stärkste Macht und Kraft im Universum (die dunkle Seite ist ein Mangel an Liebe). Sie ist eine ewig existierende Schöpfung und nichts kann sie zerstören. Liebe ist Gott - Gott ist die Liebe in uns.

"Jede Schicht Deines Herzens wartet auf Heilung und jede Heilung die geschieht, ist ein Stück wieder gewonnene Freiheit, die Dich zurück führt in die Freude."

Ausgleich zwischen Herz und Verstand

*"Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar."
(Antoine de Saint-Exupéry)*

Obwohl wir wissen, dass das Herz eine zentrale Bedeutung hat, bleibt die Frage, wie kann ich denn meinem Herzen im täglichen Leben mehr Aufmerksamkeit schenken, der Tag reicht ja oft nicht aus, die vom Kopf geplanten Dinge zu bewältigen. Der **Unterschied zwischen Kopf und Herz** ist im Wesentlichen der, dass der Kopf denkt und das Herz fühlt. Da wir den Kopf im täglichen Leben in allererster Linie gebrauchen, ist der Kopf stark, dominant, setzt sich auch gegen Gefühle durch, die vom Herzen kommen. Dem Gefühl des Herzens - auch Intuition genannt, guter Riecher oder sechster Sinn - wird mehr oder weniger zufällig gefolgt. Die sich daraus ergebende unzweifelhaft richtige

Entscheidung wird mit dem Ausruf: "Hab ich es doch gewusst!" bedacht und müsste eigentlich lauten: "Hab ich es doch gefühlt!" Denn:

Eine gute Verbindung zum Herzen und das Benutzen des Herzens, lässt dieses ganz selbstverständlich stark werden, so dass Kopf und Herz in freundschaftlicher Beziehung leben. Das Herz hat so die Möglichkeit zum Zuge zu kommen und uns mit seinen Fähigkeiten zu beschenken. Wenn wir die Energie des Herzens nutzen, können wir auch leichter manifestieren. Denn unsere Herzenswünsche gehen immer in Erfüllung. Wenn wir aus dem Herzen heraus handeln sind wir verbunden mit der göttlichen Liebe. Unser Handeln wird so immer zum höchsten Wohle aller Beteiligten sein und wir sind bereit unsere göttliche Aufgabe zu erfüllen. Dies versteht man unter: mein Wille und der göttliche Wille sind eins.

Das **Herz** ist aber auch noch in weiterer Hinsicht von wesentlicher Bedeutung. Es ist nämlich die **Verbindungsstelle zwischen Denken und Tun**. Die allermeisten Dinge, die wir bewusst in Angriff nehmen, haben wir zuerst eine Weile denkend im Kopf hin und her bewegt. Diese gedanklichen Erwägungen aktivieren Gefühle und wenn das Gefühl zu einer bestimmten Größe angewachsen ist, wird dieses und jenes gedankliche Vorhaben auch in die Tat umgesetzt. So kommt nicht jede Idee oder Vorstellung zur Verwirklichung, wenn aber ein Gedanke zur Tat werden soll, muss er mit dem Herzen bzw. Gefühl verbunden sein. Deshalb kann die Idee, dass der Mensch seine friedliche Natur entwickelt, ein Leben in Freiheit führt, die Gleichheit des anderen erkennt und brüderlich die Schätze der Erde teilt, nur in die Wirklichkeit treten, wenn das Herz sich dem öffnet und das fühlt - fühlt wie gut sich das anfühlt, wenn alle belebten Wesen in Frieden und Harmonie miteinander leben.

Nun kann man einwenden: "Ein offenes Herz? Oh nein, das hat mir schon erhebliche Nachteile verschafft. Mein Mitgefühl anderen gegenüber, mein großes Herz, ist doch reichlich ausgenutzt worden. Statt Wertschätzung für Großmütigkeit, gab es Geringschätzung, Benachteiligung, etc." **Herz-Öffnung** meint hier, das Herz **nach innen** zur Wahren Quelle zu öffnen und nicht zur Welt der unzähligen positiven und negativen Erscheinungen, die unsere Sinnesorgane ständig aufnehmen. Wir sind gewohnt unser Bewusstsein mit dem Außen zu verbinden und werden je nachdem, was wir wahrnehmen und wie wir das Wahrgenommene für uns interpretieren, sofort positive oder negative Gefühle entwickeln.

So werden wir als Menschen je nach den Lebensumständen, die sich uns im Außen präsentieren - wozu auch die Wahrnehmung der eigenen Gedanken und des eigenen Körpers gehört - in den positiven und negativen Gefühlen hin und her geworfen. Ein Herz, das dauerhaft zur Wahren Quelle ausgerichtet ist, hat ununterbrochen Anteil an der aus der Wahren Quelle ewig fließenden, bedingungslosen Liebe, der allumfassenden Weisheit und der Macht der Verwirklichung. So ist das Herz dem Wechsel der Gefühle nicht mehr ausgesetzt, weil es sich dafür nicht mehr empfänglich macht.

Es fragt sich vielleicht, ob das Leben dann nicht fade wird, die süße und bittere Würze des Lebens fehlt? Nein, denn der Genuss des Herzens, gespeist aus der **Liebe der Wahren Quelle**, ist nicht zu vergleichen mit dem Genuss, der sich aus einer positiven Erfahrung der umgebenden Welt ergibt, so schnell vergänglich ist und sogar in sein Gegenteil kippen kann. Durch die Hinwendung des fühlenden Herzens an die **Quelle der Wahrheit** kann der Mensch überhaupt erst unvoreingenommen erkennen, dass die Welt der Erscheinungen für ihn - egal ob positiv oder negativ wahrgenommen - genau so bereitet ist, wie die Wahre Quelle dieses in ihrer unendlichen Weisheit verfügt hat. So erschließt sich dem Herzen der Sinn des ewigen Auf und Ab im eigenen Schicksal.

"Deine Vision wird nur klar werden, wenn Du in dein Herz schaust. Wer nach draußen sieht, träumt. Wer nach innen schaut, erwacht." (C. G. Jung)

Der Begriff **Wahre Quelle** bezeichnet die **Quelle unseres Wahren Selbst**, aus der wir ununterbrochen leben können, wenn wir ihr zugewendet sind. Für "Wahres Selbst" steht auch die Terminologie Höheres Selbst, Gottesfunke oder Ewigkeitskern. Die **Wahrheit** liegt im Herzen und nicht im Kopf. Die Wahrheit wird also intuitiv wahrgenommen oder gefühlt und nicht gedacht. Der Kopf kann denkend immer nur eine Seite begreifen und ist mit ihr identifiziert, bis er merkt, dass die andere Seite auch ihre Vorzüge hat und bleibt im ewigen Hin und Her des Abwägens, ohne eine eindeutige Entscheidung vom Kopf treffen zu können. Trotzdem treffen wir ja ununterbrochen Entscheidungen, bleiben aber in vielen Dingen doch im Zweifel, ob wir richtig entschieden haben. Aber:

"Es gibt ein Licht, das ist strahlender als alle Dinge auf Erden, strahlender als wir alle, sogar strahlender als das Licht im höchsten Himmel - das ist das Licht in unserem Herzen."
(Chandogya Upanishaden 3.13.7)

Wenden wir uns dem Herzen also zu und öffnen wir unser Herz, treffen wir auf dieses Licht, das Licht der wahren Erkenntnis, und können ohne Zweifel das Herz als Kompass nehmen, der uns sicher führt. Der Schlüssel unserer Verbindung zur Wahren Quelle ist also das Herz. Der Mensch, der sein Herz dauerhaft zur Wahren Quelle ausgerichtet hat, erfährt all die Segnungen, die aus der Wahren Quelle fließen.

Nun bleibt die Frage, wie das **praktisch** geschehen kann. Wir haben über die Jahrtausende mehr oder weniger komplizierte Konzepte und Methoden erfahren, die es dem Menschen schwer machen, wieder die vollständige Verbindung zu seinem wahren Ursprung zu knüpfen. Die mögliche Schwierigkeit der Herz-Öffnung liegt einzig in dem Zweifel, dass es so **einfach** gehen könnte.

Quellen für die Texte: www.herzensbewusstsein.de und www.heilsein-einssein.de