



## Wie kultivieren wir unsere Realität ?

Das Sanskrit-Wort für »meditieren« bedeutet »das Selbst kultivieren«.  
Dies ist um sich spannender, als wir bisher ja auch kultiviert wurden, (von unseren Eltern, Erziehern, unserem Umfeld und den Lebenserfahrungen die wir machten.) Kultivieren des Geistes gefällt mir wegen seiner Metaphorik besonders gut – schnell denkt man an den Landwirt oder Gärtner der etwas auf dem Feld kultiviert. Wer sein Feld kultiviert, bzw. bestellt, bearbeitet das Feld mit einem Pflug oder einem anderen Werkzeug, bringt damit »neue« Nährstoffe an die Oberfläche, wodurch die zu kultivierenden Pflanzen leichter gedeihen und Kraft für ihr Wachstum schöpfen. So ergeht es uns auch in der Meditation. Verschüttete Ressourcen und Potentiale werden wieder freigelegt. Eventuell müssen auch alte Gewächse, wie unsere Gewohnheit, das Feld räumen. Das ein oder andere "Unkraut" wird herausgenommen wie auch den Boden verdichtende Steine. Dies könnten zum Beispiel durchaus über Jahre gewachsene Gewohnheiten und Verhaltensmuster sein, die ihren Platz auf dem Feld des Bewusstseins eingenommen haben. Die »Unkräuter« stehen für die Schöpfungen Ihrer Gedanken, Bewertungen, Betrachtungen und Konzepte, aus denen dann wiederum Handlungen und Emotionen resultieren, die Ihr vertrautes, altes Ich bisher geformt haben.

Damit wir überhaupt erst einmal Platz haben auf dem Feld unseres Geistes oder Bewusstseins, braucht es ein Ausmisten von Gewohnheiten, Überzeugungen und Konzepten die unsere eigene Realität prägen. Wie wir vom Landwirt lernen, säht dieser nicht einfach Neues aus. Wie wir es gern mit einem neuen Kurs, oder einem neuen Buch tun. Er bestellt zunächst einmal sein Feld, damit die neue Saat auch gedeihen kann. Dies sichert ihm reiche Ernte und gesunde Früchte für seine Bemühungen. Wir lernen von Dispenza, dass die Erschaffung einer wirklich neuen Zukunft erst möglich wird, wenn wir die geistigen Wurzeln der Vergangenheit gekappt haben. Daher gilt es erst die alten Blockaden zu erkennen und die alten Verhaltensmuster abzulösen, damit Neues gedeiht.

Daher machen wir uns auf, unsere verwurzelten Einstellungen, Überzeugungen und Sichtweisen über sich selbst zu erkennen, um noch einmal bewusst zu entscheiden, ob sie uns wirklich dienlich sind und treffen dann eine Neue Bewusste Wahl. Unbewusst untergraben diese sonst unbemerkt unsere Bemühungen, weil wir einerseits nicht wirklich präsent sind und in Automatismen feststecken, und andererseits uns unsere Gewohnheiten ein vertrautes Gefühl unserer selbst vermitteln.

Auf diesen unterschiedlichen Ebenen von Gedanken, Verhaltensmuster und persönlichen Blockaden gehen wir energetische die Aufbereitung unseres Feldes an, um dann mit einer neuen Aussaat die reiche Ernte persönlicher Weiterentwicklung einfahren zu können.

**Holen Sie sich den vollständigen Report „Schöpfer der Realität“ -schreiben Sie uns hier...**