

Claire Avalon

Band 2

Begegnung mit den  
**Atlantischen  
Priestern**

Weißer Strahl  
Smaragdgrüner Strahl  
Rubinroter Strahl

Im Gedenken an meinen lieben Papa.



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

© Copyright Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-489-6

1. Auflage 2015

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim

Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung eines Motivs von

© screenexa, [www.fotolia.com](http://www.fotolia.com)

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim

[www.silberschnur.de](http://www.silberschnur.de) · E-Mail: [info@silberschnur.de](mailto:info@silberschnur.de)

# Inhalt

Vorwort der Autorin .....	7
Vorwort für Kinder .....	11
Vorbereitung auf die Meditation – Erwachsene .....	14
Vorbereitung auf die Meditation – Kinder .....	16
Vierter, weißer Strahl .....	19
Botschaft von Serapis Bey, dem Lenker des weißen Strahls .....	19
Sanktutum – Priester der Standhaftigkeit und Disziplin .....	20
Micale – Priester des Erkennens alter Muster .....	34
Johsare – Priester der Entgiftung und Reinigung .....	48
Smagus – Priester der Ernährung .....	62
Telane – Priester der Chakrenarbeit .....	78
Begides – Priester des Lichtkörperprozesses .....	93
Digra – Priesterin der Pflege des physischen Körpers .....	109
Fünfter, grüner Strahl .....	123
Botschaft von Hilarion, dem Lenker des smaragdgrünen Strahls .....	123
Dairamus – Priester der Akupunktur .....	125
Ziodenes – Priester der Edelsteine .....	138
Amerides – Priester des Tanzes und der Musik als Therapie .....	150

Vanane - Priesterin der Hilfsmittel in der Heilung . . . . .	161
Laris - Priesterin der spirituellen Medizin . . . . .	172
Zoramus - Priester der Telepathie . . . . .	183
Pelez - Priester der Schulung des Dritten Auges . . . . .	195
Sechster, roter Strahl . . . . .	207
Botschaft von Nada, der Lenkerin des rubinroten Strahls . . . . .	207
Agythane - Priester des Friedens . . . . .	209
Ucarus - Priester des Atems . . . . .	223
Sokane - Priester der Geistheilung . . . . .	234
Diandra - Priesterin der Sprache der Liebe . . . . .	246
Astrana - Priesterin der Liebe und Sexualität . . . . .	259
Pekanes - Priester für Soziales . . . . .	274
Kitho - Priester der Manifestation . . . . .	289
Einige Worte zum Abschluss . . . . .	303
Über die Autorin . . . . .	305

## Vorwort der Autorin



Liebe Leserinnen und Leser,

dieses Arbeitsbuch ist das zweite einer vierbändigen Reihe. In jedem Band werden jeweils drei der zwölf Strahlen in ihrer Reihenfolge behandelt. Die Reihe baut auf dem Buch *Die zwölf göttlichen Strahlen und die Priester aus Atlantis* auf. Dort wurden die Atlantischen Priester und Priesterinnen bereits vorgestellt, beschrieben und im Sinne der Präzipitation – dem Schaffen aus der Urmaterie – in die Arbeit mit den zwölf Strahlen eingebunden. Deshalb wird hier auf die Wiederholung dieser wichtigen Grundlagen verzichtet. Wenn Sie sich also auch einen visuellen Eindruck der Priester verschaffen möchten, was ja auch gerade bei der Arbeit mit Kindern sehr wichtig ist, empfehle ich Ihnen begleitend die Lektüre über die zwölf Strahlen.

Grundsätzlich möchte ich Sie bitten, in allem, was Sie mit den Aufgestiegenen Meistern und den Atlantern tun, kreativ zu sein und vor allen Dingen die Eigenverantwortung nicht zu vergessen.

Auf Seite 14 finden Sie einen einführenden Text. Dieser bietet sich als Grundeinstieg in alle Meditationen an. Dann gehen Sie weiter zum entsprechenden Kapitel, indem Sie sich im Vorfeld für die Arbeit mit einem bestimmten Strahl entscheiden. Weniger ist oft mehr. Begnügen Sie sich bitte immer mit einem Strahl und einem der Atlanter, je nachdem, welches Thema gerade angebracht ist. Sie werden sehr schnell merken, wie intensiv an und mit Ihnen gearbeitet wird.

Ein Tipp: Wenn Sie den einführenden Text zum Beispiel in einer Gruppe vorlesen, geben Sie der Einfachheit halber schon den Strahl vor, mit dem gemeinsam gearbeitet werden soll. Es erleichtert den Einstieg in die Energie. Seien Sie bitte auch so kreativ und bereiten

Sie sich vorher auf die Arbeit vor. Wer in Gruppen arbeitet, ob mit Erwachsenen oder mit Kindern, hat genug Spielraum, die einzelnen Texte dem anstehenden Thema anzupassen.

Sie werden auch Meditationen vorfinden, die ein praktisches Arbeiten einschließen, zum Beispiel die Meditation mit Tunere vom rosa Strahl. Dann haben Sie ruhig den Mut, selbst oder innerhalb der Gruppe zu arbeiten und die Meditation später fortzusetzen. Gerade das lässt Sie kreativ sein, und vor allem werden Sie so die direkte Präsenz der Energie spüren.

Nehmen Sie bitte vorher das Buch über die zwölf Strahlen zur Hand und schauen Sie sich noch einmal die persönliche Beschreibung der Atlanter oder auch ihrer Tiere und Tempel an. Lesen Sie die Texte genau durch oder die Passagen laut vor. Wir sind visuelle Wesen und können uns so viel leichter mit den einzelnen Priestern auseinandersetzen. Sie werden sehen, es macht viel mehr Spaß, und Sie und Ihre Teilnehmer haben das Gefühl, etwas ganz Persönliches geschaffen zu haben. Die Atlanter gehen darauf ein, und es wird immer eine besondere Atmosphäre herrschen. Ich weiß, es ist Arbeit, aber die Texte nur einfach zu lesen, wird schnell langweilig, und es fehlt der Pep. Ganz ehrlich: Der Apfelkuchen schmeckt mit Sahnehäubchen doch auch viel besser! – Oder?

Wenn Sie im Hintergrund musikalische Untermalung wünschen, wählen Sie eine geeignete Musik aus. So kann das Geräusch eines Wasserfalls durchaus sinnvoll sein. Schon während der Vorbereitung spüren Sie die Energie der Meister und Atlanter, die Ihnen gerne bei der Auswahl der Stücke helfen. Lassen Sie sich also führen. Die Atlanter bevorzugen vor allem in ihren Tempeln ein harmonisches Glockengeläut zur Vorbereitung auf ihre Worte.

Beherrigen Sie auch die Grußhaltung der Atlanter. Tunere vom dritten, rosa Strahl hat sie in seiner Kindermeditation in Band I sehr schön erklärt. Mit diesem Gruß wird jeder positive Eindruck und die Freude im Herzen bewahrt. Es ist auch das Zeichen der Atlanter für Respekt und höfliche Distanz zu allen Wesen im Sinne des Loslassens.

Ein Letztes: Sie werden viele Passagen finden, in denen Sie zum Hinhören und Aufnehmen von Botschaften aufgefordert werden. Lassen Sie sich und den Teilnehmern dafür bitte viel Zeit. Sie sind nicht bei einem Marathonlauf durch Atlantis. Dort hatte man alle Zeit der Welt.

Unser aller Ziel ist die selbständige Kommunikation mit dieser Ebene mit Hilfe der inneren Stimme und von Impulsen.

Und ein entspannendes Bad oder den Besuch einer Sauna absolvieren Sie ja auch nicht in einer halben Stunde. – Sehen Sie Ihr Treffen mit den Atlantern und auch den Meistern doch als Einladung zur Entspannung, zur Regeneration und zur erfolgreichen Zusammenarbeit an, auch wenn es Zeit, Energie, Liebe, Geduld und Demut kostet. Aber es ist der Mühe wert – und nach einiger Zeit wird Ihnen bewusst, dass wir alle, die wir uns im irdischen Kreislauf befinden, aus derselben Quelle stammen. Diese Quelle kann nie versiegen. Sie sprudelt immer gleichmäßig und versorgt uns alle mit den wichtigen Impulsen. Hinhören, aufnehmen und umsetzen, das ist das Werkzeug, das wir brauchen, um diese wichtigen Stimmen zu “hören”.

Gehen Sie jetzt also mit mir auf die Reise und vergessen Sie die Kinder nicht, auch wenn Ihnen bewusst wird, dass Sie offensichtlich kein “Indigokind” in Ihrem Kreise finden. Sie werden sich wundern, wie viele “normale” Kinder es gibt, deren Intuition und Sichtweise verblüffend und von einer “anderen Welt” ist. Geben Sie ihnen eine Chance, denn sie sind unsere Welt von morgen.

Apropos Kindermeditation:

Ich höre des Öfteren, dass die Kindermeditationen so lang seien. Es heißt, die Kinder könnten nicht so lange still sitzen und mitmachen. Das hängt sicherlich auch vom Alter der Kinder und ihrer aktuellen Verfassung ab. Das sollte Sie jedoch nicht daran hindern, kreativ zu werden. Es mag ja sein, dass der eine oder andere Text gerade sehr gut in eine Alltagssituation passt. Dann scheuen Sie sich nicht, aus dem Meditationstext eine Geschichte oder gar ein Märchen zu machen. Der Text kann so gut als Basis dienen, aus der eine Geschichte wird. So dienen die Atlanter auch als Erzähler. Wäre doch auch eine

gute Idee, oder? Bei größeren Kindern kann man die Texte sicherlich als Diskussionsgrundlage benutzen. Außerdem können Sie einige Meditationen auch Schritt für Schritt aufbauen.

Also, ans Werk, und nicht gleich den Atlanter ins Meer werfen!

Herzliche Grüße

Ihre Claire Avalon

## Vorwort für Kinder



Liebe Kinder,

eure Eltern, Freunde oder vielleicht auch Lehrer haben ein ganz besonderes Buch in die Hand genommen, um mit euch gemeinsam etwas zu lesen. Ich habe schon einige Bücher geschrieben, aber noch nie ein Buch für Kinder. So hat es mich diesmal ganz besonders gefreut, einige Kapitel für euch schreiben zu dürfen.

Atlantis ist sicherlich für viele von euch schon ein Begriff. Wir wissen, dass es ein uralter Kontinent ist, der vor langer, langer Zeit untergegangen ist. Das hatte zahlreiche Gründe, und viele Wissenschaftler befassen sich schon sehr lange mit der Forschung nach dieser untergegangenen Welt.

Ihr wisst, dass die Seele eines Menschen etwas ist, das jedes Leben überdauert. Der Körper stirbt zwar, aber die Seele – manche sagen auch Lichtkörper dazu – lebt weiter und entschließt sich dann irgendwann, wieder in einen Körper zu gehen. Dann wird man wieder als Baby geboren und wandert von Neuem auf der Erde herum. Man trifft natürlich wieder ganz viele Menschen, die man vor langer, langer Zeit in einem anderen Leben gekannt hat, denn die sind auch wieder einmal in einen Körper gegangen.

So kann man sich natürlich auch vorstellen, dass diese Seele, die ja jetzt in einem neuen Körper wohnt, sich irgendwie an diese ganz alten Leben erinnern kann. Genauso ist es mit Atlantis. Viele Seelen in den Menschen haben sich schon daran erinnert, dass sie dort einmal gelebt haben. Manchmal sehen sie auch Filme darüber oder lesen etwas in den Büchern und etwas in ihnen weiß, dass das alles richtig ist.

Vielleicht habt ihr schon mal das Wort “Intuition” gehört. So ein Gefühl oder eine Ahnung ist auch eine Intuition. Ja, und dann geht man meistens auf die Suche nach mehr Berichten, Bildern, Filmen und Informationen. In der Geistigen Welt, also dort, wo sich noch viele Seelen befinden, die im Moment nicht in einem Körper sind, wohnen auch noch viele Seelen, die seit dem Untergang von Atlantis nicht mehr in einen Körper gehen wollten. Jeder kann das für sich entscheiden. Das nennt man auch “freien Willen”. Diese Seelen waren damals in Atlantis sehr intelligent und gut zu den Menschen. Es waren große Persönlichkeiten, die man sehr geachtet hat. Man nennt sie auch Priester. Das hat nichts mit den Priestern in der Kirche zu tun, denn die machen eine ganz andere Arbeit, die auch sehr wichtig ist. Hier hat das Wort “Priester” eine ganz andere Bedeutung. Es meint eigentlich, dass sie viel Wissen haben und dieses mit viel Liebe an die Menschen weitergeben möchten. Jetzt müsst ihr euch vorstellen, wie es wäre, wenn diese Priester so wie ihr auf der Erde in einem Körper lebten. Man müsste sie immer besuchen gehen, um mit ihnen zu sprechen. Man könnte sie vielleicht auch anrufen oder anders erreichen. Das wäre aber sehr kompliziert, und ganz bestimmt würde man es oft vergessen, weil es so viel Zeit in Anspruch nehmen würde.

Also haben diese Priester sich vorgenommen, über den sogenannten “Geist” mit uns allen zu kommunizieren. Einerseits benutzen sie Menschen wie mich dazu, die sie direkt hören können und dann alles aufschreiben. Das sind sogenannte Medien. Aber nicht alle Menschen können diese Arbeit so wie ich machen. Das hat verschiedene Gründe. Die Menschen müssen ja bestimmte Dinge erledigen, und so hat jeder seine Aufgabe. Trotzdem können alle mit diesen Priestern sprechen, und zwar über ihre innere Stimme, die Gedanken und die Intuition. Am besten geht das in der Meditation. Da können euch eure Eltern sicherlich sehr gut helfen. Sie erklären euch, wie das geht. Dann machen diese Priester in der Meditation mit euch bestimmte Übungen, indem sie euch zu sich nach Atlantis einladen und dort viele interessante Dinge mit euch besprechen. Ihr werdet

sehen, wie schnell ihr euch dort wieder zurechtfindet. Dann könnt ihr auch malen, was ihr gesehen habt. Ihr werdet bestimmt sehen, wie viel Hilfe ihr von ihnen zusätzlich zu der Hilfe eurer Eltern, Geschwister, Freunde und sonstigen Begleiter bekommen werdet.

Ich möchte euch und euren Eltern gerne noch etwas Persönliches sagen: Manche Atlanter sprechen davon, dass die Menschen kein Fleisch essen und die Tiere am Leben lassen sollen. In Atlantis war das ganz normal, und die Menschen waren körperlich noch ganz anders aufgebaut. Wir heute leben anders und dürfen uns wieder dahin entwickeln. Aber Kinder brauchen viel gute Nahrung, um kräftig und erwachsen zu werden. Später können sie dann entscheiden, ob sie Vegetarier werden möchten oder nicht. Ihr braucht euch also keine Gedanken zu machen, wenn ihr und eure Eltern gerne noch Fleisch esst. Viele Erwachsene, die heute Vegetarier sind, haben als Kinder und Erwachsene noch gerne Fleisch gegessen, ich übrigens auch. Alles braucht seine Zeit, und wir dürfen uns zu nichts zwingen lassen.

Ich hoffe, ihr habt Freude an diesem schönen Buch. Vielleicht hat der eine oder andere ja Lust, mir mal zu schreiben oder ein Bild zu schicken. Ich würde mich freuen.

Seid herzlich umarmt,  
Eure Claire Avalon

# Vorbereitung auf die Meditation



## Erwachsene

*Begib dich in deinen geschützten Räumen an den Platz, der dich einlädt zu einer ruhigen Meditation. Nimm Platz und mache es dir bequem. Schließe deine Augen. Du hast gelernt, in deine sieben Chakren zu atmen, bis sich eine entspannte Haltung in dir bemerkbar macht. Nimm dir Zeit, begrenze dich nicht und atme. Schlage dabei, von deinem Wurzelchakra ausgehend, feste Wurzeln in die Erde, damit du auch bereit bist, in deinem Körper zu bleiben. Nur so wirst du dich erinnern an alle Ratschläge und Mitteilungen.*

Ruhe.

*Nun visualisiere deinen Kausalkörper, der die Energie aller zwölf göttlichen Strahlen beheimatet. Stell dir vor, dein Höheres Selbst trägt ein Kleid, das all die Farben dieser Strahlen der kosmischen Schöpfung enthält. Visualisiere nacheinander die Farben Saphirblau, Goldgelb, Rosa, Weiß, Grün, Rot, Violett, Aquamarin, Magenta, Gold, Pfirsich und zuletzt Opal.*

Ruhe.

*Nun aktiviere in diesem Kleid den Strahl (den Strahl entweder selbst wählen oder je nach Thema vorgeben), mit dem du heute intensiv arbeiten möchtest, und lenke seine Strahlkraft ganz bewusst in das Chakra, das seiner kosmischen Wirkkraft zugeordnet ist. Fühle dort die Kraft des Strahles und atme frei und kraftvoll.*

Ruhe.

*Du musst dich nicht weiter auf den Strahl konzentrieren, denn er wird dich begleiten, sei ohne Sorge. Halte die Augen geschlossen und gehe auf die Reise nach Atlantis. Du kennst den Weg. Er führt*

*dich über Ozeane und ferne Länder, weit weg vom Trubel deiner Welt. Du weißt, jemand wartet dort auf dich, ein alter Freund oder jemand, den du vor langer, langer Zeit in dein Herz geschlossen hast. Dein Geist überbrückt die Zeit der Materie, die zwischen eurem letzten Wiedersehen und heute liegen mag. Lasse dir Zeit und schau, ob du manches wiedererkennst. Nur der Frieden und gute Energien begleiten dich auf deiner Reise.*

Ruhe.

*Atme tief und ruhig*

(Weiter mit der Meditation des entsprechenden Kapitels.)



# Vorbereitung auf die Meditation

---



## Kinder

*Setze dich ganz bequem an deinen Lieblingsplatz, wo es warm und gemütlich ist. Dann schließe deine Augen und atme ganz ruhig. Du fühlst, wie sich dein Körper wohlfühlt.*

*Jetzt stell dir vor, du würdest wie ein großer, alter Baum Wurzeln in die Erde schlagen. Tief hinein wachsen sie, durch den Boden, auf dem du sitzt. Sie halten dich ganz fest und geben dir Sicherheit.*

Ruhe.

*Jetzt stell dir einmal vor, du sitzt in einem riesengroßen Luftballon. Er gehört dir ganz alleine. Halte deine Augen schön geschlossen und sieh dich um. Gott hat in diesen Luftballon, als er ihn aufgeblasen hat, ganz viele Farben gepustet. Alle Engel und Helfer von Gott kennen diese schönen Farben. Schau dir die wunderschönen Farben genau an: Blau, Gelb, Rosa, Weiß, Grün, Rot, Violett, Aquamarin, Magenta, Gold, Pfirsich und Opal.*

Ruhe.

*Wenn dir nun eine Farbe besonders gut gefällt, dann sprich mit ihr. (Farbe entweder selbst wählen oder vorgeben.) Vielleicht sieht ja auch der Luftballon so aus, in dem du heute sitzt. Bitte die Farbe doch einfach, sich heute ganz besonders liebevoll mit dir zu befassen. Du wirst merken, wie sie dich liebevoll streichelt und wärmt. Sie wartet nur darauf, sich wie eine warme Decke über dich zu legen. Spürst du das? Decke dich mit ihr zu.*

Ruhe.

*Keine Sorge, die Farbe bleibt bei dir. Sie lässt dich nicht im Stich. Halte deine Augen ruhig geschlossen und spüre, wie leicht du wirst,*

*als könntest du fliegen. Du bist jetzt wie ein Vogel, der alles unter sich sieht. Da ist einmal ganz viel Wasser, ein großes Meer, dann wieder eine Insel mit Palmen und vielen Menschen, die ganz klein aussehen und umherlaufen. Du siehst große, weite Flächen mit vielen Tieren. Hast du manches schon einmal gesehen? Kommt dir etwas bekannt vor? Du bist auf der Reise nach Atlantis. Dort warst du schon einmal, auch wenn es lange, lange her ist. Wenn du dort ankommst, wirst du sehen, dass dort jemand auf dich wartet, den du schon kennst. Ganz viele Engel begleiten dich. Kannst du sie sehen? Sie winken dir zu und strecken dir die Hände entgegen.*

*Ruhe.*

*Du fühlst dich sehr wohl. Die Engel sind immer noch bei dir. Sie tragen dich auf ihren Flügeln und geben dir ganz viel Kraft, denn langsam musst du zur Landung ansetzen wie ein Vogel, der sein Nest erreicht. Vielleicht siehst du sehr schöne Dinge, die dir auf deinem Weg begegnen. Freue dich an ihnen und lächele ihnen zu.*

*Ruhe.*

*Atme ganz tief und ruhig ...*

*(Weiter mit der Meditation des entsprechenden Kapitels.)*



## Vierter, weißer Strahl



### Botschaft von Serapis Bey, dem Lenker des weißen Strahls

“Ich sende euch die Kraft des weißen Strahls als Diener im Sinne des Aufstiegsgedankens. Möge er euch die Kraft bescheren, mit unermüdlicher Disziplin den Prozess der Klärung zu beginnen. Klarheit und Reinheit sind Attribute, die ein jeder gerne sein Eigen nennt. Doch wenn sie wirklich angestrebt werden, erhellt sich die Bühne des Lebens. Sie weist hin auf das Drama der Ungereimtheiten und stellt sich von selbst die Bedingungen. Das ist der Moment, in dem es sich zu besinnen gilt. All das, was der Plan euch auftrug, was die Weisheit euch mitteilte und in die Aktivität begleitete, ruft nach der Disziplin und Standhaftigkeit. Es trachtet nach der Klärung aller Symptome und der Beseitigung der Hemmnis aller ständig wiederkehrenden, belastenden Muster. Gleichzeitig sucht es die Kraft in der Materie, damit es den Versuchungen und alten Erinnerungen standhalte. So wendet an die kristallweiße Kraft meines Strahls. Bringt er euch doch die lang ersehnte Harmonie und Schönheit, den Mut zur Ästhetik, und nicht zuletzt den Hauch von Diplomatie, um den ihr vielleicht schon so manchen bewundern durftet. Mit der ihm eigenen Perfektion ist er in der Lage, euch Herr einer jeden Unordnung werden zu lassen. Wähnt euch immer in der allumfassenden Liebe, selbst wenn ihr den leichten Tadel erkennt. Ist er doch nur darauf bedacht, den Spiegel blank zu putzen. Versucht es, Freunde, und das Licht der nächsten Dimension wird euch nicht blenden mit seiner Helligkeit.”

Gott zum Gruße,  
Serapis Bey

# *Sankturum*

## Priester der Standhaftigkeit und Disziplin

### Themen:

Es mangelt mir an Disziplin.

Meistens nehme ich mir zu viel vor.

Ich versuche vergebens, andere von meiner Disziplin und Standhaftigkeit zu überzeugen.

Würde sich jeder so bemühen wie ich, wären wir alle viel weiter.

Es fällt mir schwer, mir meine mangelnde Disziplin und meine Bequemlichkeit einzugestehen. Lieber erfinde ich immer wieder Ausreden.

Ich schaffe es nicht, mich an mein Konzept zu halten.

Immer wieder gebe ich auf, obwohl ich schon weit gekommen bin.

Ich erwarte von allen anderen den gleichen Einsatz.



Wenn du bedenkst, dass du unzählige Inkarnationen bewältigt hast, wirst du feststellen, dass ein jeder Entschluss zur Reinkarnation von größter Disziplin geprägt war. Dein Wesen zeugt von einer unglaublichen Standhaftigkeit und Liebe zur Erde, all ihrer Natur und Schönheit. Ergehe dich nicht in dem Irrtum, nur das, was du jetzt vollziehen willst, erfordere Disziplin. Ein jeder Schritt in die Materie setzt eine klare Entscheidung voraus. Du magst sagen, dass deine Seele oder dein Höheres Selbst diese Entscheidung traf, doch in diesem Moment überträgst du die Fähigkeit zur Disziplin und Standhaftigkeit einem

dir vermeintlich fremden Wesen. Du selbst warst es, der oder die diese Entscheidung traf. Über all die Zeitalter hinweg hast du vergessen, dass nur du selbst den Begriff der Disziplin erfunden und aufrechterhalten hast. Verstehe, dass du nichts von dir verlangen kannst, was nicht deiner Prägung entspricht. Du bist wie eine Münze, die ihren Wert seit ihrem ersten Erscheinen in sich trägt. Serapis Bey war sich dessen immer bewusst. Er hatte sich diese Reinheit und Klarheit des Geistes erhalten. So konnte er auch schwierige Situationen in seinen Inkarnationen bestehen, selbst wenn die Disziplin sein Leben in Gefahr brachte. Nicht selten hast du Ähnliches erlebt, doch fehlte dir, bedingt durch dein Karma, der klare Blick in die Schatztruhe deines Charismas.

Wie jedes andere Wesen warst du von Anbeginn an mit allen zwölf göttlichen Tugenden ausgestattet. In der materiellen Welt musstest du aber lernen, dich daran zu erinnern. Es gelang dir nicht immer. Jetzt lernst du wieder, dass der kristalline weiße Strahl in der Lage ist, dich an alles zu erinnern, was du dir vornahmst. Er zeigt dir dein Konzept in makelloser Form für jedes heutige Vorhaben, und wenn du es zulässt, gewährt er dir den Blick zurück in deine ursprüngliche Disziplin, die aus der göttlichen Quelle stammt. Auf diesem Weg wirst du aufhören, Vergleiche zu anderen Wesen anzustellen. Du erkennst, dass sie alle ihrem Plan folgen. Niemals wirst du sie von deiner Sicht der Dinge überzeugen können. Wünsche ihnen so wie dir selbst die Einsicht in die Notwendigkeit der geerdeten und klaren Sichtweise des schnellstmöglichen Fortschritts. Gehe mit gutem Beispiel voraus. Habe Geduld mit deinen kleinen und großen Fehlern, und vergiss niemals, dich selbst zu belohnen für jeden kleinen Erfolg. So wird dein Bild nach innen und außen klarer, strukturierter, harmonischer und sehr ästhetisch. Viele werden dir dann folgen durch das Labyrinth des Lebens. Du weißt, es gibt nur einen Ausgang. Ihn schnell zu finden, erfordert ein gutes Ziel, Klarheit, Intelligenz und die verzeihende Güte, wenn einmal die falsche Richtung gewählt wurde.

Dein Bild von Klarheit, Reinheit und Disziplin wurde, weltlich gesehen, von vielen Kulturen geprägt. Mit diesen Aspekten beherrschte

man die Menschen. Sie wurden zu Maßstäben für gutes Verhalten, Unterordnung und gerechte Entlohnung, nicht zuletzt für das Recht auf Leben. Der göttliche Plan sieht jedoch vor, dass du dich nur selbst beobachten sollst. Du wirst erkennen, dass dich der Plan belohnt für all deinen Einsatz. Es geht einzig und alleine um deine Werte, denn du bewirkst alles nur für dich selbst. Du weißt, dass du auch durch Krisen und Kämpfe wachsen kannst. Die Muster hast du dir im Laufe der Zeitalter selbst geschaffen. Beleuchte sie, hole das Beste aus ihnen heraus, trenne die Spreu vom Weizen und kultiviere die Ernte.

Selbst wenn du den Wunsch hegst, die Erde endgültig zu verlassen, wirst du dich gemeinsam und dennoch einsam mit Serapis Bey ans Werk begeben, um all dein vergangenes Denken, Fühlen und Handeln zu betrachten. Er wird dann von dir die größte Disziplin fordern. Sie wird alles übertreffen, was du jemals im Irdischen vollzogen hast. Es wird die schwerste Prüfung sein, die die göttliche Reinheit von dir verlangt.

Meine Hilfe ist dir gewiss. Wir bringen gemeinsam Ordnung in dein kleines Chaos, das sich auswirkt auf das große Ganze. Ich stehe bereit, dir dein Konzept vor Augen zu halten.

## Einstimmung (siehe Seite 14)

### Meditation

*Folge meiner Einladung von Herzen und sei einfach so, wie du bist. Es hat keinen Sinn, deine Reise zu mir einer exakten Route zu unterstellen. Lasse dich ruhig ablenken von den Eindrücken, die dich begleiten. Alles hat seine Zeit. Wir wollen gemeinsam versuchen, in dir eine Disziplin zu wecken, die dich trotzdem frei sein lässt. Genieße deine Reise.*

Ruhe.

*Konzentriere dich auf deine Emotionen. Lasse Bilder aus längst vergangenen Tagen an dir vorbeiziehen. Stelle sie alle unter das Thema "Disziplin". Auch wenn sie dich schmerzen oder aus anderen Kulturen und Epochen stammen, heiße sie willkommen und lasse sie vorbeiziehen. Segne sie, und übergib sie dankbar den weißen Wolken, die ruhig und von der heilenden Sonne genährt an dir vorüberziehen.*

Ruhe. (Längere Pause)

*Du hast dich in eine sehr hohe Energie begeben. In meiner Energie wirst du in der Lage sein, dich aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Der Aspekt der Reinheit und Klarheit soll uns dabei unterstützen.*

*Nun richte deinen Blick nach unten. Du siehst eine wüstenähnliche Landschaft. Kristallweißer Sand bedeckt das Land. Doch erblickst du hier und da wunderschöne, grüne Oasen. Wie kleine blühende Inseln durchsetzen sie diese Gegend, die wir "das weiße Paradies" nannten. In jeder der Oasen wurde im Sinne der Reinheit gelehrt und geübt. Auch ich hatte dort meinen Schulungstempel. Du findest ihn, indem du dich auf die Oase mit der Pyramide konzentrierst. Sie ist umgeben von einem großen, blühenden Garten mit herrlichen Palmen, exotischen Pflanzen und reinen Quellen. Wenn du meine Heimat entdeckt hast, schwinde dich ein und komme langsam dort an.*

Ruhe. (Längere Pause mit leiser, orientalischer Musik)

*Der kühle Schatten der Palmen umgibt dich wie ein Schutzmantel. Du fühlst den weißen Sand wie warmen Samt unter deinen Füßen. Ganz leicht ist dein Schritt. Schau, du trägst hier ein strahlend weißes, seidiges Gewand. Es umspielt deinen Körper wie ein Hauch wohligh warmer Luft. Du bist leicht und fast schwerelos. Du trittst in die warme Sonne und nimmst all ihre Energie in alle deine Chakren auf. Breite deine Arme weit aus und atme tief ein und aus.*

Ruhe.

*Von deinem Körper geht ein angenehmer Duft aus. Nimm ihn wahr und beschreibe ihn in Gedanken. Woran erinnert er dich? Es ist der Geruch, der in Atlantis zu dir gehörte, in der Reinheit dieser Atmosphäre. Du kehrst hier zurück zu deiner Quelle der Klarheit.*

*Vor dir im Schatten eines Bananenbaumes entdeckst du ein ruhendes Tier. Es ist mein schwarzer Panther, der dich schon eine Weile aufmerksam beobachtet. Er erkennt dich an deinem Geruch. Langsam erhebt er sich und kommt auf dich zu. Er neigt seinen Kopf als Zeichen der Freundschaft. Du kannst ihn ruhig streicheln. Fühle dieses dir unbekannt gewordene Fell und das Gefühl einer alten Vertrautheit.*

Ruhe.

*Mein Freund macht sich auf den Weg und läuft dir voraus. Folge ihm, bis du meine Pyramide erreichst. Ich warte vor dem Portal mit den goldenen Toren auf dich. Bemerke unterwegs die vielen strahlend weißen Blüten, die deinen Weg mit ihrem herrlich frischen Duft begleiten.*

Ruhe.

*Ich grüße dich. Lasse dich umarmen. Endlich habe ich die Gelegenheit, dich wieder hier zu begrüßen. Folge mir durch das Tor in meine Schulungsräume. Alles erstrahlt in hellem, weißem Licht. Sicherlich hast du gedämpftes Licht und eine ungewöhnliche Stimmung erwartet. Wende deinen Blick nach oben. Durch die Spitze der Pyramide strahlt das kristalline weiße Licht des Strahls der Reinheit und Klarheit. Es fordert dich in jeder Sekunde deines Hierseins dazu auf, den Zustand all deiner Chakren zu beleuchten. Gewöhne dich zunächst an diese ungewohnte Strahlkraft, und atme die Energie in deinem Tempo bis tief in dein Wurzelchakra.*

Ruhe. (Längere Pause mit leiser Musik)

*Du bist nun erfüllt vom weißen Licht der Reinheit und Disziplin. Bist du bereit, dich deinem mitgebrachten Problem zu stellen? Ich werde es nicht für dich bestimmen und klären. Meine Aufgabe ist es, dich mit allem zu konfrontieren, denn nur du selbst kannst dich transformieren. Folge mir vor den großen Spiegel am Ende des Raumes. Wie in einem Prisma brechen sich hier alle Strahlen in ihrer Kraft, hervorgerufen durch das kristallweiße Licht. Genieße diese universelle, göttliche Strahlkraft.*

Ruhe.

*Du stehst vor dem Spiegel der Standhaftigkeit und Klarheit. Ich setze voraus, dass du bereit bist, dich zu sehen, und nur dich in diesem Moment. Du siehst dein weißes Gewand, das immer durchsichtiger wird. Es verwandelt sich zu einer Art Fluid, das deine Aura darstellt. In diesem Zustand nun erkennst du deine Chakren. Sprich nun mit dir selbst. Erkläre dir deine Sorgen im Sinne der Disziplin. Nimm dir Zeit dafür.*

Ruhe.

*Dein Spiegelbild zeigt dir nun, in welchem Chakra sich die lange gehegten Blockaden befinden. Das Chakra zeigt Veränderungen und vielleicht Verunreinigungen. Konzentriere dich genau. Es kann dir gelingen, Situationen und Bilder zu erkennen, die zu diesen Blockaden geführt haben. Lass dir Zeit.*

Ruhe.

*Nun bitte den Strahl, der dieses Chakra mit Energie versorgt, mit dir gemeinsam in die Transformation zu gehen. Gleichzeitig helfe ich dir, deine gesamte Persönlichkeit in die violette Flamme einzuhüllen.*

Ruhe.

*Dein Spiegelbild zeigt dir nun dein ursprüngliches Bild vor Eintritt deines Problems. Du erkennst all die positiven Merkmale deiner reinen und klaren Erscheinung. Hülle sie gemeinsam mit mir ein in den weißen Schutzmantel der Disziplin und Standhaftigkeit. Möge sich deine Reise zu mir gelohnt haben, auf dass du dich immer wieder an dieses unsterbliche Bild deiner selbst erinnerst. Wir beginnen.*

Ruhe.

*Ich danke dir für deine bemerkenswerte Mitarbeit. Auch für mich war es ein großer Erfolg. Erinnerung dich jederzeit an diese Übung und denke an meine Worte:*

*Ich bin entstanden aus einer klaren, reinen Quelle, ausgestattet mit einer heilsamen, freudvollen Disziplin. Sie wird niemals meine Möglichkeiten überfordern. Dennoch wird sie mich immerfort dazu auffordern, meinen Weg standhaft und makellos zu gehen. Ich bin geborgen im Schutz des weißen Lichts.*

Ruhe.

*Es wird nun Zeit für dich, mich zu verlassen. Verabschiede dich auf deine Weise von deinem Spiegelbild und gehe mit mir nach draußen.*

*Ruhe.*

*Mein Freund, der Panther, und ich sagen dir Dank für dein Kommen. Du hast Disziplin bewiesen. Sei dir selbst dankbar dafür. Du wirst dafür belohnt, doch denk auch immer daran, dich selbst zu belohnen für jeden Erfolg. Nun mache dich auf die Heimreise. Du wanderst wieder durch den grünen Garten. Unter der großen Palme spürst du, wie du wieder ganz leicht wirst. Du schwebst davon und siehst das weiße Paradies unter dir. Behalte es gut in Erinnerung.*

*Ruhe.*

*Langsam wirst du wieder schwerer und spürst deinen physischen Körper. Du öffnest deine Augen und atmest tief ein und aus. Fühle die Erde wieder unter dir und schlage tiefe Wurzeln.*

*Adonai – Sanktulum, dein Freund*

## Mantra



*“Vater aller Dinge, hilf mir alle Zeit, die Energie deiner göttlichen Disziplin wahrzunehmen und zum Wohle aller einzusetzen. Zeige mir den Weg der zwölf Tugenden.”*



## Text von Sankturum für Kinder

Sei mir gegrüßt, mein Kind. Ich bin Sankturum und gehöre zu deinen Freunden.

Es mag sein, dass du mich im ersten Moment nicht erkennst, aber glaube mir, ich bin sehr oft in deiner Nähe. Ich weiß nämlich, dass du manchmal ein paar Probleme mit der Disziplin hast. Erwachsene und Lehrer sprechen oft über dieses Thema. Was ist eigentlich Disziplin? Weißt du, ich habe mich schon in Atlantis sehr um diese wichtige Sache gekümmert. Auch dort mussten sich die Menschen schon damit beschäftigen. Ich selbst musste Disziplin lernen.

Es gibt im Leben eines jeden Menschen Dinge, die einfach zu tun sind, damit man vorwärtskommt. Wenn der Bäcker kein Brot backen möchte, weil er des Nachts zu müde zum Aufstehen ist, stehen die Leute am Morgen im Laden und können kein frisches Brot kaufen. Dann fällt das Frühstück aus. Genauso verhält es sich auch mit dir. Wenn du zu bequem bist, für die Schule zu lernen, wird dein Abschluss nicht der beste sein. Du wirst nun sagen, dass ich dir nichts Neues erzähle. Das mag sein, aber dann haben wir immer noch nicht dein Verhältnis zur Disziplin geklärt. Disziplin im Sinne deines Lebensplans bedeutet, sich immer wieder mit aller Ehrlichkeit daran zu erinnern, was man sich einmal vorgenommen hat. Du hast dir deiner Meinung nach sicherlich nicht vorgenommen, die Hälfte des Tages in der Schule zu verbringen, und das über Jahre hin. Habe ich da recht? Deshalb muss ich dir auch den Lebensplan erklären: Bevor du von Gott weg in deinen heutigen Körper gegangen bist, hast du dir ja bestimmte Dinge vorgenommen. Du hast dir deine Familie ausgesucht, deine Geschwister, und vor allem hast du dir ganz genaue Gedanken gemacht, wie dein Leben verlaufen sollte. Du musst es dir vorstellen wie einen Film, den du im Voraus anschaut. In diesem Film bist du der Hauptdarsteller, und gleichzeitig bist du auch der Drehbuchautor, der sich den ganzen Film ausgedacht hat. Der Film spielt von deiner Geburt bis zu deinem Tod irgendwann, wenn du

alt und müde geworden bist. Diesen ganzen Film prägst du dir sehr genau ein, als würdest du ihn auswendig lernen. Ein Filmschauspieler muss ja seine Rolle auch ganz genau lernen. Wenn der Film gedreht wird, muss er in jeder Minute wissen, wie er sich verhalten muss. Das übt er immer und immer wieder. Wenn er etwas vergessen hat, muss er wieder nachschauen und lernen, bis der Film fertig ist.

Auch du hast dich auf deine Rolle auf der Erde gut vorbereitet. Vielleicht wolltest du einmal ein großer Schriftsteller oder ein Arzt werden, vielleicht durch die Welt reisen und dafür viele Sprachen beherrschen. Es gibt so viele Möglichkeiten.

Dann wirst du geboren und lebst auf der Erde in deinem Körper. Jetzt musst du dir vorstellen, dass Gott und wir, alle seine Helfer, dafür sorgen müssen, dass dein persönlicher Film abläuft. Das ist für uns als Regisseure genauso schwer wie für dich als großen Schauspieler oder als große Schauspielerin, denn dein Drehbuch befindet sich ja hier bei uns im Geistigen, von wo aus du gestartet bist.

Trotzdem bestimmst du ganz alleine, wie das Spiel verläuft. Du kannst dich einfach hinsetzen und nichts mehr tun, oder du spielst deine Rolle ganz perfekt. Dafür brauchst du aber Disziplin. Immer wieder musst du weiter laufen, sprechen und handeln, damit der Film eine Handlung bekommt. Jeden Tag musst du neue Dinge ins Leben rufen, die in deinem Drehbuch schon längst aufgeschrieben sind. Alle anderen Schauspieler, die Menschen in deinem Leben, müssen ja auch ihre Rollen spielen können. Kannst du nun verstehen, was geschieht, wenn du einfach aufhörst zu spielen? Der ganze Film gerät ins Wanken. Die Szenen können nicht weitergehen, weil alle anderen auf dich warten müssen. Was geschieht, wenn der Koch in einem Restaurant einfach seine Sachen packt und nach Hause geht? Alle Gäste sitzen da und warten auf ihre Speisen. Nichts funktioniert. Er muss sich also bemühen, seine Aufgabe korrekt zu erfüllen und standhaft zu bleiben, bis er nach Hause gehen und sich ausruhen kann. Das nennt man Disziplin.

Ich möchte dir gerne sagen, wie wunderbar es einmal von dir gewesen ist, dich zu einem neuen Leben auf der Erde zu entscheiden. Weißt du, bei Gott ist es wunderschön. Alle Seelen, die sich dort

aufhalten, fühlen sich sehr wohl und geborgen. So erging es auch dir. Auf der Erde warteten aber schon einige Zeit andere Seelen, um dort mit dir gemeinsame Aufgaben zu erfüllen. Irgendwann hast du dich dann wieder zu einer Geburt auf der Erde entschlossen und dir deine Familie ausgesucht. Das ist ein Zeichen von großer Disziplin. Du hast deinen Lebensfilm gestartet, und glaub mir, du wirst dafür einen wunderbaren Preis bekommen, wie die Schauspieler einen Oscar. Gott hält ihn für dich bereit, wenn du zu ihm zurückkehren darfst. Aber das dauert noch.

Wir sehen manchmal, dass du ab und zu ein Problem mit deiner Disziplin hast. Das ist nicht schlimm. Alle Menschen kennen dieses Thema. Ich möchte dir gerne zeigen, wie ich dir dabei helfen könnte, deine Disziplin wieder zu reparieren. Du wirst sehen, es geht dir dann viel besser, und du darfst dafür auch einen Lohn von deinen Eltern verlangen. Sie werden es bemerken, sei ganz sicher.

Ich lade dich ein, mich zu besuchen, um dir einen ganz einfachen Weg zu zeigen.

Einstimmung (siehe Seite 16)

## Meditation

*Ich erwarte dich bereits in meiner und deiner alten Heimat. Achte auf die Luft, die dich umgibt. Sie wird ganz warm, und du fühlst die wunderbare Sonne auf deiner Haut.*

*Sieh nach unten. Du erkennst unter dir eine große Wüstenlandschaft. Strahlend weißer Sand ist sichtbar. Du weißt, was Oasen sind. Das sind die fruchtbaren Stellen in der Wüste, die auch Trinkwasser und viele Pflanzen beherbergen, damit dort Menschen und Tiere leben können. Unter dir erkennst du ein paar Oasen. Dabei gibt es eine, in deren Mitte eine riesige, weiße Kugel steht. Halte Ausschau nach dieser Oase.*

Ruhe.

*Du musst wissen, dass wir in dieser Oase nur Kinder empfangen. Das war schon immer so in Atlantis. Diese große Kugel bedeutet für die Kinder das Ankommen auf der Erde. Sicherlich kennst du Bilder aus dem Weltall. Astronauten sehen die Erde von außen wie eine Kugel. So wie die Astronauten dann auf der Erde landen, so landest auch du gleich auf der Erde.*

*Du schwebst jetzt über der weißen Kugel. Sie steht in einem wunderschönen Park mit großen Palmen und Blumen in allen Farben. Du hörst leise Musik und bist ganz leicht.*

Ruhe. (Leise Musik)

*Langsam öffnet sich die Kugel unter dir wie das Schiebedach eines Autos. Ganz helles Licht zeigt dir den Weg. Schau, ich winke dir zu. Kannst du mich erkennen? Neben mir steht mein Panther. Er freut sich auf deinen Besuch. Vorsichtig schwebst du durch das Dach der Kugel und landest sanft neben uns auf dem Boden.*

Ruhe.

*Das hast du phantastisch gemacht. Ich bin stolz auf dich. Jetzt wollen wir uns hier einmal umsehen. Hast du schon einmal von den großen Kinos gehört, in denen die Menschen das Gefühl haben, direkt im Geschehen zu sitzen? Das heißt, wenn der Film auf der Leinwand läuft, ist es so, als wären sie mittendrin. In einem solchen Kino befinden wir uns hier. Wenn ein Kind mich hier besucht, ist unser Kino nur für das Kind alleine geöffnet. Wir sind nämlich hier in der Lage, ein wenig in deinen Lebensfilm hineinzuschauen. Du weißt ja, was ich dir über dein Drehbuch und deine Rolle erzählt habe.*

*Da ich weiß, dass du auf einem ganz bestimmten Gebiet Probleme mit deiner Disziplin hast, würde ich dir gerne die Stelle in deinem Lebensfilm zeigen, wo und wie du dir das alles einmal geplant und gewünscht hast. Wollen wir uns also bereit machen? Dann setz dich neben mich auf die dicken weißen Kissen. Vor dir siehst du eine riesengroße Leinwand. In der Kugel wird es nun dunkler, so wie im Kino. Schließe deine Augen und konzentriere dich auf dein Problem. Lass dir Zeit.*

Ruhe. (Längere Pause)

*Nun schauen wir gemeinsam auf die Leinwand. Ein strahlend weißes Licht umgibt sie, und sie öffnet sich ganz weit, sodass sie die ganze Kugel umfasst. Der Film beginnt. Die Szene, die wir nun sehen, stammt aus dem Original deines Lebensfilms. Du siehst einen Schauspieler oder eine Schauspielerin. Er oder sie sieht genauso aus wie du und spielt dich in deinem Leben. Ist das nicht toll? Behalte immer dein Thema vor Augen, das dein Problem beinhaltet. Und nun kommt das Beste. Du kannst nämlich mit dem Schauspieler direkt sprechen. Frag ihn oder sie ganz einfach, was er oder sie für diese Rolle und diese Szene gelernt hat. Lass dir genau erklären, was im Drehbuch steht. Das ist sehr interessant, denn im gleichen Moment geht der Film weiter, und du siehst, wie sich alles zum Besten entwickelt. Der Schauspieler oder die Schauspielerin tut nämlich genau das, was dir immer so schwerfällt. Deshalb kann er oder sie dir auch vorspielen, welchen Erfolg du haben kannst. Schau es dir ganz in Ruhe an.*

Ruhe. (Längere Pause mit leiser Musik)

*Siehst du, wie froh der Schauspieler ist, dass dieses Problem so gut gelöst werden konnte? Er oder sie darf sich zur Belohnung etwas wünschen. Dabei wirst du gefragt, was dir am Herzen liegt. Gib ruhig eine Antwort.*

*Sieh mal, ein Engel kommt herbei und schreibt deinen Wunsch auf eine Tafel. Dann fliegt er mit der Tafel davon. Genauso kannst du es im richtigen Leben machen. Schreibe deinen Wunsch auf ein Blatt Papier. Wenn du dein Problem gelöst und deine Disziplin geschafft hast, lege das Blatt Papier nachts vor die Tür deines Zimmers. Der Engel sieht es und wird es an die richtige Stelle tragen. Natürlich wird man dich erst einmal beobachten, ob du deine Disziplin auch beibehältst. Aber dann wird es auch eine gute Belohnung geben. Da sind die Engel sehr aufmerksam.*

*Schau, man winkt dir auf der Leinwand freudig zu. Dieses wichtige Stück deines Lebensfilms haben wir geschafft. Immer, wenn du ein ähnliches Problem hast, kannst du wiederkommen und wir schauen es uns gemeinsam an.*

*Schließe wieder deine Augen. Die Leinwand schließt sich langsam wieder.*

Ruhe.

*Nimm alles, was du erfahren hast, mit in deine Welt und denke immer an meine Worte:*

*Ich ganz alleine kenne meinen Lebensfilm. Dafür hat Gott mir alle Kraft und Disziplin geschenkt. Alle seine Helfer stehen bereit, mir dabei zu helfen. Ich selbst will mich darum bemühen, meinen Mut zu beweisen.*

Ruhe.

*Jetzt darfst du wieder nach Hause zurückkehren. Ich hoffe, du hast viel über dich selbst erfahren.*

*Schau, mein Panther kommt zu dir. Er möchte, dass du ihn streichelst. Dafür neigt er langsam seinen Kopf. Das ist sein Abschiedsgruß an dich.*

Ruhe.

*Du wirst wieder ganz leicht und schwebst wieder langsam durch das Schiebedach der Kugel. Du steigst höher und höher und siehst wieder die Wüste mit den kleinen Oasen. Dann fliegst du davon.*

Ruhe. (Leise Musik)

*Du fühlst nun wieder deinen Körper. Atme tief ein und aus. Du wirst schwerer und schwerer, spürst deine Arme und Beine. Starke Wurzeln wachsen in die Erde. Öffne langsam deine Augen. Du bist im Hier und Jetzt.*

*Adonai – Sanktutum, dein Freund*

## Mantra für Kinder



*“Alle meine Helfer zeigen mir den Weg in meine Disziplin.  
Ich bin wertvoll.”*



# *Micale*

## Priester des Erkennens alter Muster

### Themen:

Ich verfallende immer wieder in die gleichen Muster.

Irgendetwas belastet mich. Daran scheitere ich permanent.

Ich brauche die Klarheit über meine alten Muster.

Ich möchte unbedingt alles erkennen, um zu transformieren.

Kann ein altes Muster auch positiv sein und  
Potenzial in sich bergen?

Für meinen Fortschritt brauche ich die Erkenntnis,  
was noch aufzulösen ist.

Wie verbinden mich meine alten Muster  
mit meinem Umfeld?

Ich möchte in diesem Leben möglichst viel auflösen.



Durch deinen Wunsch, deine alten Muster zu erkennen, hast du dich selbst vor eine große Aufgabe gestellt.

Beleuchten wir doch einmal das Wort "Muster".

Ein Muster ist ein grundsätzliches Bild, nach dem sich alles neu Entstehende gestaltet. Denke dabei an ein Schnittmuster, nach dem du ein Kleid anfertigst. Dieses Kleid kannst du tausendmal anfertigen, und es hat immer wieder die gleiche Form. Es mag dir stehen und bequem sein, es mag dich zwicken und einengen. Doch sei ehrlich, würdest du es ein zweites Mal nähen, wenn das Kleid dir lästig wäre? Wohl kaum. Du hattest jedoch ein grundsätzliches Interesse an diesem Kleid, weshalb du dich darauf eingelassen hast. Also wirst

du beim nächsten Kleid ein paar notwendige Veränderungen vornehmen müssen. Du wirfst also das erste Kleid weg und beschäftigst dich mit dem nächsten. Es gefällt dir sehr gut. Kein Zwicken ist zu spüren. Nach kurzer Zeit ist die fehlende Passform des ersten Kleides vergessen. Doch plötzlich ändert sich die Mode. Dein Kleid gefällt dir nicht mehr. Es ist langweilig geworden. Du hättest gerne eine neue Farbe. Man belächelt dich schon, weil du so altmodisch bist. Du ärgerst dich über dein Auftreten. Also suchst du das alte Schnittmuster heraus und veränderst seine Form. Das dritte Kleid soll etwas kürzer sein. Es soll kein Blumenmuster mehr haben, sondern einfarbig sein. Auch die Ärmel haben diesmal eine andere Länge.

Du trägst das fertige Kleid zum ersten Mal auf einem Fest und alle Gäste bewundern dich. Du fühlst dich wie neugeboren, als hättest du eine völlig andere Identität. Es war viel Arbeit, dieses Muster zu verändern und das neue Kleid zu nähen. Du bist etwas unvorsichtig und zerreißt dir das Kleid an einem Gartenzaun. Voller Wut wirfst du es zu Hause weg. Alles war umsonst, die ganze Mühe. Um dich nicht noch mehr zu ärgern, vernichtest du gleich das ganze Schnittmuster. Am nächsten Tag tut es dir leid, aber getan ist getan. Du gehst auf die Suche nach einem neuen Schnittmuster und machst dich an die Arbeit. Es ist wieder ein Kleid nach deinem Geschmack. In deiner Erinnerung lebt jedoch das allererste Kleid mit seinem Schnittmuster. Immer wieder erzählst du davon, auch wie du dir das dritte Kleid zerrissen hast. Irgendwann kannst du sogar darüber lachen. Vielleicht ärgerst du dich aber noch nach Jahren über deine Unvorsichtigkeit.

Siehe, all das spielt sich in einem Leben ab. Du magst sagen: Es ist ja nur ein Kleid. Betrachte jedoch alle anderen Themen deines Lebens. Sind sie nicht viel gewichtiger und von schwierigeren Entscheidungen geprägt? Wenn du sie nun unter dem Gesichtspunkt des Karmas betrachtest, wird dir bewusst, dass alles einen Ursprung hatte. So wie dein Schnittmuster einen kreativen und durchaus bereichernden Charakter hatte, so hatte auch alles andere einen sinnvollen Ausgangspunkt. Nichts geschieht ohne Grund. Es stellt sich

nur die Frage, wie sich alles entwickelte und von Emotionen und Gedanken genährt wurde. Demzufolge muss das Grundmuster also positiv gewesen sein. Die sich daraus ergebenden Folgemuster wurden also von dir durch viele Aspekte geprägt. Die Muster bauen sich langsam auf und fahren sich ein. Doch gesellen sich immer wieder neue Perlen dazu, um eine sich ständig verlängernde Kette zu bilden.

Das Erkennen alter Muster ist eine interessante Aufgabe. Selten wird es dir gelingen, sogleich das allererste Grundmuster zu erkennen. Doch sei gewiss, auf diesem Weg zurück zum Ursprung erkennst du auch das Positive, das dich leitete und erfolgreich machte. So trennst du die Spreu vom Weizen, um am Ende des Weges die Ernte einzufahren. Du wirst erkennen dürfen, dass dich vieles zum Durchhalten bewegte. Doch werden wir auch sehen, dass dein uraltes Schnittmuster längst aus der Mode gekommen ist. Es hatte seinen Wert in einer längst vergangenen Epoche. Dort darfst du es dann loslassen, um es dem zentralen Schmelztiegel des Seins zu überlassen. Die Alchemie des Lebens überreicht dir dann ein neues flüssiges Gold, dem du wieder eine Form geben wirst. Kreiere sie, erhalte und verflüssige sie wieder zur rechten Zeit. Es gibt keinen Grund, sie antik werden zu lassen.

Wenn du also ein altes Muster mit dir herumträgst, will ich dich einladen in meinen Tempel der Erkenntnis. Doch überlege genau, ob du bereit bist, dich deiner eigenen Erkenntnis zu stellen. Es gibt kein Zurück.

Einstimmung (siehe Seite 14)

## Meditation

*Dein Besuch in meinem Tempel stellt große Ansprüche an dich, denn ich setze deine Fähigkeit zum Visualisieren voraus. Du bist eingeladen an einen Ort, den du zum einen aus Atlantis kennst,*

*und zum anderen weiß deine Seele, dass sie sich einem venusischen Kraftort nähert. Beides bringt dich in die Lage, dich selbst und alles, was in dir ist, aus der Vogelperspektive zu betrachten. Dieses Potenzial besaß sowohl der Atlanter als auch der Venusier. Ich spreche zwar von meinem Karmaspiegel, doch übertrifft er bei Weitem einen irdischen Spiegel. Du wirst sehen.*

Ruhe.

*Die Energie deines geistigen Führers begleitet dich auf deiner Reise. Seine oder ihre Anwesenheit ist wichtig, damit du in der Sicherheit deines Lebensplans schwingst. Fühle seine oder ihre Energie wie eine lichtvolle Kugel, die sich in deinem Herzen immer weiter ausdehnt. Du bist sicher und geborgen.*

Ruhe.

*Blicke nun hinunter. Unter dir taucht ein kristallklarer See auf. Mitten in diesem See liegt eine kleine Insel im Sonnenschein. Meterhohe weiße Hortensienbüsche bewachsen die Insel. Viele exotische Vögel, die in allen Farben leuchten, leben in ihnen. Sie fliegen dir entgegen und begrüßen dich. Lass dir von ihnen den Weg zu mir zeigen.*

*Du schwebst tiefer und siehst unter dir ein Gebäude aus reinem Kristall, das in Form einer Acht gebaut ist. Ich stehe draußen vor dem Tempel, dort wo sich beide Nadelöhre treffen und kreuzen, und warte auf dich. Komme langsam an.*

Ruhe.

*Sei mir begrüßt. Wir betreten nun gemeinsam den Tempel in der Mitte und halten inne. Ich reiche dir ein weißes Gewand. Es ist das gleiche, das ich auch trage. Lege es an und nimm dann von mir die violette Schärpe als Geschenk während deines Aufenthalts.*

Ruhe.

*Nun überdenke nochmals deinen Wunsch, ein altes Muster zu erkennen. Formuliere deinen Antrag nochmals und werde dir der großen Verantwortung für dich selbst bewusst. Ich gebe dir Zeit.*

Ruhe. (Längere Pause)

*Gut, wollen wir uns auf den Weg machen. Visualisiere nun die Form der Acht, die mein Tempel aufweist. Ich werde dich nur begleiten*

*und dir die einzelnen Stationen erklären. Wir begeben uns zunächst nach rechts in die eine Hälfte der Acht. Die Sonne beleuchtet den Tempel, der aus reinem Bergkristall besteht. Gehe einfach vorwärts. Noch niemals hast du dich in einem helleren Raum befunden. Es ist gleich, wohin du schaust, immer begegnest du dir selbst.*

*Zunächst siehst du dich so, wie du jetzt bist. Dein Spiegelbild spricht zu dir. Es hat das heutige Muster erkannt und fragt dich nach deinen Gefühlen dazu. Erkläre sie ihm.*

Ruhe.

*Gehe weiter. Dein Spiegelbild verändert sich. Du bist bedeutend jünger. Erinnerung dich an diese Zeit. Erkläre deinem Spiegelbild, wie du damals dein Muster empfunden hast. Es hört dir ruhig zu.*

Ruhe.

*Gehe weiter. Du befindest dich jetzt im oberen Bogen des Nadelöhrs. Dort siehst du dich als kleines Kind im Spiegel deiner selbst. Es tauchen Situationen und Menschen auf. Beschreibe das Muster zu dieser Zeit. Dein Spiegelbild zeigt großes Verständnis.*

Ruhe.

*Gehe weiter. Du siehst deine Mutter, wie sie dich als Ungeborenes durch die Welt trägt. Konzentriere dich ganz genau. Du bist dir in diesem Moment all deiner Muster bewusst. Auch das Muster, das du heute mitgebracht hast, ist dir bekannt. Fühle die unbegrenzte Gewissheit, dass es dir gelingen wird, in diesem anstehenden Leben dein Muster zu erkennen und aufzulösen. Es ist eine ungeahnte Macht, die sich in diesem Moment in deinem Solarplexus bemerkbar macht. Genieße sie und manifestiere sie auf deine Art.*

Ruhe.

*Gehe weiter. Du siehst dich in einem hellen, warmen Licht. Geborgenheit und Sicherheit umgeben dich. Dein göttlicher, freier Wille ist dir bewusst. Du hast dich entschieden, in ein neues Leben zu gehen, und weißt, dass dein künftiger Körper gerade entsteht. Es ist dir ein großes Bedürfnis, deine Muster endgültig zu erkennen und zu bearbeiten. Du fühlst dich stark und ungebunden.*

Ruhe.

*Du bist weit gegangen. Wir befinden uns nun wieder am Kreuzungspunkt der Nadelöhre. Gemeinsam folgen wir der Bewegung der Acht auf die andere Seite. Wir betreten deine Vergangenheit, deine Geschichte. Ich werde mich hier ganz zurückhalten. Du wirst den Tempel nun in deiner Führung durchschreiten. Ich bleibe bei dir. Bleibe nicht stehen, bis ich es dir sage. Während du wanderst, wirst du dich in vielen Verkleidungen und mit vielen neuen Gesichtern sehen. Versuche bewusst, in jeder Situation dein Muster zu erkennen. Definiere seine Veränderung. Achte dabei auf Kleinigkeiten. Sei ehrlich zu dir selbst, auch wenn du einmal glaubst, es könnte unmöglich dein Spiegelbild sein. Lerne so die Faszination der Zeitalter kennen. Bemühe dich, alles an dir zu lieben und respektvoll anzunehmen. Du wirst auch erkennen, was dich dazu bewegte, deine Richtung zu verändern.*

*Nun mache dich auf den Weg. Erkenne dich selbst. Nur so wirst du es akzeptieren können.*

*Ruhe. (Lange Pause mit leiser Musik)*

*Halte inne. Du hast gut gearbeitet. Wir haben das Nadelöhr fast durchwandert. Jetzt geht es darum, das ursprüngliche Muster zu entdecken. Du weißt, es muss einmal sehr positiv gewesen sein. Bitte nun deinen geistigen Führer, dir dieses Muster in seiner reinen Form zu offenbaren. Verschaffe dir selbst Klarheit über den Ausgangspunkt deines Musters. Er oder sie wird dir alle positiven Merkmale aufzeigen. Nimm sie auf und fühle die Freude der Geburt des Positiven.*

*Ruhe. (Leise Musik)*

*All das Gute bewahre in deinem Herzen. Nur dieses Gute wirst du mitnehmen auf deine Heimreise. Es soll dich begleiten auf neue Wege, denn das alte Muster beginnt nun, seine Gültigkeit zu verlieren. Du hast genug getan und erlebt, um es immer weiter zu kultivieren und Zeiten anzupassen, die längst neue Erwartungen an dich stellten.*

*Wir haben wieder die Kreuzung der Nadelöhre erreicht. Die Acht ist das Zeichen der Unendlichkeit. Sie zeigt dir, dass du lernen musst, Raum und Zeit als unendlich zu sehen im Sinne deiner Existenz im Universum. In Atlantis gab es noch die Möglichkeit, den Weg durch die Acht umgekehrt einzuschlagen. Dort konntet ihr voraussehen,*

*was ihr gerade im Begriffe wart, an Mustern aufzubauen. Viele hielten es nicht für möglich. Deshalb müsst ihr nun den Weg zurück zum Ursprung gehen.*

*Dann wird es möglich, neue Wege zu beschreiten, mit neuen, reinen und positiven Mustern. Diese gilt es möglichst rein zu halten.*

*Gib mir nun die Schärpe wieder zurück und lege das weiße Gewand ab. Als Zeichen meines Respekts übergebe ich dir einen Diamanten. Er soll dein Herz und deine Seele rein halten, damit dich die Klarheit deines neuen Musters, das du selbst kreieren wirst, nie verlasse. Habe den Mut und gehe nun wieder deiner Wege. Denke immer an meine Worte:*

*Mein klares und reines Muster hat mich dazu bewogen, den irdischen Weg im göttlichen Vertrauen zu beschreiten. Ihm will ich dienen. Ich verzeihe mir einen jeden Irrtum und bitte meine Führung, mir mein Muster zu bewahren.*

*Ruhe.*

*Wir treten gemeinsam aus meinem Tempel heraus. Du musst mich nun verlassen. Kehre jederzeit zurück, wenn du das Bedürfnis hast. Die lichtvolle Kugel in deinem Herzen wird dir wieder stärker bewusst. Du bist geschützt und geführt. Leicht und friedlich schwebst du davon. Unter dir wird die Acht kleiner und kleiner.*

*Ruhe.*

*Du fühlst wieder deinen Körper und schlägst tiefe Wurzeln in die Erde. Öffne deine Augen und atme tief ein und aus.*

*Adonai – Micale, dein Freund*

## Mantra



*“Vater aller Dinge, führe mich an die reine Klarheit meines Plans.  
Zeige mir den Weg der zwölf Tugenden.”*



## Text von Micalè für Kinder

Nun mein kleiner Freund (meine kleine Freundin), ich bin Micalè, der für die alten Muster zuständig ist. Wenn ich das so dahinsage, wird es dir bestimmt sehr rätselhaft erscheinen. Ich könnte mir denken, dass du sagst: Was will der denn von mir? Alte Muster!

Am besten ist es, wenn ich dir einfach ein Beispiel aus meinem Leben in Atlantis erzähle. Vielleicht fällt dir dabei dann auch ein altes Muster bei dir selbst ein. Also pass auf.

Ich habe schon einmal berichtet, dass ich in Atlantis bereits als Kind ein sehr kluges Kerlchen war. Meine Eltern merkten, dass ich hellichtig war. Es äußerte sich dadurch, dass ich vieles bei den Menschen voraussehen konnte, wenn ich mit ihnen zusammen war. Aber weißt du, das darf man nicht immer laut sagen, da es viele Menschen nicht glauben würden. Sie müssen es selbst erfahren. Aber dabei kann man ihnen helfen.

Wir hatten in Atlantis die sogenannten Ältesten, die weit weg in ihren Tempeln lebten. Es waren Männer und Frauen mit uralter Weisheit und ganz viel Liebe zu den Kindern. Dort konnten wir ausgebildet werden. Du kannst es heute mit einem Internat vergleichen, in dem sich die Kinder sehr wohlfühlen, weil man sie sehr liebt und

gut betreut. So beschlossen meine Eltern damals, mich in die Hände der Ältesten zu geben, damit ich möglichst viel von ihnen lernen konnte. Obwohl ich voraussah, dass es mir dort sehr gut gehen würde, fiel es mir sehr schwer, meine Eltern und Geschwister zu verlassen. Ich wusste, dass ich sie sehr lange nicht mehr sehen würde. Großes Heimweh überkam mich, als ich die erste Zeit dort verbrachte. Ich war mir bewusst, dass man nur das Beste für mich wollte, und trotzdem weinte ich jede Nacht. Dann wurde ich älter und erwachsener. Es gefiel mir dort, und ich war ein sehr guter Schüler.

Eines Tages kamen meine Eltern zu Besuch. Ich freute mich von ganzem Herzen und erzählte ihnen, was alles passiert war. Sie waren stolz auf mich. Nach zwei Tagen mussten sie mich wieder verlassen. Ich wollte es nicht wahrhaben. Wieder begann ich zu weinen wie damals, als ich von zu Hause wegmusste. Ich fühlte mich genauso elend wie vor Jahren. Da spürte ich, dass ich etwas in meiner Erinnerung behalten hatte. Mein Vater sagte:

“Junge, du bist schon so groß und weißt, dass wir immer an dich denken. Es dauert nicht mehr lange, dann kannst du wieder nach Hause kommen. Dann bist du ein Mann und wirst eine tolle Arbeit machen.”

Trotzdem fühlte ich diese Trauer im Herzen. Als sie weg waren, ging es mir bald wieder besser. Alles war beim Alten.

Jahre später wurde ich meinen Abschlussprüfungen unterzogen, die mich auf eine wertvolle Arbeit mit Menschen vorbereiteten. Vergleiche es mit eurem Abitur. Alles verlief bestens, und ich wurde sehr gelobt. Dann hieß es Abschied nehmen und nach Hause zurückkehren. Du wirst es nicht glauben, aber jetzt erging es mir schon wieder so. Ich weinte, weil ich meine wunderbaren Lehrer für immer verlassen musste. Mein Herz krampfte sich zusammen. Da nahm mich einer der Ältesten zur Seite und sagte zu mir:

“Mein guter Freund, jetzt stehst du vor deiner größten Prüfung. Bis jetzt hast du alles gut gemacht, doch genau das, was dich noch immer schmerzt, wird zu Hause deine Aufgabe sein. Du wirst den Menschen helfen müssen, ihre Muster zu bereinigen. Dein altes

Muster ist der Abschiedsschmerz. Alles begann einmal, weil du einen wichtigen Schritt tun wolltest, der aber schmerzte, weil du ihn nicht nur als wunderbar empfandest. Jede Trennung ist ein Neuanfang, und doch bleiben wir alle verbunden im göttlichen Plan. Nichts ist für immer verloren. Bewahre immer nur das Gute eines Moments. Und nun gehe zu den Menschen. In unseren Herzen sind wir immer verbunden, aber ohne Schmerz.”

Endlich hatte ich es verstanden. Dankbar ging ich nach Hause. Ich wusste, meine Schule war zu Ende, und ich war erwachsen. Meine Eltern freuten sich, als ich wiederkam und feierten ein großes Fest. Doch dann lernte ich, viele Menschen loszulassen. Mein Vater verließ die Erde, um zu Gott zu gehen. Ich durfte mit vielen Menschen arbeiten und ihnen helfen, die Muster bei sich zu erkennen und gleich wieder aufzulösen. Das hatte ich ja gelernt. Nicht alle waren davon begeistert und verließen mich böse und beleidigt. Manchmal tat es schon ein wenig weh, aber ich wusste ja, dass alle nur ihrem freien Willen folgten, auch ich. Dann machte ich mich daran und erinnerte mich immer wieder an die Worte des Ältesten. Ich beschloss, in meinem Herzen Freude zu empfinden, wenn jemand zu neuen Wegen aufbrach. Wer nie eine Reise antritt, weiß nicht, wie schön die Welt ist. Es gibt immer eine Wiederkehr. Von da an freute ich mich über jeden, der sich aufmachte, wichtige Schritte zu tun, auch wenn es für viele immer schwieriger wurde.

Hast du das Prinzip des alten Musters verstanden? Ich hoffe ja. Und wenn du nun selbst ein ähnliches Muster mit dir herumschleppst, könnten wir es ja einmal gemeinsam betrachten. Es kann ein ganz anderes Muster sein, vielleicht im Zusammenleben mit deiner Familie oder Freunden, in der Schule oder wo auch immer du fühlst, dass sich Dinge wiederholen, die dich traurig oder ärgerlich stimmen. Besuch mich doch einfach in meinem Tempel. Wir kommen schon klar.

## Einstimmung (siehe Seite 16)

### Meditation

*In einiger Entfernung vor dir siehst du eine große weiße Wolke. Sie sieht aus wie ein riesiger, weicher Wattebausch und wird von vielen kleinen Engeln auf ihren Händen getragen. Mitten in der Wolke kannst du einen riesigen Teddybär erkennen. Er sieht aus wie ein Eisbär. In seinem Schoß ist gerade Platz für dich. Daneben sitzt Stephanus, mein Musterengel. Auch er hat einen Eisbär als Sofa. Schau, er winkt dir zu. Du fliegst nun genau auf die Wolke zu und lässt dich einfach in den Schoß des Teddybärs plumpsen. Ruhe dich dann erst einmal aus.*

Ruhe.

*Stephanus nimmt zärtlich deine Hand. Du kannst ihm vertrauen. Er ist ganz weise und kennt dich so gut, wie ich dich auch kenne. Dieser Engel holt alle Kinder auch nachts ab, wenn sie darum bitten, mich zu besuchen, um ihre alten Muster zu erkennen.*

*Die Wolke schwebt ganz leicht am Himmel. Unter dir siehst du ein wunderschönes Tal mit saftigen, grünen Wiesen, die mit vielen weißen Blumen übersät sind. Mitten in diesem Tal entdeckst du eine riesige Kugel aus Bergkristall. Sie ist mindestens so groß wie euer Haus und klar. Man könnte meinen, sie sei aus Glas. Eure Wolke schwebt langsam zur Erde, aber dennoch landet sie nicht. Kannst du mich sehen? Ich stehe da und klettere zu euch in die Wolke. Auch für mich ist ein Eisbär da.*

Ruhe.

*Ich freue mich sehr, dass du mit Stephanus hierhergekommen bist. Nun ist es aber an der Zeit, dass du uns ganz genau erklärst, wie du dein altes Muster empfindest. Nimm dir Zeit. Wir hören dir zu.*

Ruhe. (Längere Pause)

*Jetzt schau aufmerksam in die Kugel. Siehst du dort die Menschen und das Geschehen? Sie stellen deine Situation dar. Auch du bist*

dort zu finden. *Es ist dein Spiegelbild. Alles spiegelt deine Situation. So wie es immer abläuft. Wir zeigen dir also, wie du dich sonst so verhältst. Kennst du die Situation?*

Ruhe.

*Jetzt pass auf. Es kommt eine andere weiße Wolke vorbei. Viele kleine Engel transportieren sie. Sie zieht an uns vorbei. Schau jetzt nochmals in die Kugel. Das Bild darin hat sich verändert. Stephanus hat eine andere Zeit deines Lebens durch die Wolke in die Kugel ziehen lassen. Schau hinein. Du bist viel jünger. Welches Alter hast du ungefähr? Denk dabei an meine Geschichte. Wie hast du damals dein Muster schon erlebt? Erinner dich und erzähle es uns.*

Ruhe.

*Siehst du, dass auch deine Eltern oder Freunde viel jünger sind? Wie reagierten sie zu dieser Zeit? Was empfindest du? Freust du dich oder bist du traurig? Was ist damals geschehen, dass du heute noch das Muster in dir trägst?*

Ruhe.

*Wieder fliegt eine weiße Wolke, von Engeln getragen, vorbei. Und wieder hat Stephanus eine andere Zeit durch die Wolke in die Kugel ziehen lassen. Aber sieh mal genau hin. Was du da siehst, kennst du nicht sofort. Ist es ein ganz anderes Land? Sehen die Menschen anders aus als heute? Kennst du sie überhaupt? Wie siehst du eigentlich aus? Finde dich dort, denn du weißt genau, wer du bist. Nimm dir Zeit.*

Ruhe.

*Weißt du, wir befinden uns jetzt in einem längst vergangenen Leben von dir. Du weißt ja, dass du schon oft gelebt hast. Und jetzt beginnt sich die Kugel langsam zu drehen. Wie ein Karussell dreht sie sich, aber sehr langsam. Du siehst dich in der Kugel mit ganz vielen Gesichtern und vielen Menschen. Aber dein Verhalten, oder sagen wir dein Muster, ist immer gleich. Sieh in Ruhe hin.*

Ruhe. (Längere Pause)

*Jetzt bitten wir beide Stephanus darum, dir zu zeigen, wie du dich ganz zu Anfang gefühlt hast, als du dich entschieden hast, deinen*

*Weg zu beschreiten. Denk daran, wie ich damals wusste, dass die Schule bei den Ältesten mir nur Gutes bringen würde. Wie war das bei dir? Kannst du es herausfinden? Es hat dir sehr gut gefallen, glaube mir. Nimm dir wieder genug Zeit und merke dir alles Gute, was dir begegnet.*

Ruhe.

*Weißt du, das Gute, das du gesehen hast, ist noch heute vorhanden. Aber die Welt hat sich verändert, genau wie du und wir alle. Alles, was dich traurig macht oder manchmal ärgert, kann man loslassen, weißt du? Was immer du einmal begonnen hast, auch wenn es sehr lange her ist, war dir von Gott geschenkt, damit du es gerne tust. Deshalb machen wir jetzt eine Übung. Schau, da kommt wieder eine weiße Wolke. In der Wolke sitzt jemand, der sieht aus wie du, als gäbe es dich zweimal, und lächelt dir zu. Es ist wieder dein Spiegelbild. In der Hand hält es einen großen Kelch aus Kristall. Das ist der Kelch der Reinheit. Die Wolke bleibt vor uns stehen. Das Wesen hält dir den Kelch entgegen. Gib vorsichtig alles Gute hinein, was du mitnehmen willst, und sage:*

*Trage mir mein reines Muster voraus, denn das bin ich wirklich. Ich möchte mich aus diesem Kelch immer bedienen können. Er gehört mir alleine. Das Gute soll mir helfen, alles andere zu vergessen.*

Ruhe.

*Schau, dein Spiegelbild verneigt sich voller Bewunderung vor dir. Es weiß, dass du großartig gearbeitet hast. Dafür wird es dir vieles schenken. Die Wolke schwebt davon. Sie macht sich schon auf den Heimweg.*

*Ich möchte dir sagen, dass du eine große Prüfung bestanden hast, so wie ich damals bei den Ältesten, als ich sie verlassen musste. So will auch ich dich nach Hause schicken, nur mit dem Guten in der Erinnerung. Wann immer du zurückkommen willst, rufe Stephanus und mache dich auf den Weg. Du weißt ja, Muster gibt es viele. Jedes hatte einen guten Anfang. Alles andere ist wie alte Kleider, die längst nicht mehr passen.*

*Du musst dich jetzt von uns verabschieden. Schau, da kommt eine neue weiße Wolke mit vielen kleinen Engeln. Dein Eisbär lässt dich los, und leicht wie ein Luftballon schwebst du in diese Wolke. Wir winken dir noch zu. Du machst dich wieder auf den Heimweg über die Meere und Länder. Alles wird gut.*

Ruhe.

*Du wirst langsam wieder schwerer und fühlst deinen kleinen Körper. Atme in deinen Körper langsam und ruhig. Öffne deine Augen und schlage tiefe Wurzeln in die Erde.*

*Adonai – Micale, dein alter Freund*

## Mantra für Kinder



*“Alle meine Muster sind geboren aus dem Guten.  
Ich will sie erkennen und rein halten.”*

