

Heidi Findeis

DIE KRAFT DER NATURMYSTIK

Mit der Spiritualität der Natur
sich selbst spüren



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 in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Copyright © Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-414-8

1. Auflage 2013

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim

Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung verschiedener Motive von www.fotolia.de

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

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de



*Für das Licht, das wir sind,
und die Liebe, die uns miteinander verbindet.*





Inhalt

Einleitung	13
Es beginnt	15
Der Weg	
Die Traurigkeit und die Sehnsucht in unseren Herzen	21
Die Heiligkeit unseres Lebens	23
Die Natur als unser Lehrer	27
Das Geschenk des freien Willens	31
Die Retter unseres Planeten	35
Das Wichtigste auf unserem Weg	39
Die Sehnsucht	43
Der Wille	47
Das Vertrauen	53
Die Geduld und die Ausdauer	57
Der Weg hat bereits begonnen	67
Ankommen in sich selbst	77
Wahrnehmen und loben	
Gottes Geschenk an uns:	
Die Schönheit der Schöpfung	83
Die Liebe im Herzen finden	87
Freude – die immer gegenwärtige Qualität	91
Urteilen – beurteilen – verurteilen	95

Sich selbst spüren	99
Die Kraft des Augenblicks	103
Die Liebe des Waldes	109
Das Herz öffnen	115
Das Bewusstsein erweitern - die Wahrnehmung ausweiten	117
Dankbarkeit	
Dankbarkeit ist sanfte Liebe	123
Dankbarkeit ist der Schlüssel zur göttlichen Quelle	129
Die Gnade in uns	133
Die Dankbarkeit festigen	135
Annehmen	
Der Zauber des Lebens	143
Den freien Raum schaffen - loslassen	145
Unsere Kindheit	149
Glaubenssätze, Denk- und Verhaltensmuster	155
Gefühle	159
Materielle Güter	165
Erfüllt sein - annehmen	169
Dienen	
Wahres Dienen ist Einssein mit Gott	175
Mitgefühl	177
Die Macht der Liebe	181
Freude	187
Erschöpfung	191

Noch ein Wort zum Schluss	195
Du musst das Leben nicht verstehen	197
Danke	199
Literaturverzeichnis	201



Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen

*Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,
die sich über die Dinge ziehn.
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,
aber versuchen will ich ihn.*

*Ich kreise um Gott, den uralten Turm,
und ich kreise jahrtausendlang;
und ich weiß noch nicht:
Bin ich ein Falke, ein Sturm
oder ein großer Gesang?*

(Rainer Maria Rilke)



In “Die Kraft der Naturmystik” Heidi Findeis shares brilliant gems of wisdom. The book is a true treasure of tools for all seeking a life filled with deeper meaning. Heidi guides us in creating a life filled with love, light, compassion, and joy. This is such an important book for those of us yearning to be genuine and to live from a place of authenticity, connection, and truth.

*Sandra Ingerman,
Autorin von “Die Seele schützen” und
“Gut leben in schwieriger Zeit: Schamanische Techniken für
Gesundheit, Wohlstand und Frieden”.*



Einleitung

*Tu erst das Notwendige,
dann das Mögliche -
und plötzlich
schaffst du das Unmögliche.*
(Franz von Assisi)

Das Streben nach der Vereinigung mit dem Göttlichen hat seinen Ursprung in der schamanischen Weltanschauung. Es ist ein mystischer Weg, der uns hilft, das Göttliche in uns zu entdecken und auszudrücken. Damit sind die Schamanen die Urmystiker der Menschheit - Naturmystiker, die Gott in allen Dingen der Schöpfung erkennen.

Franz von Assisi (1182-1226) ist für mich der größte Naturmystiker aller Zeiten. Seine Liebe zur Natur, seine Verbundenheit mit allem Leben, seine Achtung vor den Elementen und sein nicht enden wollender Drang zu dienen ließen mich seine Liebe zur göttlichen Schöpfung erkennen. Welch ein wundervoller Frieden muss in einem Menschen leben, der sich in einem solchen Maß selbst hingibt für andere - ohne

jemals zum Opfer zu werden, sondern erfüllt ist von Dankbarkeit, dienen zu dürfen.

Er teilte den Weg zur Vereinigung mit dem Göttlichen in vier Schritte auf: Lobt die Schönheit der Schöpfung, dankt dafür, nehmt an, was euch geschenkt wird, und dient aus dieser Kraft heraus.

Diese vier Schritte habe ich auf unsere Zeit übertragen und ausgearbeitet, so dass es jedem möglich wird, sie zu gehen und sich auf dieses Erlebnis der Gotteserfahrung – der Naturmystik – einzulassen.

Somit ist der Schamanismus nicht nur eine Technik, die wir praktizieren, sondern eine Art zu leben. Er ist eine Möglichkeit, unser Leben zu bereichern und es groß werden zu lassen.

Geben wir uns dieser Anschauung hin, gehen wir den Weg der Vervollkommnung und werden zu ganzheitlichen Wesen, die eins sind mit allem, was ist, und in einer Kraft leben, die Liebe heißt.



Es beginnt

“Wo bin ich?” Ich konnte mich nicht mehr spüren, stattdessen durchflutete mich ein Gefühl der Ruhe und des Friedens. Keine Aufregung – nur Stille in mir und um mich.

Eben war ich noch aus der Dunkelheit des Waldes in die Sonne hinausgetreten und stand auf einer Waldlichtung. Eine wunderschöne Wiese breitete sich vor mir aus. Ich blieb stehen. Ein Baum am Waldrand, etwa 50 Meter entfernt, zog meinen Blick auf sich. Im selben Moment dehnte sich mein Bewusstsein in rasender Geschwindigkeit über die Wiese zum Baum hin aus.

Mein Blick wanderte weiter zu einem Baum am Horizont viele Meter von mir entfernt, und sogleich raste mein Bewusstsein weiter über die Wiese zum Baum am Horizont.

Mich selbst konnte ich nicht mehr spüren, nicht mehr als Person wahrnehmen. Es war, als würde ich mich wie eine sanfte Wolke über die Landschaft legen. Oder eher *in* die Landschaft legen?

Ich war eins mit der Waldlichtung und mit den Bäumen ringsherum. Bis zum Horizont war ich ausgeweitet. War ich

das wirklich? Und wo war ich? Ich konnte mich nicht mehr spüren. Ein Ich gab es nicht mehr, sondern nur noch Bewusstsein im Lebensraum der Landschaft. Ich spürte mich überall gleichzeitig.

Wenn ich nun überall war, so konnte ich doch bestimmt aus einer höheren Perspektive hinunterschauen zu mir, zu dem Weg, auf dem ich eben noch gestanden hatte. Ich versuchte, mich zu finden, aber ein Sehen im gewohnten Sinn war nicht mehr möglich. Ich war nicht fähig, etwas Bestimmtes anzuschauen oder mit meinen Augen zu fixieren. Ich war nur noch Bewusstsein, in dem ein Betrachten nicht mehr möglich ist, in dem ich mich selbst nicht mehr spüren konnte. Wie eine Wolke aus reinem Bewusstsein lag ich da, schwebte ich. Nur noch sein – sich hingeben – ohne ein Ich.

Gleichmut, Stille, Frieden, Zeitlosigkeit.

Ich begann, mich diesem Zustand hinzugeben, ohne weiterzuforschen, ohne schauen zu wollen, ohne nachdenken zu wollen, ohne erfahren zu wollen – nichts mehr wollen – mich einfach nur hingeben und sein.

Nach einiger Zeit nahm ich die Energie eines Falken wahr, der sich von einem Baum erhob und auf die Waldlichtung flog, von der ich ein Teil war. Nun wurde auch er eins mit dieser Landschaft – eins mit mir, die nicht mehr als Ich existierte.

Er flog eine Kurve und zog mich mit seiner Energie mit. Ich folgte ihm langsam über die Wiese, und mit jedem Schritt begann ich, mich selbst wieder zu spüren.

Ich fühlte, wie meine Füße den Boden berührten, wie Mutter Erde mich in sich aufnahm als ihr Kind.

Mein Bewusstsein schrumpfte wieder zusammen und zog sich in meinen Körper zurück, und Schritt für Schritt kam ich wieder im Menschsein an.

Immer noch folgte ich dem Falken mit meinen Blicken, als er am Ende der Wiese noch einmal eine Kurve flog, um dann im Wald zu verschwinden. Bevor er verschwand, ließ er eine seiner Steuerungsfedern fallen. Sanft und weich hielten die Grashalme die Feder in ihren Armen.

Ich hob sie auf und strich zart mit meinen Fingern darüber. Dann flüsterte ich dem Falken ein Dankeschön zu und ging weiter.

Der Wald hatte mich wieder. Langsam ging ich den Weg entlang, die Feder sacht – und voller Achtung diesem wertvollen Geschenk gegenüber – in den Händen. Immer wieder betrachtete ich sie und strich mit meinen Fingern über dieses zarte Wunderwerk der Schöpfung.

Nichts ist für mich ohne Bedeutung, nichts geschieht einfach nur so. Und das, was gerade geschehen war, sollte mir etwas sagen – es war eine Botschaft, ein Hinweis der Geister dieses wunderschönen und geheimnisvollen Ortes. Ich spürte, dass die Feder in meinen Händen ein Wegweiser war, denn die Steuerungsfeder bestimmt die Richtung, in die der Vogel fliegt, die Richtung, in die das Zusammenspiel der göttlichen Energien ihn trägt. Der Falke hatte mir die Richtung gezeigt, mich mitgenommen im Bann seiner Kraft – und als Abschied hatte er mir seine Steuerungsfeder geschenkt. Ich wusste, dass die Feder mir zeigen konnte, wohin meine Reise ging. Meine Reise, die die Reise der gesamten Menschheit ist.

Der Falke hat mich aus dem Zustand des reinen Seins, des reinen Geistes geholt, mich zurück auf die Erde gestellt, um mir zu sagen: "Gehe auf Erden - getragen vom Flug des Geistes."

Dieser Flug ist nicht nur meiner. Es ist der Flug der gesamten Menschheit.

DER WEG





Die Traurigkeit und die Sehnsucht in unseren Herzen

*Die Traurigkeit ist das Los
der tiefen Seelen und der starken Intelligenzen.*

(Alexandre Vinet)

In Momenten der Stille, in Augenblicken der Ruhe oder des Alleinseins zeigt sich in der Tiefe unserer Seele ein Gefühl der Traurigkeit, welches jeder von uns in sich trägt und kennt – manchmal ist es deutlich zu spüren, manchmal kaum wahrnehmbar. Aber es ist da. Je feinfühler wir sind, umso häufiger und klarer können wir es spüren. Je weiter unsere Seele entwickelt ist, umso mehr wird diese Traurigkeit ein stetiger Begleiter in unserem Leben.

Durch die Erweiterung unseres Bewusstseins wird uns gewahr, was wir durch die Trennung von unserer Göttlichkeit alles verloren haben und wie arm uns dies gemacht hat. Die Erinnerung an die göttliche Verbindung gibt uns eine Ahnung davon, dass es im Einssein keine Einsamkeit und keine Traurigkeit gibt. Tief verborgen in unseren Seelen tragen wir

noch immer die Erinnerung an den Glanz, die Herrlichkeit und den Reichtum.

Es ist die Sehnsucht nach der Schönheit des Daseins, die diese Traurigkeit hervorgebracht hat.

Und es ist die Sehnsucht, die uns dazu treibt, uns auf den Weg zu machen – auf den Weg zu uns selbst, um zu erfahren, wer wir wirklich sind und warum wir hier sind.

Wer diesen Frieden im Einssein mit der Schöpfung nur einmal gespürt hat, der kann ihn nie mehr vergessen. Es ist der Friede, der sich ausbreitet, und die Liebe, die man selbst ist, ungetrennt von allem, kennt keine Worte.

Jeder sehnt sich nach diesen Augenblicken, in denen wir uns als eine Einheit spüren, nach dem Moment, der uns die Wahrheit eröffnet – und unsere Herzen weit werden lässt in der Unendlichkeit des Seins, in der Grenzenlosigkeit. Es ist ein innerer Drang, diesem Erleben zu folgen, denn dies ist der Zustand des Friedens und der Freiheit – des Friedens, der uns das Paradies zurückbringt, und der Freiheit, nach der wir uns sehnen.