



## Aus meiner Quelle

### Wahrnehmungserweiterung

Bist du bereit wahrzunehmen?  
Bist du bereit wahrzunehmen, wie es in dir ist?  
Bist du geöffnet für alles, was du bist?  
Für jeden Schmerz, jedes Gefühl, jede Verletzung?  
Nein?  
Nun, das ist nicht verwunderlich.  
Wenn du dich wirklich öffnen würdest für alles, was du bist,  
auf einen Schlag im Augenblick,  
so würdest du erschlagen, von dem, was in dir ist  
und noch nie gesehen wurde, nie wahrgenommen wurde.  
All deinen Schmerzen und Verletzungen würden sich dir zeigen  
auf einen Schlag im Augenblick,  
und das wäre zu viel für dich.  
Doch könntest du entscheiden, dich Schritt für Schritt zu öffnen,  
dich dir zu öffnen und all deinen Anteilen,  
indem du dich fragst, immer wieder:  
Wie ist es grad in mir? Was fühle ich?  
Um dir dann zu sagen:  
Und es darf sein, was in mir ist, ich bin jetzt da für mich  
und alles, was ich fühlen kann, auch wenn es schmerzhaft ist.  
So kann es in mir heilen und meinen Raum erweitern  
und meine Kraft befreien, Schritt für Schritt.  
Wenn du so vorgehst, immer wieder,  
wirst du dich Schritt für Schritt befreien von alten Schmerzen, alten Lasten.  
Du gibst dir das, was dir das Außen niemals gab und auch heute nicht geben kann.  
Du bist mit dir und all dem, was in dir ist und nimmst es an.  
So schulst du deine Wahrnehmung, zunächst für dich selbst.  
Und gleichzeitig erweitert sich dein Raum  
und damit deine Wahrnehmung im Außen,  
die immer feiner wird.  
Denn alles, was du zu dir nimmst in dir und annimmst, wie es ist,  
hat Resonanz im Außen, was du nun auch sehen kannst und fühlen kannst,  
wenn du es in dir annimmst.  
So kannst du immer mehr erkennen, weil du weit geöffnet bist  
für dich und für das Außen  
auf immer feineren Ebenen.  
Und so hebt sich der Schleier für deine Wahrnehmung  
auf immer neuen Ebenen,  
zunächst in deinem Raum und dann im Außen.  
Und dann wundert dich nicht mehr, was du erfahren kannst,  
wenn du andere Welten mehr und mehr erkennen kannst.  
Denn wenn dein Herz geöffnet ist für dich,  
ist es auch geöffnet für alle Dimensionen,  
aus denen du empfängst.