

*Du bist vollkommen frei. Alles, was du erlebst, erlebst du, weil du es angezogen hast. Deine Freiheit geht so weit, dass du dich sogar für die Sklaverei entscheiden kannst.*

## Kapitel 7

### Den Sinn des Lebens entdecken

Es gibt außer dir selbst niemanden, der innerhalb deiner Lebenssphäre irgendetwas erschafft. Und auch du kannst nichts innerhalb der Lebenssphäre eines anderen Menschen erschaffen. Jedes Wesen, das physische Form angenommen hat, ist ein unabhängiger, selbstständiger Schöpfer.

Wenn du anfängst, dich auf umfassendere Weise wahrzunehmen und dein Gesamtwesen zu erkennen, statt nur dein physisches Wesen, dann wirst du verstehen, dass du die Erfahrungen deines Lebens selbst gewählt hast. Dann wirst du auch verstehen, dass du bereits vor deiner Geburt Entscheidungen in Bezug auf das getroffen hast, was du in diesem Leben erfahren und erreichen wolltest.

Viele von euch suchen nach dem Sinn ihres Lebens. Ihr wollt wissen, warum ihr hier seid und welchen Sinn die materielle Existenz für euch hat, aber ihr seid noch nicht bereit, dies von einer umfassenderen Perspektive aus zu tun. Solange ihr nur aus der materiellen Perspektive sucht, werdet ihr die Antworten nicht finden.

Du bist hier in diesem materiellen Leben, weil du es so gewollt hast. Wir raten dir nicht, dass du deine physische Wahrnehmung und den materiellen Kontakt mit der Erde aufgibst, um Kontakt zu anderen Dimensionen aufzunehmen. Wir ermutigen dich aber, das eine mit dem anderen zu verbinden. Wir ermutigen dich, dir deines inneren Wesens bewusst zu werden und aktiv den Kontakt mit ihm zu suchen, denn die Vereinigung mit dem inneren Wesen wird alle Aspekte deines materiellen Lebens ungeheuer bereichern.

### *Eine Übung, um den Kontakt mit der inneren Welt herzustellen*

Um die innere Welt zu spüren, musst du zuerst die Sinne zur Ruhe bringen und deine Aufmerksamkeit von der äußeren Welt abziehen. Diesem Vorgang sind viele Namen gegeben worden, einer davon ist Meditation.

Setz dich an einen ruhigen Ort, mach es dir bequem, schließ die Augen - und sei einfach. Stelle vorher sicher, dass du nicht gestört werden kannst. Wenn du bequem sitzt, fange an, deinen Verstand zur Ruhe zu bringen. Das ist am Anfang nicht leicht, da dein Verstand es gewohnt ist, unablässig zu arbeiten. Nimm dir für diese Meditation täglich 15 bis 20 Minuten Zeit. Die Tageszeit ist nicht wichtig, es muss auch nicht immer zur selben Zeit sein, wichtig ist nur, dass du dir jeden Tag Zeit dafür nimmst.

Wenn du deinen Verstand zum Verstummen gebracht hast, indem du dich etwa auf deine Atmung konzentrierst, und wenn du die äußere Welt nicht mehr wahrnimmst, dann wirst du die innere Welt erfahren können. Da dies für jeden Menschen anders ist, solltest du deine Erfahrungen nicht

mit denen anderer Menschen vergleichen. Die Absicht eines Vergleichs besteht darin, herauszufinden, wer besser ist, und darum geht es hier nicht.

Warum sollte man sich überhaupt der inneren Welt gewahr werden? Wenn du verstehst, dass du ein viel umfassenderes, weitaus erfahreneres, älteres Wesen bist, als du bisher angenommen hast, dann wirst du sofort erkennen, welche Vorteile es hat, mit diesem Wesen in Kontakt zu kommen und mit ihm zu kommunizieren. Jeder Mensch empfängt bereits Botschaften von seinem inneren Wesen in Form von Gefühlen, aber du kannst noch viel mehr Informationen und Hilfe bekommen, wenn du dies wünschst. Wenn du die äußere Welt vorübergehend ausschließt und die innere Welt spürst, öffnest du einen Kommunikationskanal zwischen der materiellen und der inneren Dimension. Dann kann dich dein inneres Wesen leichter führen und du kannst ihm besser mitteilen, welche Intentionen du zur Zeit hast.

Die Kommunikation geht eben nicht nur in eine Richtung von innen nach außen, sondern auch von außen nach innen. Durch diesen Kommunikationskanal kannst du deinem inneren Wesen deine Absichten mitteilen. Und wenn dieser Kanal einmal funktioniert und die Verbindung hergestellt ist, wirst du ungeheuren Nutzen aus der Kommunikation mit deinem inneren Wesen ziehen.

Sobald du beschlossen hast, den Kanal zwischen der materiellen und der geistigen Dimension zu öffnen, musst du es nur noch zulassen, damit es Realität wird. Daher ist es auch so wichtig, vor jeder Meditation eine Intention zu formulieren. Wenn es deine Absicht ist, den Kanal zwischen den Dimensionen zu etablieren, damit du klare Botschaften empfangen kannst, dann formuliere das so. Wenn es lediglich deine Absicht ist, dich eine Weile von der äußeren Welt

zurückzuziehen, um dich zu entspannen und zu erholen,  
dann formuliere das. Du selbst bist der Schöpfer dessen, was  
du in der Meditation erleben wirst.