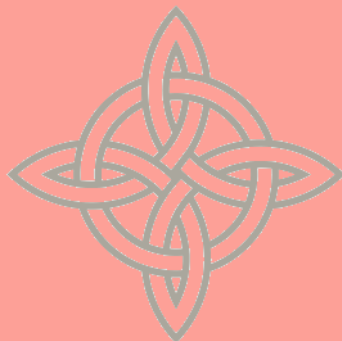


Ein WEG der
TRANSFORMATION



Dieses kleine Handbuch kann dir eine Hilfe sein, Änderungen in deinem Leben herbeizuführen.

Ob du Ängste erkennen und überwinden willst oder ein bestimmtes Ziel erreichen möchtest, in beiden Fällen bietet es dir eine einfache Möglichkeit, den gewünschten Zustand zu erreichen.

*Dabei nutzen wir das **Transformations Karten Set**.*

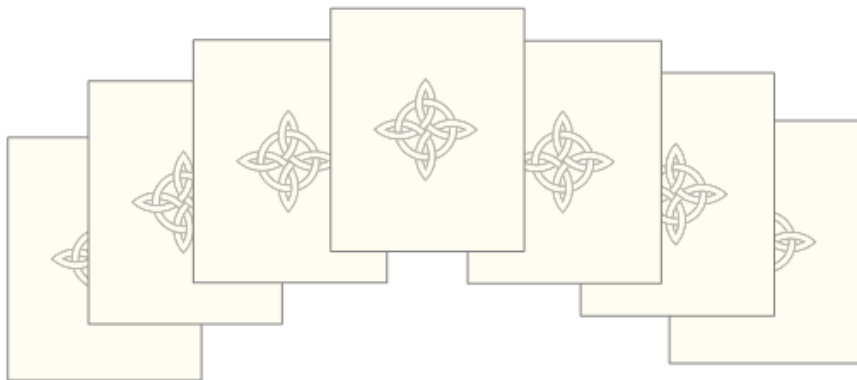




Ziehe eine Karte

Lege die Karten verdeckt vor dich hin.

Denke an eine Situation, bei der du dir Unterstützung wünschst.
Ziehe dazu eine Karte, die dir hilft, mit der Situation besser umzugehen.



Nimm die Energie (Qualität) in dich auf.

Du kannst dir dabei vorstellen, mit jedem Einatmen diese Qualität in dich einströmen zu lassen.

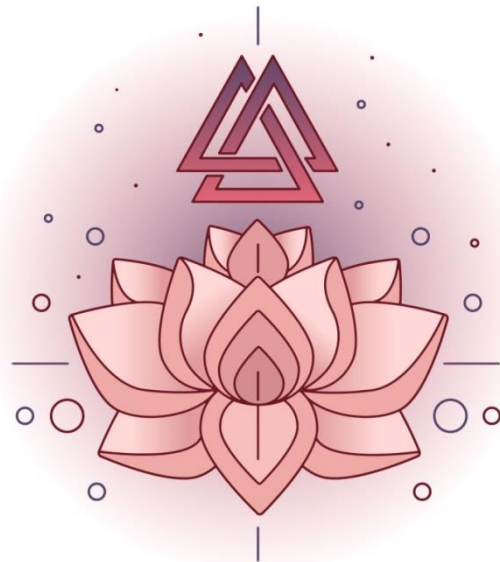
Stelle ein Glas Wasser auf die Karte und lass die Energie in das Wasser einfließen.
Davon kannst du dann gleich oder im Laufe des Tages immer wieder trinken.



Energien einströmen lassen

Lies die nachfolgende Liste laut und langsam vor und setze in die Leerstellen die entsprechende Qualität ein, z.B. „Ich atme Liebe ein“.

Ich atme... ein.
...strömt in mich ein.
... durchströmt mich.
Meine Zellen erfüllen sich mit
Ich sehe ...
Ich höre ...
Ich rieche ...
Ich schmecke ...
Ich fühle ...
Ich bin erfüllt von
Ich bin von ... umgeben.
Ich bade in ...
Ich denke ... Gedanken.
Meine Gedanken sind von ... erfüllt.
Mein Leben ist voller ...
Ich bin erfüllt von ...
... erfüllt mein ganzes Sein.
Es geschieht mir ein Leben voller ...
Ich strahle ... aus.
Ich bin ...
Von allen Seiten und allen Ebenen strahlt ... in mein Leben.



Es ist sehr angenehm, sich die Sätze z.B. mit einem Diktiergerät oder Handy aufzunehmen und sich anzuhören.

Wahlweise findest du auch auf der Webseite die eine oder andere Qualität als Audio.



Meine Lebensaufgabe

Oft verbinden wir die Frage „*Was ist meine Lebensaufgabe?*“ mit einer bestimmten Tätigkeit. Wir denken, dass wir nur den richtigen Beruf oder die passenden Umstände finden müssen, damit sich unsere Lebensaufgabe erfüllt.

Doch das muss nicht unbedingt so sein. Unsere Seele verfolgt oft einen anderen Plan. Sie ist weniger daran interessiert, *was* wir tun, sondern vielmehr *was* wir sind und *welche Qualitäten* wir in unser Leben bringen und mit der Welt teilen.

Vielleicht hat sich deine Seele vorgenommen, mehr Liebe, Freude, Leichtigkeit oder Inspiration in die Welt zu tragen – um andere zu unterstützen oder die Welt ein kleines Stück schöner zu machen.

Das bedeutet: Es kommt nicht nur darauf an, **was** wir tun, sondern vor allem darauf, **wie** wir etwas tun.

Natürlich lassen sich bestimmte Qualitäten in manchen Tätigkeiten leichter ausdrücken. Doch wenn wir unsere Aufmerksamkeit auf die Qualität richten, eröffnen sich oft viele verschiedene Wege, sie zu leben.

Du kannst dich fragen:

- Welche Qualität möchte meine Seele in diesem Leben erfahren?
- Welche Qualität möchte sie in die Welt bringen?
- Welche Qualität möchte sie in dieser Welt weiterentwickeln?

Es ist auch möglich, dass deine Seele lernen möchte, ihr Licht trotz schwieriger Umstände strahlen zu lassen. Das würde bedeuten, dass du deinem Weg auch dann folgst, wenn Herausforderungen auftauchen und es Schwierigkeiten zu überwinden gilt. Manchmal erschafft sie bewusst diese Situationen um bestimmte Qualitäten stärker zu entwickeln.



Meine Gaben

Lege die Karten vor dich hin und gehe mit folgenden Fragen nach innen.
Lege dabei deine Hand auf dein Herz und spüre einen Moment in dich hinein.

Frage dich:

Welche Qualität(en) möchte ich in mein Leben und in die Welt bringen?

Ziehe dann eine oder mehrere Karten.

Meine Aufgaben

Stelle dir anschließend eine weitere Frage:

Welche Qualität(en) möchte ich in diesem Leben noch mehr erfahren?

Ziehe dann eine oder mehrere Karten

Auch hier hilft es, die Hand auf dein Herz zu legen und zu spüren, welche Antwort
aus deinem Inneren kommt.

Denn oft weiß dein Herz bereits, wonach deine Seele sich sehnt.



Finde nun den Platz, der den **erfüllten Zustand** repräsentiert.

Setze dich dort hin und lasse die Energie in dich einströmen.

Ziehe eine oder mehrere Karten, die dir dabei helfen, diesen Zustand noch besser in dich aufzunehmen.

Gehe deine Liste immer wieder durch und ergänze und erweitere sie mit neuen Ideen und noch schöneren Gedanken.

Tipp!

Beginne ein „Mein ideales Leben“ Buch. Schreibe, wann immer dir etwas einfällt was du dir wünschst, dich inspiriert oder dir gefällt, auf. Achte darauf, dass du es so formulierst als hättest du es bereits in deinem Leben. Fühle, rieche, schmecke, sehe und höre wie es sich anfühlt und freue dich daran. Sei dankbar dafür.



Herausforderungen entdecken

Wenn du dein Leben verbessern möchtest, aber nicht genau weißt wie und was dich davon abhält, kannst du mit folgender Vorgehensweise beginnen.

Nimm dir 3 Karten z.B. Mut, Wahrheit, Göttliches Bewusstsein und stelle jeweils ein Glas Wasser darauf.

Nach 2-3 Minuten nimm ein Blatt Papier und schreibe als Kopfzeile „Ängste und Begrenzungen“.

Nimm einen Schluck Mut oder Wahrheit oder göttliches Bewusstsein oder am besten alle drei. Bitte deine geistigen Helfer um Unterstützung.

Beginne dann so viele Ängste oder Begrenzungen aufzuschreiben wie dir einfallen.



Nimm nun ein zweites Blatt und drehe die Sätze ins Positive um, so dass sie das Gegenteil oder die überwundene Angst / Begrenzung ausdrücken.

Formuliere daraus ein Ziel, das die überwundene Angst beschreibt.
z.B. wenn deine Herausforderung lautet: „*ich fühle mich unwohl, alleine zu reisen*“, könnte die Umkehrung lauten: „*ich fühle mich sicher und geborgen, wenn ich alleine auf Reisen bin*“.

Achte dabei darauf, dass es sich um eine positive Formulierung handelt.

Dazu kannst du einen Schluck aus dem Glas Bewusstheit oder Heilung nehmen.



Ziele

Nicht alle Ziele führen uns automatisch zu einem besseren Leben oder verbesserten Lebensumständen. Haben sich z.B. konditionierte Bilder und Vorstellungen in unsere Gedanken eingeschlichen, die menschliche Bedürfnisse mit speziellen Produkten oder Umständen verknüpfen, so müssen wir uns fragen, ob diese wirklich zu unserem höchsten Wohl beitragen und uns das erwünschte Ergebnis bringen.

Fragen wir uns daher:

Was würde Gott (das Universum, die Seele) sich für mich wünschen?

Was trägt zum höchsten Wohl aller Beteiligten bei?

Gehe mit diesen Fragen nach innen und erlaube dir, dass vor deinem geistigen Auge Bilder oder Visionen entstehen.



Woran erkenne ich, dass meine Bilder aus einer göttlichen Inspiration stammen? Es fühlt sich gut an, befreiend und leicht. Botschaften aus höheren Ebenen inspirieren dich, sie beleben und erfrischen deinen Geist und ein Gefühl der Leichtigkeit und Freude stellt sich ein. Gedanken wie: „ich sollte, ich muss, ...“ entstammen meist nicht aus dieser Quelle.



Aufstellungen

Hast du dein Ziel / erwünschten Zustand formuliert, finde einen Platz im Raum, an dem du dieses Ziel erreicht hast und lege dort ein Kissen und diesen Zettel hin. Er symbolisiert den Zustand an dem du dieses Ziel **bereits erreicht** oder die **Essenz verwirklicht** hast!

Stell dir nun vor, dass eine Lichtsäule diesen Platz erhellt und er sich dadurch noch heller und schöner gestaltet, als du ihn dir vorgestellt hast. So als würde ein Scheinwerfer diese Stelle sanft erleuchten.

Nimm dann Platz auf dem Kissen und entspanne dich.

Lass dich von der Energie an dieser Stelle durchströmen.
Du musst dazu nichts tun.

Frage dich:

Wie fühle ich mich an meinem Ziel?

Gibt es Anspannungen oder Unwohlsein in meinem Körper?

Fühle ich mich freudig, inspiriert und lebendig?

Welche Gedanken gehen mir durch den Kopf?

Vielleicht kannst du spüren wie eine bestimmte Energie in dich einströmt oder auch nicht. Vielleicht kommen Gedanken wie dein Leben aussieht, wenn du dein Ziel erreicht hast, vielleicht auch nicht.

Sitze so lange wie es sich für dich richtig und stimmig anfühlt.

Tauchen unangenehme Gefühle, Unwohlsein oder Glaubenssätze auf, die dich von deinem Ziel abhalten wollen, so nimm diese liebevoll an. Entscheide dich, sie loszulassen und atme sie ruhig aus.

Es kann auch hilfreich sein, mehrere Zwischenschritte (Stationen) einzuführen, wenn du spürst, dass auftauchende Gedanken oder Glaubenssätze mehr Aufmerksamkeit und eine genauere Betrachtung sowie Umkehrung brauchen.



Du kannst zu jedem Kissen eine Karte legen, die dich an dieser Stelle unterstützt, z.B. Heilung, Mut oder Zuversicht.

Wiederhole das Sitzen in nächster Zeit so oft du magst, bis du die Energie vollständig integriert hast. Dabei sollte sich dieser Platz angenehm und vertraut anfühlen. Wiederhole die Übung so lange, bis sich dieser Platz vollkommen natürlich, richtig und gut anfühlt und keine Spannungen oder Unwohlsein mehr vorhanden sind.

Dabei ist es hilfreich, die Kissen und die Karten immer an die gleiche Stelle zu legen.





Erwünschter Zustand:



Unterstützende Qualitäten:

Gedanken und Erkenntnisse:

Was kann ich heute tun, um mein Ziel zu erreichen:



Gesetz der Manifestation

Bewusste Schöpfung beginnt nicht im Außen, sondern im Inneren. Alles, was wir im Leben erfahren, ist Ausdruck unseres Bewusstseinszustandes – eine Resonanz auf das, was wir über uns selbst, über das Leben und über unsere Möglichkeiten glauben. Manifestation ist daher kein Akt des Wünschens, sondern ein **Zustand des Seins**.

Der erste Schritt jeder bewussten Schöpfung ist Erkenntnis. Wir erkennen, dass wir nicht getrennt vom Leben stehen, sondern Teil eines intelligenten, ordnenden Prinzips sind. In diesem Verständnis übernehmen wir Verantwortung für unser Erleben – nicht als Schuld, sondern als Rückverbindung zu unserer schöpferischen Kraft. Was wir im Außen sehen, zeigt uns, wo wir innerlich stehen.

Aus dieser Erkenntnis entsteht Annahme. Annahme bedeutet, dem gegenwärtigen Moment innerlich zuzustimmen. Nicht, weil alles perfekt ist, sondern weil Widerstand die natürliche Ordnung blockiert. Wo Annahme ist, entspannt sich das System. Dort beginnt Heilung. Dort beginnt Bewegung.

Bewusstsein und Gefühl sind untrennbar miteinander verbunden. Jeder Gedanke trägt eine Schwingung, jedes Gefühl eine Information. Unser emotionaler Zustand ist daher kein Zufall, sondern ein präziser Wegweiser. Er zeigt uns, ob wir im Einklang mit unserem wahren Wesen sind. Freude, Weite und Leichtigkeit weisen auf Übereinstimmung hin. Enge, Angst und Schwere zeigen inneren Widerstand.

Bewusste Schöpfung bedeutet, sich nicht auf das Ergebnis zu fixieren, sondern auf den inneren Zustand, aus dem heraus das Leben antwortet. Wir wählen nicht zuerst das Ziel, sondern die Qualität des Seins, die dieses Ziel bereits in sich trägt. Frieden, Vertrauen, Fülle oder Freiheit sind keine Belohnungen am Ende des Weges – sie sind der Weg selbst.

Bevor wir in die aktive Handlung gehen, nehmen wir daher erst den gewünschten Zustand geistig in Besitz.

Gemäß dem Motto:
„Erst gewinnen, dann beginnen“

Wenn innere Ordnung und emotionale Stimmigkeit zusammenkommen, entsteht Erlauben. Erlauben ist das Loslassen von Kontrolle. Es ist das stille Vertrauen, dass das Leben uns entgegenkommt, wenn wir aufhören, es zu bekämpfen. In diesem Zustand entstehen Handlungen nicht aus Mangel oder Angst, sondern aus Klarheit und Inspiration.

Die integrierte Methode der bewussten Schöpfung ist kein Werkzeugkasten, sondern ein Bewusstseinsraum. Sie lädt uns ein, uns zu erinnern, wer wir sind: schöpferische Wesen in Resonanz mit einem intelligenten Feld. Je klarer unser Bewusstsein und je stimmiger unser Gefühl, desto natürlicher formt sich unsere Realität.

Manifestation ist dann kein Ziel mehr, sondern ein Nebenprodukt innerer Ausrichtung. Das Leben folgt dem Bewusstsein – immer.





Zulassen

Der letzte und zugleich wichtigste Schritt für eine erfolgreiche Manifestation ist das Zulassen. Zulassen bedeutet, frei von Zweifeln und negativen Glaubensmustern zu sein.

Wenn es dir schwerfällt, dich in den gewünschten Zustand hineinzusetzen, kann es hilfreich sein, in kleinen Schritten zu beginnen. Wünschst du dir zum Beispiel mehr Geld, verfügst aber aktuell nur über ein kleines Vermögen, dann stelle dir zunächst vor, 10 % oder 20 % mehr zu besitzen. Das wirkt glaubhafter – und genau dadurch auch leichter erreichbar. Auf diese Weise kannst du dich Schritt für Schritt deinem Ziel annähern.

Hilfreich können dabei folgende Formulierungen sein:

„Ich bin auf dem besten Weg....“

„Ich bin auf dem besten Weg, reich zu werden.“

„Ich bin auf dem besten Weg, den richtigen Partner zu finden.“

„Jeder neue Tag bringt mir neue Möglichkeiten und führt mich näher zu meinem Ziel.“

Wichtig ist, dass du dich auf das positive Ergebnis konzentrierst. Du kannst dir jede Situation wie einen Stab mit zwei Enden vorstellen: Das eine steht für die Anwesenheit, das andere für die Abwesenheit dessen, was du dir wünschst. Wenn sich deine Gedanken überwiegend um die Abwesenheit drehen – etwa durch Fragen wie „Warum ist es noch nicht da?“ oder „Wie soll das überhaupt funktionieren?“ – richtest du deinen Fokus auf den Mangel. Dadurch verhinderst du, dass sich das Gewünschte verwirklicht. Richte dich dann wieder auf das positive Ende aus und der entsprechende Erfolg lässt sich nicht verhindern.

Nun aber viel Freude ...

Die Karten

Liebe

love amour amor



amor

Erfüllung

fulfillment épanouissement satisfación



satisfación

Erdung

grounding Fondamentaux Fundamentos



Fundamentos

Glück

fortune bonheur fortuna



fortuna

Stille

silence silencio



silencio

Fülle

abundance abundance abundancia



abundancia

SELBST BEWUSSTSEIN

self confidence conscienced e sa propre valeu seguridad en sí mismo



seguridad en sí mismo

Heilung

healing guérison curacion



curacion

GÖTTLICHES BEWUSSTSEIN

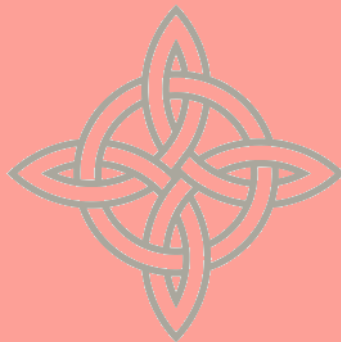
Divine consciousness conscience divine Conciencia divina



Conciencia divina

Weitere Karten findest du im Transformations Karten Set:





Infos

www.transformationswege.org

Pathik Rauch