

Schlüssel zum Aufstieg ins Licht

Um aufsteigen zu können, müssen wir in unseren Herzen das Leben eines Kindes führen. Der Kopf blockiert das Herz, und um aufzusteigen, muss das Herz den Kopf führen. Ein Kind hat die magischen Eigenschaften der Unschuld.

Dies bedeutet, unsere Essenz zu leben und unseren Gefühlen treu zu bleiben. Der Kopf zerstört den Enthusiasmus, die Freude und die Naivität unseres wahren Selbst.

Um aufzusteigen, müssen wir alle Aspekte unseres Lebens meistern.

Checkliste und Anleitung für den Aufstieg

Die Grundlagen

1. Sei du selbst. Versuche nicht, jemand zu sein, der du nicht bist.
2. Tue nur, was dir getan werden soll.
3. Erkenne Gott in allen Dingen.

Die physische Ebene

4. Kläre und reinige dein Haus. Lass Überflüssiges los. Wo physischer Schmutz ist, ist auch psychische Verunreinigung.
5. Ernähre dich nach Möglichkeit leicht, biologisch und vegetarisch.
6. Mache Körperübungen.
7. Sorge für ausreichend Schlaf.
8. Nimm dir Zeit, um Spaß zu haben.
9. Erschaffe dir nützliche Routine und Rhythmen in deinem Leben.

Die emotionale Ebene

10. Kümmere dich um dein inneres Kind.
11. Stärke dich auf emotionaler Ebene, sodass dich niemand verärgern oder beeinflussen kann.
12. Erschaffe dir kosmisch-weise Eltern, die dich nähren, schützen und ermutigen.
13. Erledige deine Aufgaben und lass andere ihre erledigen.
14. Versetze dich in die Sichtweise von anderen Menschen.

15. Sei dir der guten Eigenschaften deiner Feinde bewusst.
16. Verzeihe.
17. Sei offen und großzügig.
18. Höre mit dem Herzen zu, damit du verstehst, und nicht mit dem Verstand, mit dem du nur reagierst.

Die geistige Ebene

19. Erfülle deinen Geist mit Mantras.
20. Mache täglich Affirmationen.
21. Bleibe in allen Situationen ruhig und zentriert.
22. Lasse emotionale und materielle Sehnsüchte los.
23. Übernimm für dein Leben die volle Verantwortung.
24. Halte nach den Signalen und Wegweisern Ausschau, die deinen Weg auf der Erde bestimmen.

Entscheidungen

25. Suche dir deine Freunde und Partner mit Sorgfalt aus.
26. Wähle deine Gedanken, Worte und Handlungen mit Sorgfalt.
27. Lese nur solche Dinge und schaue dir nur solche Sendungen und Filme an, die deine Schwingung erhöhen.
28. Tue alles nur in Maßen. Meistere deine Süchte und Exzesse.
29. Kultiviere höhere Eigenschaften wie Freundlichkeit, Großzügigkeit und Fürsorge.

Erinnere dich

30. Akzeptiere, dass alles und jeder göttlich ist. Gott ist im Baum und in der Küchenschabe. Behandle beide dementsprechend.
31. Segne deine Feinde wie auch deine Freunde. Sie sind alle Teil der Göttlichen Einheit.
32. Übergib Gott deine Sorgen und hole sie nicht zurück.
33. Erwinnere dich daran, dass Herausforderungen Gelegenheiten für Wachstum sind. Wenn du nicht bereit gewesen wärest, hätte man sie dir nicht angeboten.

Schutz

- 34. Bitte die Engel, dich zu beschützen und dir zu helfen.
- 35. Schütze dich mit Methoden die sich für dich richtig anfühlen.

Kreatives Visualisieren

- 36. Denke daran, dass kreatives Visualisieren der Baustein für dein zukünftiges Leben ist.
- 37. Visualisiere, wie die Mauern um dein Herz fallen.
- 38. Visualisiere, was du erschaffen möchtest.
- 39. Visualisiere, wie andere das bekommen, was sie brauchen.

Spirituelle Praxis

- 40. Lache viel und nimm das Leben leicht.
- 41. Meditiere täglich und pflege die stillen Momente der Besinnung.
- 42. Gib immer Dank und Segen.
- 43. Bete oft und voller Hingabe. Verbinde dich mit den Engeln, geistigen Führern und Aufgestiegenen Meistern.
- 44. Lies spirituelle Bücher.
- 45. Schweigen ist Gold. Wenn du nichts Gutes zu sagen hast, sage nichts.

Dienst

- 46. Hilf dem Planeten und anderen Menschen.
- 47. Denke daran, dass die Leiden eines anderen Menschen letztlich deine eigenen Leiden sind. Biete deine helfende Hand an.
- 48. Erfülle deine täglichen Pflichten und langweiligen Aufgaben mit Würde.
- 49. Sai Baba sagt: "Hände, die helfen, sind heiliger als Hände, die beten."

Die wichtigste Frage

- 50. Frage dich: "Würde ein Aufgestiegener Meister dies denken, sagen oder tun?"