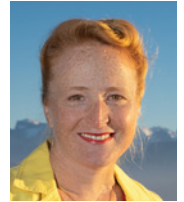


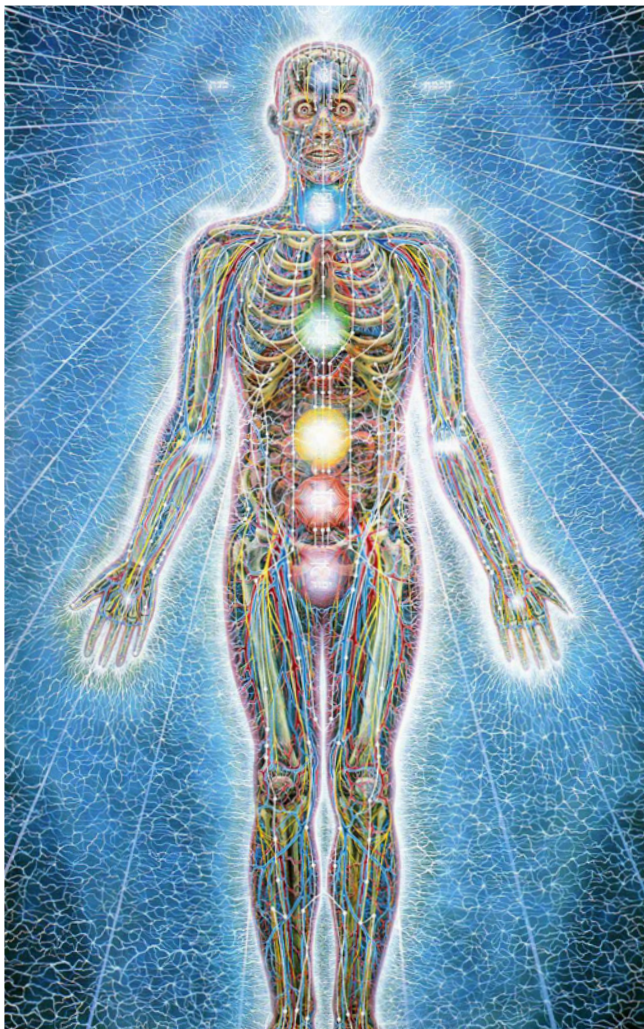
WIR SIND ALLE LICHT!

«IHR SEID DAS LICHT DER WELT!» MATTHÄUS 5,14

Marianne Camenzind



Eigentlich sind wir alle pures Licht. Wie einzelne Sonnenstrahlen sind wir weisses Licht, das bei der Inkarnation in einen Körper wie auf ein Prisma trifft: Die Seele wird in ihre drei Wesensbestandteile aufgefächert – Körper, Bewusstsein und Seele. (Neale Donald Walsch: «Ein unerwartetes Gespräch mit Gott», Seite 213)



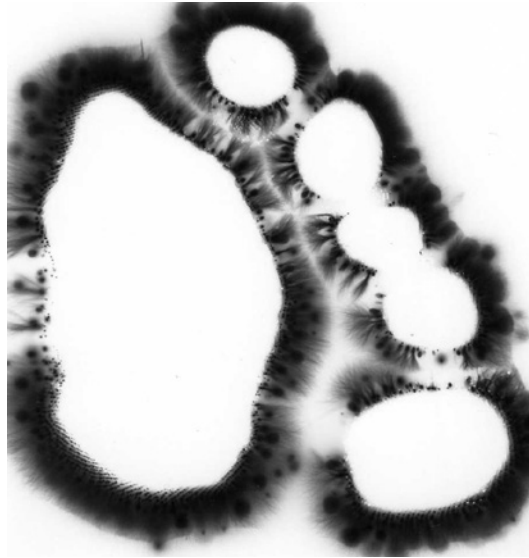
Der Körper hat die langsamste Schwingung bzw. die tiefste Frequenz. Es ist wie das Element Wasser, das in der Kälte gefriert: Wir können den Eisblock anfassen, zerschneiden oder ihn jemanden an den Kopf werfen. Genau so können wir unseren physischen Körper anfassen, ihn operieren oder jemandem damit Schaden zufügen.

Das Bewusstsein hat eine höhere Schwingungsfrequenz. Es ist wie flüssiges Wasser: Es ist schwieriger zu fassen, durchdringt saugfähiges Gewebe und erfüllt Lebewesen mit neuer Kraft. Genau so kann unser Geist einmal da und dort sein, kann Aufgaben mit neuer Energie beleben und unser Leben mit Sinn und Wachstum erfüllen.

Die Seele hat die höchste Frequenz und ist schwerlich fassbar. Der Vergleich mit Wasser hilft auch hier zu verstehen, warum die hohe Energie der Seele unfassbare, unbegreifliche Fähigkeiten hat: Wenn Wasser so viel Wärme in sich trägt, dass es zu Dampf wird, können unsere physischen Sinne dies als Luftfeuchtigkeit kaum wahrnehmen. Wasser als feinste Wassertröpfchen ist zwar noch da, aber unsichtbar und «un-begreif-bar». Der Wasserdampf ist sozusagen «spirituelles Geist-Wasser», das auf einer höheren Frequenz schwingt.

Der Körper ist wie ein Prisma, welches das weisse Licht in die Spektralfarben aufspaltet. Diese Anteile des weissen Lichtes strahlen durch die Chakren heraus wie die Regenbogenfarben: Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau, Violett. Man könnte den Körper mit einem Haus vergleichen, welches durch die Fenster (Chakren) das Licht der Seele herausstrahlt.

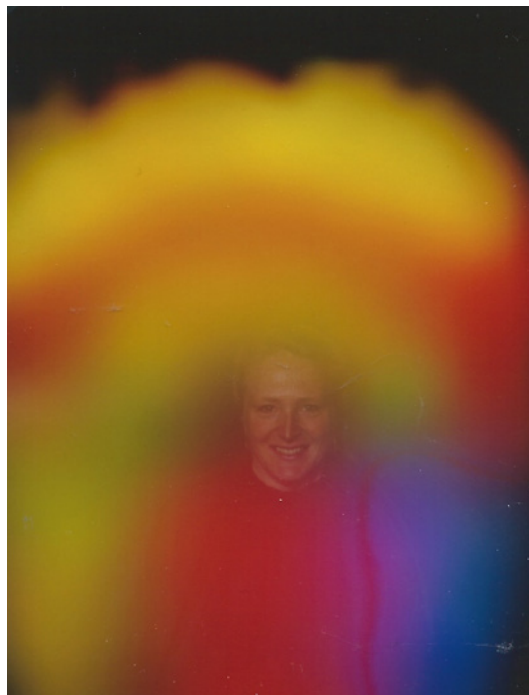
Auch die Meridiane sind Lichtleitungen, wie Stromleitungen in einem Haus, die von den Sicherungskästen (Chakren) her alle Bereiche mit Energie versorgen. Die Akupunkturpunkte vergleiche ich mit elektrischen Schaltstellen auf diesen «Lichtbahnen», wie Trudi Thali sie nennt.



So, wie jedes elektrische Gerät ein Energiefeld erzeugt, das zum Teil mehrere Meter darum herum messbar ist, hat auch der Energiekörper Mensch (und jedes Wesen) ein elektromagnetisches Feld, das messbar ist. Mit der Kirlianfotografie wird die innerste Schicht (Ätherkörper) dargestellt, wenige Zentimeter vom Körper weg.

Mit der Aurafotografie werden die höheren Frequenzen vom Emotional- und Mentalkörper in all seinen Farben gezeigt. Beide bildgebende Verfahren sind jedoch immer Momentaufnahmen, die von einer Stunde auf die andere, je nach energetisch-emotioneller Verfassung, komplett ändern können! Zusammenfassend darf gesagt werden, dass Gott ein ziemlich energiegelades und vor allem farbiges Wesen sein muss, wenn es im alten Testament heisst: «Gott schuf den Menschen zu seinem Bilde.» 1. Mose 1,27

Warum aber verdecken die Menschen ihr inneres und äusseres Licht? Warum verhüllen sie sich in schwarze Kleider? Aus Angst, dieses farbiges, einzigartige Licht leuchten zu lassen und darum angegriffen zu werden? Ich habe auch schon gehört, ich ziehe mich wie ein Teenager oder gar wie ein Papagei an, aber so bin ich nun Mal! Laut meinem Aurabild vor zwei Jahren habe ich alle Farben präsent (jedenfalls damals). Das bedeutet, dass ich alle Aspekte des Lebens lebe (manchmal einfach etwas zu wild). Es heisst nun auch im Neuen Testament: «So lasst euer Licht leuchten vor den Leuten, damit sie eure guten Werke sehen und euren Vater im Himmel preisen.» (Matthäus 5,16) Das bedeutet, dass un-

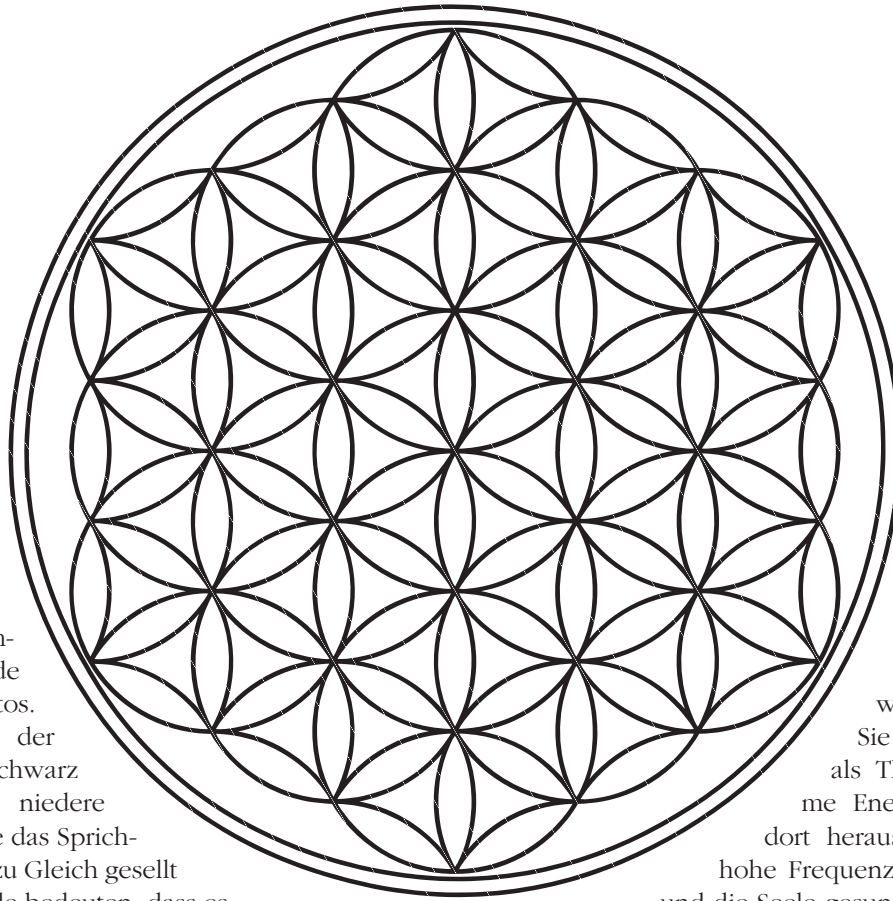


ser Leben farbig sein darf, denn wir sind alle Licht und wir sollen diese verschiedenen Aspekte dieses Lichtes zeigen! Wenn wir uns mit Schwarz zudecken, haben wir vielleicht das Gefühl, uns dahinter verstecken oder eine Schutzschicht über mich ziehen zu können. Die Frage ist jedoch: Brauche ich dies? Und wenn ja, warum? Weshalb glauben wir, mit schwarzen oder grauen Kleidern uns selber Gutes zu tun? Was will ich denn dahinter verstecken?

Eine blinde Frau wurde gefragt, wie sie Licht empfinde. Sie erklärte, dass sie Lichtmangel im Winter kompensiere mit regelmässigen Solariumaufenthalten, welche sie emotionell sehr stärken. Die Mediziner würden dies

nicht verstehen und können es ihr nicht erklären, aber sie empfinde diese Lichttherapie extrem wohltuend. Sie spüre ebenso stark auch die Farben ihrer Kleider und könne Schwarz nur als Hose oder Socken anziehen, jedenfalls müsse dies möglichst weit weg vom Herz sein. Ihre Aussage hat mir sehr zu denken gegeben: Eine blinde, hochsensible Frau spürt die Frequenz der Kleiderfarben so stark, dass sie keine schwarze Kleidung auf ihrem Oberkörper erträgt.

Wie wirkt denn Schwarz auf jene Menschen, die aus lauter Gewohnheit immer nur dunkle Kleider tragen, z.B. weil ihnen die Farbe ihrer Kleider nicht wichtig ist? Farbtherapeuten empfehlen, Schwarz nur als einzelne Teile oder als Accessoires, aber nur ausnahmsweise als Unterwäsche zu tragen, da Schwarz Energie nimmt und nicht abgibt. Eine abschliessende Antwort gibt es nicht, nur die Fakten: Schwarz schluckt alles. Schwarze



Autos sind im Sommer einige Grade heisser als helle Autos. Laut dem Gesetz der Resonanz zieht Schwarz also auch ähnlich niedere Frequenzen an. Wie das Sprichwort heisst: Gleich zu Gleich gesellt sich gern. Das würde bedeuten, dass es eine Illusion ist, mit schwarzen Kleidern eine Schutzfarbe zu tragen – im Gegenteil! Wie ein schwarzer Abfallsack schlucken schwarze Kleider das Licht, ziehen alle Energiefrequenzen an (auch die des Trägers) und geben nichts zurück. (Diese Eigenschaft kann uns natürlich auch nützlich sein, z.B. im Winter, wenn schwarze Kleidung schnell Sonne und somit Wärme aufsaugt.)

Wir aber sind Licht: Farblich, in allen Spektralfarben lebendig, in Resonanz mit allen Frequenzen des Lichtes, sofern wir dies zulassen wollen. Wenn ich also farbige Kleider anziehe (und sei es auch nur die Unterwäsche), so stärke ich in Resonanz mit den farbigen Chakren meine Energie: Jeden Tag anders, in neuer Kombination, je nach emotionellem Zustand, je nach den Anforderungen des Tages, denen ich mich stelle. Farbige Kleider in meinem (zugegeben) grossen Kleiderschrank sind für mich mein Fundus an «Aura-Soma»-Therapie.

Darüber hinaus sind Farben in unserem Umfeld natürlich auch stellvertretend für das, was wir von ihnen erwarten, zum Beispiel: Ein grünes Portemonnaie, das als Wachstumsfarbe eine Vermehrung des Geldes unterstützen kann (und nicht ein schwarzes Loch, worin alles auf Nimmerwiedersehen verschwindet). Oder ein helles Auto, das anderen Autos (rein von der Farbe her) Widerstandskraft bietet, indem man es von Weitem gut sieht und keine Anziehungskraft mit schwarzer Farbe besitzt, das zu einem Zusammenstoss verleitet.

Zurück zum Thema «Wir sind Licht»: Diese Ausstrahlung von Licht aus dem menschlichen Körper ist für je-

den sensitiven Menschen (und das sind wir alle) auch spürbar: Sie fühlt sich für mich als Therapeutin wie warme Energie an, die überall dort herausstrahlt, wo es eine hohe Frequenz hat, wo der Körper und die Seele gesund und stark ist.

Dort, wo es eine Blockade hat, wenig Energie vorhanden ist, da «zieht» es meine Hand hin. Es fühlt sich so an, als wäre da «nichts». Farblich gesehen ist es an Stellen mit niedriger Frequenz dunkel, bzw. kein Licht und keine gesunde Widerstandskraft.

Dieses Empfinden des Mangels an Licht im menschlichen Energiefeld deckt sich mit Christina von Dreien's Beschreibung (Bernadette von Dreien: «Christina, Zwillinge als Licht geboren», Govinda-Verlag) vom «Unlicht» – nämlich keine Wertung wie «böse» oder «schlecht» – sondern einfach «zuwenig Licht». Energieblockaden im Körper haben meist unbewusste, negative Programmierungen wie schlechte Erfahrungen und «unlichte» Glaubensmuster, sogenannte «Saboteure». Wie schwarze Farbe die Sonne anzieht, «saugt» es meine Hände dorthin, wo sich Lichtmankos im Körper befinden. Wenn ich den dort aktuellen Energielevel austeste, haben «unlichte», schwarze Stellen immer weniger als 50% Energie. Mit energiefördernden Massnahmen können diese «schwarzen Löcher» meist innerhalb einer oder zwei Stunden auf ein lichtvolles Niveau von über 80% gebracht werden. Sie bleiben jedoch nur dann auf diesem Level bestehen, wenn das Bewusstsein mitgezogen ist, bzw. wenn eine erhellende Erkenntnis oder ganz einfach mehr Liebe seinen Platz gefunden hat.

Wenn es nicht einzelne Stellen, sondern im ganzen Menschen zuwenig Licht hat, dann braucht es eine langfristige Erhöhung der Energie. Zum Beispiel mit lichtvollem Wasser: Man nehme frisches, kaltes Was-

ser, stelle es in einem Glasgefäss in die Sonne und trinke davon jede halbe Stunde. Im Winter kann das frische, aber kalte Wasser auch von einer anderen Licht- und Wärmequelle verbessert werden: Durch eine Kerze im Rechaud. Um eine weitere Erhöhung der Licht-Frequenz zu erzielen, können Kristalle und die Blume des Lebens eingesetzt werden. Der Kontakt mit dem Wasser sollte jedoch mindestens einige Minuten vorhanden sein.

Weiter hilft es dem Körper und der Seele, wenn wir uns (vor allem im Winter) «flüssige Sonne» zuführen, Vitamin D₃. Dieses Sonnenhormon ist massgeblich daran beteiligt, die optimale Zellfunktion und die seelische Gesundheit zu koordinieren, wie ein Dirigent das Orchester dirigiert. Es ist bekannt, dass ein Vitamin D-Mangel zu Depressionen führt. Darum empfiehlt es sich, zwischen Oktober und April, wenn in unseren Breitengraden praktisch keine UV-B-Strahlung vorhanden ist, sich täglich diese «materialisierte Sonnenkraft» zuzuführen.

Um den eigenen Lichtkörper zu stärken, hilft uns die Sonne jeden Tag, auch bei schlechtem Wetter: Man wendet sich der Sonne zu und verbindet sich mit der liegenden 8. Die Indianer begrüssen alle Elemente, jede Pflanze und jedes Tier und natürlich auch «Vater Son-

Warum ist es wichtig, zu seiner eigenen Energie Sorge zu tragen? Weil: Ein ausbalanciertes Meridiansystem, harmonisch funktionierende Chakren und ein starkes Energiefeld...

...lässt uns gelassen der Welt gegenüberstehen.

...hilft, Negatives abperlen zu lassen.

...hält Selbstheilungskräfte optimal am Laufen.

...stärkt das Selbstbewusstsein im Hier und Jetzt.

...motiviert uns, auf dem eigenen Weg zu bleiben.

...erlaubt schnellstmögliche Entwicklung.

ne» mit den Worten «Aho! Mitakoye Oyasin!». Dies heisst: Gegrüsst seien alle meine Verwandten! Sie fühlen sich mit jedem Lebewesen verbunden und drücken dies mit dieser Anrede aus. Zu Ehren von «Vater» Sonne betonen sie die Wichtigkeit des täglichen Morgengrusses und ehren diesen energiespendenden Verwandten mit einem jährlichen Sonnentanz, der vier Tage dauert. Wir Europäer können die Wertschätzung für die Sonne und unser Lichtkörper stärken mit der Verbindung durch die 8, welche die Sonne und mich umfasst.

«Positive Gedanken sind der beste Start für die Reise auf die Sonnenseite.» Jeremy A. White

Das Allerwichtigste zur Verstärkung des inneren Lichtes ist jedoch die persönliche Ausrichtung auf lichtvolle Gedanken und Gefühle: positive Einstellung, Bejahung, Zuversicht, Optimismus, Akzeptanz, Wohlwollen, Sinnfindung, Wertschätzung, Gelassenheit, Dankbarkeit, Zufriedenheit, Vergebung, Liebe, Freude, Freundschaft, Frieden, Glückseligkeit. Diese Gefühle und das daraus entstehende Verhalten holen uns aus einer tiefen Schwingungsfrequenz heraus und stabilisieren uns auf einem lichtvollen Niveau (David R. Hawkins: Level of Consciousness). Je häufiger und länger wir in positiven Gefühlen verweilen können und lichtvolle, klare Gedanken unseren Tag begleiten, desto eher gehen wir kontinuierlich einer «Erleuchtung» zu, erhöhen unsere Frequenz, verstärken unser Licht und vertreiben so das Unlicht.

«Mache dich auf und werde Licht, denn dein Licht kommt.» Jesaja 60,1

Hinweis: Nach der Mitgliederversammlung des Touch for Health-Vereins am 6. April spricht Rosmarie Sonderegger über «Bedeutung und Balancierungsmöglichkeiten mit den Chakren in der Kinesiologie» Siehe Touch for Health-Verein Schweiz Webseite www.tfh-verein.ch oder die Vereinsseite in diesem Forum.