

Zusammenfassung des Buches **Sara und die Eule** von E. u J. Hicks, Ansata Verlag

Sara ist ein 10jähriges Mädchen, das leidet unter den Ungerechtigkeiten, die es immer wieder sieht und unter den Hänseleien ihres jüngeren Bruders und dessen Freund.

Dank diesen beiden Knaben lernt sie aber die weise Eule „Salomon“ kennen, die sie in der „Kunst des Glücklichseins“ unterweist.

Nur die Menschen brauchen Namen, um Dinge zu begreifen.

Nur wenn du eine Frage stellst, hat die Antwort, die ich dir gebe, einen Wert für dich. Die vielen Antworten, die gegeben werden, ohne dass jemand eine Frage gestellt hat, sind reine Zeitverschwendung.

Eigentlich verständigen sich mehr Wesen durch Gedanken als mit Worten. Die Menschen sind die einzigen, die Worte benutzen. Denk mal darüber nach.

Nachdem Sara den Wunsch geäußert hat, sie möchte fliegen können, will Salomon wissen warum. Es fällt Sara sehr schwer, **wirklich** zu sagen wieso. Sie spricht nur darüber, was sie nicht möchte und warum sie es nicht möchte.

Sag mir jetzt, warum du fliegen möchtest, Sara. Wie wäre es wohl? Wie würde es sich anfühlen? Mach es wirklich für mich. Erklär mir mal, wie es sich anfühlen würde zu fliegen. Ich möchte nicht von dir hören, wie es auf der Erde ist, oder wie es ist, nicht fliegen zu können. Ich möchte, dass du mir erzählst, wie es ist zu fliegen.

Als du fühlen konntest, was genau du wolltest, bekamst du es augenblicklich. Deshalb möchte ich, dass du übst, an das zu denken, was du möchtest und warum du es möchtest, bis du es wirklich fühlen kannst. Das ist das Wichtigste, was du von mir lernen wirst, Sara.

In der Schule erlebt Sara, wie gemein einige Mitschüler mit einem neuen Schüler umgehen. Sie fragt Salomon: Warum sind die Leute so gemein? Sind denn wirklich alle Menschen gemein, Sara? Das war mir noch gar nicht aufgefallen. Wann bist du selber gemein, Sara?

Meistens wenn jemand anders zuerst gemein war zu mir. Ich glaube, ich werde dann gemein, um es ihm heimzuzahlen.

Und, hilft dir das?

Ja, antwortet Sara kleinlaut.

Und wie, Sara? Fühlst du dich besser danach? Ändert das etwas oder kannst du dadurch ihre Gemeinheit ungeschehen machen?

Wahrscheinlich nicht, murmelt Sara.

Nach meinen Erfahrungen setzt das nur noch mehr Gemeinheit in die Welt. Es ist so, als würdest du ein Glied in ihrer Kette des Schmerzes werden. Erst leiden sie, dann leidest du und dann trägst du dazu bei, dass jemand anders leidet und so weiter.

Aber wer hat denn mit dieser schrecklichen Kette des Schmerzes angefangen?

Es spielt eigentlich keine Rolle, wer damit angefangen hat. Wichtig ist, was du damit machst, wenn sie dich erreicht.

Es gibt also 3 wichtige Fragen:

- 1. Hilft das?**
- 2. Wie fühlst du dich?**
- 3. Ändert sich dadurch etwas?**

Es gibt 3 Schritte, um die Kette des Schmerzes zu durchbrechen.

1. Schritt: Ganz bewusst erkennen, was wir nicht wollen. Im Zweifel hilft uns unser Gefühl, darüber zu entscheiden.

Der **2. Schritt** besteht darin, uns zu entscheiden, was wir wollen.

Der 3. Schritt ist der wichtigste. Das was wir wirklich wollen, müssen wir richtig fühlen, darüber sprechen, uns vorstellen, wie es ist und am besten tun wir so, als ob wir es schon hätten. Auf jeden Fall müssen wir so lange daran denken, bis wir es richtig fühlen können, bis wir ein Gefühl des Wohlbehagens verspüren.

Warum ist der dritte Schritt der wichtigste, Salomon?

Weil du erst dann wirklich etwas veränderst, wenn du deine Gefühle verändert hast. So wirst du ein Glied der Kette des Glücks. Und das ist eine ganz natürliche Kette, Sara. Das ist es, was wir wirklich sind.

Aber wenn sie so natürlich ist, wenn sie das ist, was wir alle sind, warum fühlen sich dann nicht mehr Menschen öfter gut?

Die Menschen wollen, dass es ihnen gut geht und die meisten wollen auch sehr gern gut sein. Und das ist gerade ein Teil des Problems.

Was soll das heissen? Wie kann es ein Problem sein, wenn man gut sein möchte?

Also, Sara, die Leute möchten gut sein. Daher schauen sie sich an, wie andere Leute leben, um herauszufinden, was gut ist. Sie schauen sich die Verhältnisse an, in denen sie leben und dann sehen sie Dinge, die sie für gut halten und Dinge, die sie für schlecht halten.

Und das soll schlecht sein? Was soll denn daran schlecht sein, Salomon?

Mir ist aufgefallen, dass die meisten Menschen nicht darauf achten, wie sie sich fühlen, wenn sie sich die Verhältnisse - gut oder schlecht - anschauen. Und da läuft die Sache aus dem Ruder. Statt sich bewusst zu sein, dass sich das, was sie sich anschauen auf sie auswirkt, achten sie auf ihrer Suche nach dem Guten immer auf das Schlechte und versuchen es wegzudrängen. Das Problem dabei ist einfach, dass sie Glieder in der Kette des Schmerzes geworden sind, wenn sie immer das ablehnen, was sie für schlecht halten. Die Menschen sind mehr daran interessiert, sich die Verhältnisse anzuschauen, sie zu analysieren und zu vergleichen, als darauf zu achten, wie sie sich dabei fühlen. Und häufig ziehen die Verhältnisse sie wieder in die Kette des Schmerzes hinein.

Weil Dinge ausserhalb von euch selbst euer Leben bestimmen, sind viele von euch so frustriert.

Die beste Möglichkeit, aus der Kette des Schmerzes auszusteigen, ist, Gedanken der Anerkennung und Dankbarkeit zu denken.

Erkenne andere Menschen oder Situationen so gut wie möglich an, würdige sie, lerne sie schätzen, sei ihnen dankbar, erkenne das Gute in ihnen. Das ist die beste Möglichkeit, ein Glied in der Kette des Glücks zu werden.

Wir stecken dann in einer Falle, wenn unser Glück vom Verhalten anderer abhängt. Unser Glück hängt einzig und allein davon ab, worauf wir unsere Aufmerksamkeit richten. Dabei gilt, dass Gleich und Gleich sich anziehen.

Wenn du etwas siehst und dich dagegen wehrst und deshalb ständig daran denkst, dann verstärkst du das Negative.

An unseren Gefühlen können wir erkennen, mit wem oder was wir uns gerade auf einer Schwingungsebene befinden.

Die wahre Freiheit stellt sich erst dann ein, wenn wir uns bewusst sind, dass unser Glück von niemandem - ausser uns selbst - abhängt.

Wenn du einen Ort oder eine Situation hinter dir lässt, weil es dir dort nicht gefällt, wird es am nächsten Ort wieder genau so sein.

Es ist nicht deine Aufgabe nach einem vollkommenen Ort zu suchen, wo es einzig und allein Dinge gibt, die du magst. Deine Aufgabe ist es, auch an einem unvollkommenen Ort nach Dingen zu suchen, die du magst

Erinnere dich an „Gleich und gleich gesellt sich gern“. Wenn du etwas siehst, das dir nicht gefällt und du daran denkst und darüber redest, wirst du selber dazu. Dann ist es ganz gleich wohin du auch gehen magst, denn es ist immer schon da.

Salomon, ich vergesse das alles immer wieder.

Es ist ganz normal, es zu vergessen, denn wie die meisten Menschen hast ja auch du gelernt, einfach auf die Umstände zu reagieren. Sind diese gut, reagierst du darauf, indem du dich gut fühlst und umgekehrt.

Die meisten Menschen glauben, dass sie erst perfekte Verhältnisse finden müssen, um glücklich zu sein. Aber das ist äusserst frustrierend, denn sie entdecken schon bald, dass sie die Umstände nicht kontrollieren können.

Sara, du lernst jetzt, dass du nicht hier bist, um perfekte Verhältnisse zu finden. Du bist hier, um dich dafür zu entscheiden, Dinge und Menschen anzuerkennen und ihnen dankbar zu sein. Dadurch wirst du dieselbe Schwingungsebene wie die perfekten Verhältnisse erreichen und diese anziehen.

Die meisten Menschen machen es komplizierter als es ist, indem sie versuchen einen Sinn in den Verhältnissen zu entdecken. Es ist äusserst verwirrend, wenn man versucht zu verstehen, wie die Umstände entstanden sind und welche richtig und falsch sind. Man kann sich selbst damit verrückt machen, das alles herauszufinden. Aber wenn du einfach darauf achtest, ob dein Herz offen oder verschlossen ist, dann wird dein Leben viel einfacher und du wirst glücklicher sein.

Mein Herz offen? Was soll denn das schon wieder bedeuten? Wie kann denn mein Herz offen sein?

Sara, in jedem Augenblick strömt aus dem Universum positive Energie direkt in dein Herz. Diese Energie ist immer da. Aber nur wenn dein Herz offen ist, kann sie auch in dich hinein strömen. Du kennst doch das Gefühl, wenn dein Herz vor Freude hüpfet. Oder wenn du jemanden in dein Herz geschlossen hast. Oder wenn dir ganz warm ums Herz wird. Das sind Momente, in denen es ganz offen ist. Deine Aufgabe ist es, dein Herz möglichst immer offen zu halten. Die positive Energie ist immer da, aber du musst sie hereinlassen.

Wenn dein Herz offen ist, nimmst du Gemeinheit gar nicht als solche wahr. Einiges davon wird sich direkt vor deinen Augen verwandeln. Viele Menschen schwanken zwischen einem offenen und einem verschlossenen Herzen hin und her und wenn sie mit dir in Kontakt kommen, während dein Herz ganz geöffnet ist, lächeln sie dir zu oder begegnen dir einfach freundlicher. Du musst aber auch daran denken, dass sich ein offenes Herz nicht nur auf das auswirkt, was jetzt passiert. Es wirkt sich ebenso auf morgen und übermorgen aus. Je öfter du dich also heute gut

fühlst, desto öfter wird dir das, was morgen und übermorgen geschieht, gefallen.

Triff die Entscheidung, dass es keine Situation - und sei sie auch scheinbar noch so schrecklich - wert ist, dass du deshalb dein Herz verschliesst. Triff die Entscheidung, dass das Offenhalten deines Herzens das Allerwichtigste für dich ist.

Sage deshalb so oft du nur kannst:

„Ich halte mein Herz trotz allem offen!“

Durch die Entscheidung etwas zu tun können wir uns aus der Negativ-Spirale herausholen.

Sara ist erstaunt, dass sich ihr Lehrer ganz anders verhält und viel fröhlicher ist, gerade so wie wenn sie ihm „geholfen“ hätte.

Du hast es getan, indem du Mr. Jorgensen anerkannt und ihn schätzen gelernt hast. Weißt du, immer wenn du deine Aufmerksamkeit auf jemanden richtest und gleichzeitig in dir dieses wundervolle Gefühl der Dankbarkeit verspürst, trägst du zu seinem Wohlbefinden bei, weil er spürt, dass du ihn anerkennst und wirklich schätzt. Wann immer du dieses Gefühl der Wertschätzung oder Liebe verspürst, wann immer du etwas Positives in irgendjemandem oder irgendetwas siehst, hast du dein Herz geöffnet und empfängst positive Energie. Und das Schönste daran ist, dass eben auch die anderen mehr von dieser Energie empfangen.

Die Energie wird nämlich nicht weniger, wenn man sie teilt, sondern nimmt immer noch mehr zu. Immer wenn du einen Menschen wirklich liebst, anerkennst und schätzt, wirst du grosse Veränderungen an ihm wahrnehmen.

Gibt es einen Trick, wie man sein Herz offen hält, Salomon?

Du musst es einfach üben. Dann wirst du es immer besser können. Achte in den nächsten Tagen immer darauf, wie du dich fühlst, wenn du an etwas denkst. Du wirst sehen, dass es dir ganz wunderbar geht, wenn du dankbar bist, wenn du etwas genießt oder bewunderst. Das bedeutet, dass dein Herz offen ist. Aber wenn du Schuld zuweist, jemanden kritisierst oder an etwas herummäkelst, wird es dir nicht besonders gut gehen. Und das bedeutet, dass du dein Herz wieder verschlossen hast.

Auf dem Heimweg versucht Sara einer alten, etwas verwirrten Dame zu helfen. Sie hat Mitleid mit ihr und versucht ihr Herz zu öffnen, leider vergeblich. Sie bittet Salomon um Hilfe, doch dieser meldet sich nicht.

Am andern Tag erklärt er ihr wieso:

Denk daran, Sara, du kannst nicht ein Glied in der Kette des Schmerzes sein und gleichzeitig dein Herz offen halten. Entweder das eine oder das

andere. Wenn du eine unerwünschte Situation betrachtest und dich dann schlecht fühlst, dann erkennst du an diesem schlechten Gefühl, dass dein Herz nicht mehr offen ist. Und wenn du die positive Energie nicht mehr aufnehmen kannst, dann kannst du einem andern auch nichts davon abgeben. Auch wenn es schwierig scheint, du musst dich immer daran erinnern, dass deine wichtigste Aufgabe darin besteht, die Verbindung zur positiven Energie aufrecht zu halten und dein Herz zu öffnen. Deshalb musst du deine Gedanken so steuern, dass du dich gut fühlst. Mit andern Worten, Sara: Du musst dir der Verbindung zur positiven Energie stärker bewusst sein als der gegenwärtigen Situation. Das ist der Schlüssel.

Anschliessend macht Salomon Vorschläge, wie Sara die Situation hätte anschauen können:

Tante Zoie ist eine starke alte Frau. Ich glaube, ihr gefällt ihre Unabhängigkeit.

Selbst wenn jemand versuchen würde, sich um sie zu kümmern, hätte sie es wahrscheinlich gar nicht so gern.

Diese wunderbare alte Dame hat ein langes erfülltes Leben gehabt. Ich kann überhaupt nicht wissen, ob sie wirklich unglücklich ist.

Wahrscheinlich lebt sie genau so, wie sie leben will.

Ich wette, sie hat eine Menge toller Geschichten aus ihrem Leben zu erzählen. Ich werde sie ab und zu mal besuchen, um mehr darüber zu erfahren.

Wie du siehst, Sara, kannst du dir jemanden anschauen und dich dabei auf völlig unterschiedliche Aspekte konzentrieren. Und du kannst auf Grund deiner Gefühle feststellen, ob dir eine Situation weiterhilft oder ob sie dich hemmt.

Gerade als Sara sich frei und ohne Angst fühlt, erschrickt sie zu Tode und rennt um ihr Leben, weil sie fast auf eine grosse Schlange getreten wäre. Salomon kommentiert:

Es ist völlig normal, eine starke emotionale Reaktion zu haben, wenn du in einer Situation bist, die dir aus irgendeinem Grund nicht gefällt. Nicht deine spontane Situation bestimmt die Qualität deiner Schwingung, sondern sie wird nachhaltig erst dadurch bestimmt, wie du damit umgehst.

Was heisst denn das?

Was glaubst du, warum dich die Schlange so erschreckt hat, Sara?

Weil sie eine Schlange ist, Salomon! Schlangen sind schrecklich, Schlangen beißen einen, so dass man krank wird. Sie können einen sogar umbringen.

Sara, glaubst du, dass du dich durch die Worte, die du gerade gesagt hast, besser fühlst oder schlechter?

Siehst du, Sara. Das meinte ich, als ich sagte, dass das, was du damit machst, am wichtigsten ist. Wenn du dich so über Schlangen und all die furchtbaren Dinge auslässt, die diese Tiere möglicherweise tun könnten, hältst du diese Schwingung aufrecht - und es wird immer wahrscheinlicher, dass du weitere unangenehme Erfahrungen mit Schlangen anziehen wirst. Du solltest dir nicht etwas vorstellen und ein geistiges Bild von etwas aufrecht halten, was du nicht magst.

Also gut, Salomon, sag mir, was du tun würdest, wenn du ein Mädchen wärst und fast auf eine riesige Schlange getreten wärst.

Sara, zunächst einmal musst du dich daran erinnern, dass es dein wichtigstes Ziel ist, einen besseren Gefühlszustand zu erlangen. Wenn du ein anderes Ziel hast, kommst du nur vom Weg ab. Wenn du versuchst herauszufinden, wo sich überall Schlangen befinden, wird es dir schlechter gehen. Wenn du beschließt, so wachsam zu sein, dass dir nie wieder eine Schlange so nahe kommt, wirst du dich total überfordert fühlen. Wenn du versuchst, alle Schlangenarten zu kennen, damit du sie in „gut“ und „schlecht“ einteilen kannst, wirst du spüren, dass es unmöglich ist, das alles herauszufinden. Deine Situation wird dadurch nur noch schlimmer. Dein einziges Ziel sollte es sein, mit diesem Thema so umzugehen, dass dich der Anblick einer Schlange nicht mehr erschreckt. Zum Beispiel indem du sagst:

Diese grosse alte Schlange liegt einfach da um sich zu sonnen. Sie freut sich, dass der Winter vorüber ist. Für sie ist die Sonne genau so schön wie für mich. Oder: Diese grosse alte Schlange hat nicht das geringste Interesse an mir. Sie hat mich nicht einmal beachtet, als ich weggelaufen bin. Sie hat wahrscheinlich anderes zu tun, als kleine Mädchen zu beißen. Oder: Gut, dass ich so wachsam bin und die Schlange gesehen habe und über sie hinweg gesprungen bin, ohne sie zu stören. Die Schlange hätte dasselbe auch für mich getan.

Hätte sie das wirklich, woher weißt du das?

Hier leben überall Schlangen, Sara. Sie leben im Fluss und im Gras, durch das du gehst. Wenn du kommst, machen sie Platz. Sie wissen, dass genug Platz für alle da ist. Sie wissen um das vollkommene Gleichgewicht deines Planeten. Ihre Herzen sind weit geöffnet.

Salomon, denkst du, dass ich jemals wieder Angst vor Schlangen haben werde?

Kann schon sein, Sara, aber jetzt weißt du ja, was du zu tun hast.

Der kleine Bruder von Sara und sein Freund finden Salomon und knallen ihn ab. Saras Herz macht einen Aussetzer. Verzweifelt hält sie die sterblichen Überresten ihres Freundes in den Händen und weint bitterlich.

Sara, das ist doch keine grosse Sache. Es ist immer alles in Ordnung. Sara, bitte verwechsle diesen wirren Haufen aus Knochen und Federn nicht mit dem, was Salomon wirklich ist. Dieser Körper ist nur ein Brennpunkt - oder ein Ausgangspunkt -, durch den man etwas Grösseres sehen kann. Mit deinem Körper ist es genau so, Sara. Er ist nicht, was du wirklich bist. Er ist einfach nur ein Mittel, das du zurzeit benutzt, damit das was du wirklich bist spielen, wachsen und glücklich sein kann.

Sara, hör mir zu. Ich sterbe nicht, denn es gibt keinen Tod. Es stimmt, ich werde diesen Körper jetzt nicht mehr benutzen, aber er wurde sowieso alt und schon etwas steif.

Sara, unsere Freundschaft ist ewig. Du kannst jederzeit bestimmen, wann du mit Salomon reden möchtest, worüber du reden möchtest und wenn du dich darauf konzentrierst, das gute Gefühl in dir zu finden - schon werde ich bei dir sein.

Wahrscheinlich wirst du mich eine Zeit lang nicht mehr sehen können, aber darum geht es bei unserer Beziehung ja auch gar nicht. Du und ich wir sind nämlich geistige Freunde!

Und du wirst an unserer neuen Art der Begegnung noch mehr Freude haben als an unserem Spass im Wäldchen. Unsere neue Art der Begegnung kennt nämlich keine Grenzen. Du wirst schon noch sehen, wir werden viel Spass haben.

Sara kann es einfach nicht glauben, dass Salomon nicht wütend ist auf ihren Bruder und dessen Freund, weil sie ihn doch getötet haben. Nein, Sara. Wenn ich an Jason und Billy denke, bin ich ihnen einfach dankbar, dass sie dich zu mir gebracht haben.

Aber Salomon, findest du nicht, dass der Mord an dir irgendwie wichtiger ist?

Sara, das Einzige, was von Bedeutung ist, ist, dass ich mich gut fühle. Und ich kann nicht auf die beiden wütend sein und mich gleichzeitig gut fühlen. Für mich ist es von grösster Bedeutung, dass ich mein Herz offen halte, Sara. Deshalb entscheide ich mich immer für Gedanken, die sich gut anfühlen.

Glaubst du die beiden würden aufhören in der Gegend herum zu ballern, wenn ich so richtig

wütend auf sie wäre, oder fällt dir ein anderer Grund ein, den meine Wut haben könnte.

Wenn ich ihnen böse wäre, würdest du dich in deiner Wut auf sie bestärkt fühlen, Sara. Aber dann würde ich ein Glied der Kette des Schmerzes werden und daraus kann nichts Gutes entstehen.

Ich habe gelernt, dass es die reine Zeitverschwendung ist, wenn ich auch nur eine einzige Minute damit zubringe zu rechtfertigen, dass ich mich schlecht fühle. Und ich habe gelernt, dass mein Leben umso besser wird, je schneller ich mich wieder gut fühle - und dass ich dann auch anderen mehr geben kann.

Sara, denke daran: Wenn du den Umständen erlaubst, über deine Gefühle zu bestimmen, sitzt du immer in der Falle. Aber wenn du kontrollierst, wie du dich fühlst - und die Gedanken prüfst, die du denkst -, dann bist du wahrhaft frei.

In dieser grossen Welt, in der so viele Menschen unterschiedliche Ansichten darüber haben, was richtig und was falsch ist, wirst du noch häufig Dinge beobachten, mit denen du nicht übereinstimmst. Willst du wirklich verlangen, dass all diese Menschen dir zuliebe ihr Verhalten ändern? Wolltest du das wirklich, wenn du es bewirken könntest?

Und was ist die Alternative? Willst du dich verstecken, damit du ihr abweichendes Verhalten nicht mit ansehen musst? Willst du dich in dieser wunderschönen Welt selbst zur Gefangenen machen?

Sara, du wirst eine solche Freude erleben, wenn du trotz allem dein Herz offen hältst - wenn du bereit bist anzuerkennen, dass unterschiedliche Menschen unterschiedliche Entscheidungen treffen, dass sie an andere Dinge glauben, dass sie andere Dinge wollen und sich anders verhalten. Und wenn du dann noch verstehst, dass all das Teil eines perfekten Ganzen ist und dass nichts davon dich jemals bedroht, weil das Einzige, was sich auf dich auswirkt, das ist, was du mit deinem Herzen machst - dann bist du frei und voller Freude.

Du musst folgendes verstehen, Sara: Erstens ist wirklich alles in Ordnung - ganz gleich, wie es aus deiner physischen Sicht auch aussehen mag. Und zweitens kann nur Gutes zu dir kommen, wenn dein Herz offen ist.

Aber ich habe doch gelernt, dass man bestraft wird, wenn man etwas Böses tut.

Sara, das Problem dabei ist, dass ihr alle furchtbare Probleme damit habt, wer darüber entscheiden soll, was richtig und was falsch ist. Die meisten von euch glauben, dass sie im Recht sind und dass die andern daher im Unrecht sein

müssen. Ihr physisches Wesen bringt euch seit ewigen Zeiten im Streit darüber um. Und trotz aller Kriege und Morde, die seit Tausenden von Jahren auf eurem Planeten geschehen, seid ihr immer noch zu keiner Einigung gekommen. Ihr wäret besser daran, wenn ihr einfach darauf achten würdet, dass euer Herz offen bleibt. Euer Leben wäre im Handumdrehen besser.

Es spielt keine Rolle, ob alle Menschen in der Lage sind, diese Sache zu verstehen, Sara. Das Einzige, was für dich von Bedeutung ist, ist, dass du es lernst.

Beim Wäldchen erinnert sich Sara wieder einmal an den brutalen Mord an Salomon. Und doch ist er den Knaben nicht böse.

Wenn also Salomon selbst unter solchen Umständen in der Lage ist sein Herz offen zu halten, dann kann vielleicht auch ich lernen, mein Herz offen zu halten.

Vielleicht ist mir mein Leben endlich wichtig genug, dass ich mich nicht mehr dadurch stören lasse, was andere tun oder sagen.

Du fängst an zu verstehen, was bedingungslose Liebe eigentlich ist. Du fängst an zu verstehen, dass du eine Liebende bist. Du bist ein physischer Ausdruck reiner, positiver, nichtphysischer Energie - Liebe. Und wenn es dir gelingt, diese reine Liebesenergie fließen zu lassen - ganz gleich unter welchen Umständen auch immer - dann hast du bedingungslose Liebe verwirklicht. Dann - und erst dann - bist du tatsächlich der Ausdruck dessen, was du in Wirklichkeit bist und weshalb du hierher gekommen bist. Dann -und nur dann - erfüllst du wirklich den Sinn deines Lebens.

Es gibt einen Strom reiner positiver Energie, der ständig zu dir fließt. Manche nennen ihn Lebenskraft, andere haben andere Namen dafür. Dies ist der Energiestrom, der deinen Planeten ursprünglich erschaffen hat. Es ist auch der Energiestrom, der deinen wunderschönen Planeten am Leben erhält. Dieser Energiestrom sorgt dafür, dass sich dein Planet in einer perfekten Umlaufbahn im richtigen Abstand zu anderen Planeten befindet. Dieser Strom hält ein perfektes Gleichgewicht in deinen Zellen aufrecht. Dieser Strom hält ein perfektes Gleichgewicht des Wassers auf deinem Planeten aufrecht. Dieser Strom sorgt dafür, dass dein Herz schlägt, selbst wenn du schläfst. Dies ist der wunderbare, machtvolle Strom des Wohlbefindens. Er fließt in jeder Minute eures Lebens jedem von euch zu.

Als Mensch auf deinem Planeten kannst du in jedem Augenblick entscheiden, ob du den Strom zulässt oder dich ihm widersetzt.

Du kannst ihn zu dir und durch dich hindurch fließen lassen oder du kannst dich von ihm abschneiden.

Der Hauptgrund, aus dem die Menschen sich dem Strom des Wohlbefindens widersetzen, ist der, dass sie auf die so genannten „Tatsachen“ schauen, die von anderen geschaffen wurden, welche sich dem Strom des Wohlbefindens widersetzt haben.

Weißt du, Sara, wenn du deine Aufmerksamkeit auf etwas richtest, indem du es anschaust, schwingst du auf derselben Ebene. Nimm als Beispiel eine Krankheit. Wenn du eine Krankheit betrachtest oder darüber redest oder daran denkst, lässt du den Strom des Wohlbefindens nicht zu. Du musst dir Wohlbefinden anschauen, um Wohlbefinden zuzulassen. Es ist das Gesetz der Anziehung.

Wie kann ich denn Menschen helfen, wenn sie krank sind, wenn ich sie nicht anschau?

Es ist in Ordnung, sie anzuschauen, aber sieh sie nicht als krank an. Sieh sie auf dem Weg der Besserung. Oder noch besser, betrachte sie als gesund oder erinnere dich daran, wie sie waren, als sie gesund waren.

Wenn du dich schlecht fühlst, widersetzt du dich dem Strom. Wenn du nein sagst, wehrst du dich gegen etwas und widersetzt dich dem Strom.

Wenn jemand nein zum Krebs sagt, lässt er in Wirklichkeit den Strom des Wohlbefindens nicht zu. Wenn jemand nein zu einem Mörder sagt, wenn jemand nein zur Armut sagt, lässt er in Wirklichkeit den Strom des Wohlbefindens nicht zu. Denn wenn du deine Aufmerksamkeit auf etwas richtest, das du nicht willst, schwingst du auf derselben Wellenlänge - und das heißt, du widersetzt dich dem was du möchtest.

Der Schlüssel ist also zu bestimmen, was du nicht willst und dich dann auf das zu konzentrieren, was du möchtest und ja zu sagen.

Richte deine Aufmerksamkeit auf dich oder auf andere und achte darauf, wie gut die meisten darin sind, nein zu sagen und wie selten sie ja sagen. Wenn du dies eine Weile beobachtet hast, wirst du verstehen, was die Leute alles tun, um sich dem natürlichen Strom des Wohlbefindens zu widersetzen.

Beispiele aus Saras Alltag und Salomons Umwandlung:

„Komm nicht zu spät!“ Sei pünktlich!

„Lass nicht die kalte Luft herein“

Wir wollen ein schön warmes Heim haben.

„Du willst doch nicht hinfallen!“

Konzentriere dich auf deinen Körper.

„Auf dem Flur wird nicht gerannt!“

Nimm Rücksicht auf andere.

„Es ist nicht gestattet während des Unterrichts zu reden.“

Lasst uns gemeinsam lernen.

„Das wird nicht leicht sein.“

Es wird mir gelingen.

Auch du, Sara, wirst es bald können. Man muss es nur üben. Welche Worte du benutzt ist nicht so wichtig. Was dir schadet, ist das Gefühl, dass du dich gegen etwas zur Wehr setzt. Sicher weisen deine Worte darauf hin, in welche Richtung du gehst, aber deine Gefühle sind ein besserer Hinweis darauf, ob du etwas zulässt oder dich gegen etwas wehrst. Denke daran: auch wenn du dich dagegen wehrst, nein zu sagen, wehrst du dich immer noch. Es geht darum mehr davon zu reden, was du möchtest. Und wenn du das tust, dann wird dein Leben immer besser. Du wirst schon sehen.

In all unseren Begegnungen habe ich dir vor allem beibringen wollen, deine Widerstände, die du von anderen Menschen gelernt hast, aufzugeben oder zumindest zu reduzieren. Wäre nicht all dieser Widerstand, den du auf deinem physischen Lebensweg aufgenommen hast, würde dir das natürliche Wohlbefinden wie selbstverständlich zufließen. Es würde euch allen zufließen.

Auch du bist eine Lehrerin, Sara. Und was du lehren wirst ist, dass alles gut ist. Durch die Klarheit deines Beispiels werden viele andere Menschen verstehen, dass es nichts gibt, gegen das sie sich wehren müssten. Und dass die Abwehr der Grund dafür ist, dass sich das Wohlbefinden nicht einstellen kann.

Salomon, wie soll ich das nur den andern erklären? Wie kann ich es ihnen nur verständlich machen?

Sara, das ist nicht deine Aufgabe. Mein liebes Mädchen, es reicht völlig aus, dass du es verstehst.