

Sieben-Tage-Training

Der Magen

7-9 Uhr, 29. Dezember, Monat Mai

Thema: Strategie, Tag der Freude und der Freundschaft

Die Freude gilt dem eigenen Körper. Er macht das Leben erst möglich und trägt in seinen Zellen alle Informationen von Anbeginn der Inkarnationen. Dieser Körper gibt uns in jeder Situation Zeichen und verleiht der Seele Ausdruck. Ihn zu heiligen und ihm zu danken, mit seinen Unvollkommenheiten Freundschaft zu schließen, ist ein wesentlicher Aspekt dieses Tages – und Organs. (Christine Linden)

Ausschnitt aus ZWÖLF/1:

Entsprechungen:

- Osten, Morgen, Tagesbeginn
- Element* Stirnfeuer / Holz (Elementekreis)

MAGEN-Gefühlskräfte im Körper-Ahnen-System:

- Bitterkeit, Gier, Geiz, Enttäuschung Hunger Forderung,
- Geborgenheit, Gelassenheit, Hingabe, Öffnung, Annahme

Das alte MAGEN-Bewusstsein

Taktik und Strategie sind notwendig, um das Leben zu beherrschen! Kontrolle und Ausgrenzung, nichts Ungeplantes zulassen! Spalten und teilen, herrschen und beherrschen. Brot und Spiele, Zucker und Peitsche, Hinterhalt, Lug und Betrug.

- Was halte ich fest?
- Wovor habe ich Angst?

Das neue MAGEN-Bewusstsein

Schöpfung geschieht aus einer Absicht heraus. Der Plan des Lebens formt sich im Geiste, wird zur Matrix im Raum der Energien, ist von Intelligenz und Weisheit beseelt. Natur und Wachstum, Ordnung und Zyklen. Einen Überblick gewinnen. Gelassenheit, Geduld und Großzügigkeit: ich verlasse mich auf mein Gespür und den richtigen Augenblick.

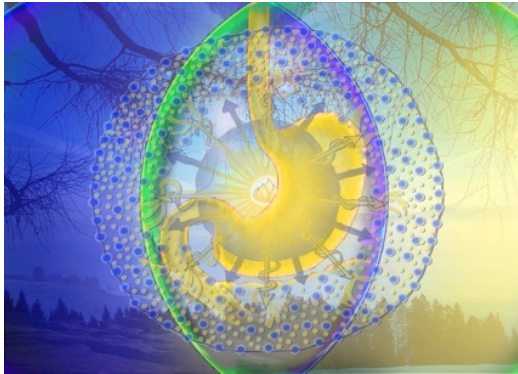
- Was hindert mich aktiv zu werden?

Heilende Fragen an deine Ahnen

Deine Ahnenlinien gehören zu deiner Seelendimension, hier also zum Energiefeld deines Magens. Stelle ihnen Fragen im Herzen, ohne Antwort zu erwarten. Allein diese Fragen haben bereits heilende Wirkung auf ihr Leben - und damit auch auf deinen Magen.

- Welche Einflüsse haben damals bestimmt, was für euch *wahr* ist?
- Wessen Worten habt ihr mehr geglaubt als euren Gefühlen?
- Was habt ihr geschluckt und für richtig gehalten?
- Konntet ihr aufrichtig kommunizieren und gleichzeitig Grenzen setzen?
- Worüber habt ihr am liebsten / am meisten gesprochen?
- (*lasse dir weitere Fragen einfallen*)

1. Tag Der Magen



und seine Dunkel-Licht-Gefühlskräfte

Ich bin eines deiner vielen Körper-Kinder und gleichzeitig Hüter und Anwalt deiner Kindheit. Was du einst an dunkler Nahrung schlucken musstest, verdaust du heute noch und kaust daran herum. Was dir einst an lichtvoller Nahrung gegeben wurde, gibt dir heute noch Kraft. Was dir als Kind verweigert und nicht gegeben wurde, das magst du heute noch vermissen und fordern. Doch du bist kein Kind mehr und hast nun selbst für dich zu sorgen.

Ich organisiere die perfekte Mischung aus Angst und Liebe, Hunger und Sättigung, Verlorenheit und Trost, die deine Seele vor ihrer Inkarnation für ihren Lebensweg gewählt hat: dunkle und lichtvolle Antriebskräfte deines Lebens, Nahrung für das Wachstum deiner Wurzel und der Krone.

Ich bin Gier, Geiz und Enttäuschung, beleidigter Rückzug, quälender Hunger und Übelkeit. Ich bin quengelnde Forderung und unerfüllbare Erwartung. Lange war dir diese dunkle Weisheit nicht bewusst. Und dein Magenkind musste stark sein, um diese Bürden tragen zu können. Und gleichzeitig bin ich damit gereift und erwachsen geworden.

Zärtlichkeit und Erfüllung, Geborgenheit und Großzügigkeit pulsieren in meinem inneren Kern: ein machtvolles kindliches Licht, das erst erstrahlen kann, wenn du erwachsen geworden bist.

Ich bin das kleine Magen-Mädchen in der Obhut von Mond: in Geborgenheit, Fürsorge und Sanftmut - und der kleine Magen-Junge in der Obhut des Mars: in Mut, kriegerischem Durchhaltevermögen, Mut und Selbständigkeit.

Heute noch kannst du dich in dein Kindheitsnest hineinlegen, um jene Nahrung zu erhalten, die du damals nicht bekommen hast und jetzt brauchst....“

(Text aus ZWÖLF/1, leicht gekürzt)

Gehen wir hier einen Schritt weiter: Hier auf dem Bild siehst du mich mit meinen Organkindern bei der Geburt. Alle noch im Stadium der *Pixelpotenz* - das heißt: Alles kann aus ihnen werden - oder auch nichts. Das wird sich im Laufe des Lebens zeigen.

Es sind dunkle und lichte kleine Racker, jedes einzelne noch in seiner vollen göttlichen Kraft und organischen Unwissenheit, lauter winzige emotionale Organ-Intelligenzen: Kinder, die nun groß werden wollen und darauf warten, mit deinem Ego Bekanntschaft zu machen. Hei - und dann geht's rund.

Da sind auf der einen Seite die Gier und der Geiz, der Hunger und die Angst, die Übelkeit, die Forderung und die Enttäuschung.

Da sind auf der anderen Seite die Annahme und die Hingabe, der Trost und die Liebe, Geborgenheit, Gelassenheit, Öffnung und Sättigung.

Meine dunklen und lichten Organkinder. Keines von ihnen könnte ich je ausgrenzen, nur weil es anders ist als die anderen ...Und was tust du ...?

Reflektiere und spüre hinein:

Wie bist du bisher mit ihnen umgegangen?
Welche dunklen Organkinder kennst du gut?
Welche lichten Organkinder ersehnt du?
Welche Alternativen und Möglichkeiten zeigen sich dir?

Frage deinen Magen selbst. Er weiß es.

Als Therapeut gehe dieses Fragespiel mit deinen Patienten durch.



2. Tag Drei Phasen

Organkinder reifen in drei Phasen, genauso wie Menschenkinder. Nur ist die Reihenfolge umgekehrt: Du reifst vom kindlichen Körperleben (bis 21) über die erwachende Seelenkraft (bis 49) zur reifen Geistpräsenz.

Dein Magen reift vom hohen geistigen Potenzial (*bei seiner Geburt*) über die duale Seelenerfahrung (*in deinem Leben*) bis hin zur vollen menschlichen Reifekraft. Ihr entwickelt euch also gegenläufig: Je mehr du dich vergeistigst, desto mehr verkörpert sich dein Magen und wird alt (*im Idealfall frei von Alterungsprozessen*).

Spüre hinein:

Lege deine Hände (links über rechts) auf den Magen.

Geburt bis 21 Jahre:

das geistige Potenzial deines Magens: sein schöpferisches Dunkel-Licht (+)

Alle dunklen und lichten Emotionen sind mitgebrachtes geistiges Potenzial, das deine Seele beliebig und kreativ nutzen konnte. In dunklen und lichten Zeitaltern - in sämtlichen Lebensrollen.

Dann lasse los, schüttele die Hände ein wenig und lege sie wieder auf.

21 bis 49 Jahre:

die Seelenerfahrung deines Magens: sein inneres u. äußeres Dunkel-Licht (+/-)

Dunkle und lichte Gefühlskräfte haben dir reichlich dunkle und lichtvolle Erfahrungen geschenkt. Für deine Seele sind alle gleich wertvoll. Das Ego unterscheidet zwischen *gut* und *böse* und spaltet damit den Erfahrungsschatz in zwei Hälften - mit dem Ergebnis, dass nichts bleibt. Denn das geistige Prinzip lautet: **Alles oder Nichts**.

Also entstand eine dritte Gefühlsgruppe, nämlich dämonische, unnatürliche Emotionen, trieb-angst-orientierte Gefühle. Sie sind der graue Schmerz und Schmutz, der zu reinigen ist.

Dann lasse los, schüttele die Hände ein wenig und lege sie wieder auf.

49 Jahre bis heute:

die menschliche Reifekraft deines Magens: sein gemeistertes Dunkel-Licht (+/+)

Alle dunklen und lichten Gefühlskräfte führen in der Verschmelzung zur Kernkraft deiner unsterblichen Seele (Christuskraft): Intuition, sicherer Instinkt, emotionale Intelligenz, unmittelbare Gegenwart, volle Geist-Seele-Körper-Präsenz.



3. Tag

Die Dunkel-Licht-Waage

Der Magen der letzten Jahrtausende auf Erden

Die ganze Erdenmenschheit kommt aus dunklen Zeitaltern hervor. Der graue Alltag ist normal und scheint unausweichlich: Hunger in der Welt und Krankheit durch Überernährung. Das alte Gleichgewicht zwischen dunklen und

lichten Organkindern lag bei 93 zu 7:

Extrem viel Geiz, Gier und Angst sowie ungesättigter Hunger und würgende Übelkeit im eigenen, im familiären und im kollektiven Feld - stark verschmutzt durch Kirchen- und Herrschaftsmacht, Kriegs- und Familientraumata sowie zig Gelübde der eigenen Armut und Unwürdigkeit. Verdichtet in unnatürlichen Emotionen von haltlosen Forderungen und anhaltender Enttäuschung.

Das sind die astralen Schattenzonen des Magens - voller abgespaltener Seelenteile, die Schattentod so lange für uns hütet, bis wir bereit sind, die volle Verantwortung für dieses Leben, das wir selbst gewählt haben, zu uns zurückzunehmen.

Übt Demut und erlangt jene Macht, die bisher in euren Schattenzonen gebunden war.

Reflektiere und spüre hinein:

Betrachte deine negativen Emotionen, rede mit ihnen wie mit einem Freund. Welche Botschaft bekommst du? Nutze sie künftig anders als bisher

Bewirtschaftung der Gefühle

Gute Gefühle für *schlechte* Gelegenheiten sinnvoll?

Schlechte Gefühle für *gute* Gelegenheiten sinnvoll?

Wie bewirtschaftest du deine guten und schlechten Gefühle:

Wer kriegt welche ab?

Frage deinen Magen selbst. Er weiß es.

Als Therapeut gehe dieses Fragespiel mit deinen Patienten durch.

Was also tun?

Dunkle Magen-Gefühle nicht länger verdrängen, sondern integrieren. Freunde dich mit ihnen an und gib ihnen eine neue Bedeutung.

- Betrachte und erspüre sie.
- Rede mit ihnen, lerne von ihnen,
- macht gemeinsam Witze. Sie lieben den schwarzen Humor (*der Magen reißt am liebsten Witze über Essen und Trinken - die letzten Jahre besonders über eure „Gesunde-Ernährungs-Philosophien“.*)
- Mache Rollenspiele mit deinem Magen *frage ihn, was er heute am liebsten möchte und wann er es möchte – und ob überhaupt ...*
- Tauscht die Rollen: Jetzt bist du selbst das dunkle Magenwesen *und musst den ganzen „Mist“ (nicht nur Essen, sondern auch Glauben) verarbeiten, den dein Mensch dauernd schluckt*
- Erkenne ihn als Berater an: Dein Magen weiß alles über dich. Also stelle ihm Fragen zu deinem aktuellen Leben,

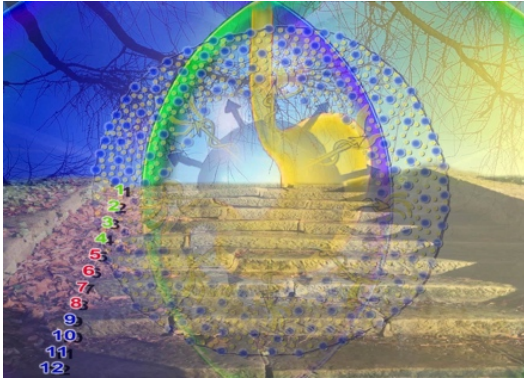
Die dunklen Gefühlskräfte sind die besten Freunde der Seele. Sie verbergen deren größten Schätze und Fähigkeiten. Sie zeigen dir, welche es sind und verhelfen dir damit zu echtem Selbstbewusstsein.

Spüre in die dunklen Gefühlskräfte deines Magens hinein,
die natürlichen und schöpferischen - *an Täter-Schöpfer gebunden (dazu stehen)*
die **unnatürlichen und dämonischen** - *an Täter-Opfer gebunden (nicht dazu stehen)*

Die verborgenen Schätze der dunklen Magen-Gefühle

- Gier** Antriebskraft: Die Gier nach Neuem treibt uns in Blockaden (*Krankheit, Koabhängigkeit, etc.*) an, wieder herauszukommen, Gier hilft uns, Grenzen und Verbote zu überwinden (*i.S.v. gesundem Trotz*)
- Geiz** Das Kind zeigt's: Es gibt sein Spielzeug (*Essen etc.*) nicht her, weil es das erst für sich selbst will (*kosm. Prinzip: erst ich selbst, dann die anderen, Bsp.: Flugzeug: Sauerstoffmasken*)
- Hunger** ähnlich wie Gier: Antriebskraft. Warten, bis der Hunger kommt, ihm eine Zeitlang Raum lassen, ihn fragen, was er braucht (anstatt wie gewohnt zu essen)
- Angst** Gefahrenwarnerin: macht dir deine Angst zur Freundin, besprich mit ihr die Lage, lasse sie vorausgehen und schauen, was ansteht ... dann weitete sie sich und bedrängt dich nicht mehr, sondern arbeitet mir dir zusammen.
- Übelkeit** Verdichtung der vorigen bei ständiger Ablehnung und Ausgrenzung
- Forderung** widerspricht der Schöpfung, die gibt und schenkt im Überfluss, auch hier: Ego schließt Geschenke aus. Es will lieber haben (gefälligst...!)

Entdecke selbst mehr



4. Tag Ahnentreppe und Unterbewusstsein

Diese dunklen und lichten Magen-Gefühle herrschen nicht erst seit gestern. Sie sitzen als Ahnenerbschaft und als eigenes Karma in allen Etagen des Unterbewusstseins - und sind daher (*eigentlich...!*) nicht mehr zugänglich. Umgekehrt erreichen sie uns mit großer

Leichtigkeit. Hinterrücks. Also sollten wir etwas tun. Im Organismus ist der Magen das Kind von Vater Lunge (*Herrscher*) und Mutter Herz (*Trösterin*). Zwischen diesen beiden muss es zurechtkommen und sich entwickeln.

Aus IFM-Liste: Ein typisches Familien-Magenproblem ist die Lebensangst aufgrund Entmutigung oder Erniedrigung in der Kindheit. Permanente Anspannung im Körper, unbewusstes Festhalten an der ungenährten Vergangenheit, Identitätskrisen, mangelnde Gerechtigkeit (sowohl erfahren als auch anderen gewährt) Festhalten an negativen Mustern und Emotionen, Unsicherheit, Gleichgültigkeit, Oberflächlichkeit, Unkonzentriertheit und innere Erstarrung.

Angst um Gesundheit und vor dem Tod, Unsicherheit, Phobien, das wiederholte Anziehen von Enttäuschungen sowie unangenehmer, bedrohender Erfahrungen, Habsucht, materielles Denken, Egoismus, Hartherzigkeit, das Gefühl nicht beachtet zu werden, die Angst etwas zu versäumen oder zu kurz zu kommen.

Dieser Magendämon geistert schon seit Generationen durch die Familien. Also: Ab in's Licht mit ihm...!

Die 12 Stufen deines Unterbewusstseins:

- 1. bis 4. die aktuelle Inkarnation mit allen Ahnen
- 5. bis 8. alle eigenen Vorleben und Ahnenlinien
- 9. bis 12. die gesamte Menschheitsfamilie

Wer gehört für dich alles dazu? Wer kommt? Wer fällt dir ein, jetzt gleich oder später. *Notiere Namen, nimm Herzkontakt auf, lade sie ein, dabei zu sein – und auch die anderen zu holen, die du nie kennengelernt hast.*

Sie alle werden im Gnadenerlass tiefengereinigt. Diese Reinigung stellt das psychische Gleichgewicht wieder her. Diese Arbeit im Gnadenerlass bewirkt u.a.

- die Rückkehr kindlicher Seelenteile
- die Lösung von Ahnenerbschaften und dämonischen Energien
- die Reinigung eigener Vorleben
- die Durchlichtung des kollektiven emotionalen Menschheitsfeldes
- die Rückkehr ins innere göttliche Licht
- die Geburt der unsterblichen Seele

Welche besonderen Ereignisse fallen dir dazu ein? Welchen früheren oder aktuellen Ereignissen in der Gesellschaft möchtest du besondere geistige Zuwendung schenken? Halte dein Herz immer offen, auch wenn es dem Ego schwerfällt.



5.Tag Tiefenreinigung im Gnadenerlass

**Rückkehr des Magens
ins innere göttliche Licht
Geburt der unsterblichen Seele**

1.Entblockierung Unterbewusstsein Magen

Locke die *Negativ-Muster* aus dem Unterbewusstsein deines Magens empor. Lasse folgende Sätze tief hinabfließen. Einfach, indem du es beschließt, geschieht es von selbst.

- „Meine größte Angst ist die vor dem Verhungern.“
- „Ich habe nichts zu verschenken. Was ich habe, das behalte ich.“
- „Ich bin ein Leben lang zu kurz gekommen.“

Atme sanft das *Diamant-Gold-Silber* der drei großen Mütter. Spüre den senkrechten Strom. Im Lichte Isis, Kalis und Gaias lösen sich diese alten Muster auf.

Lasse dir für jeden Satz max. 20 Sekunden Zeit (*nicht länger, weil dann wieder eine Bremswirkung durch die unbewusste Egokontrolle einsetzt*). Das gleiche gilt für die folgenden Abschnitte des Gnadenerlasses.

2.Hemisphärenausgleich von Dunkel und Licht im Magen

Dein Magen besitzt viele Seiten und Facetten: Oben und Unten, Links und Rechts, Hinten und Vorne. Überall herrschen unvereinbare Gegensätze. Vereinige sie, indem du tausend schöpferische Funken hin und herspringen lässt. Diese Funken löst du durch folgende Sätze aus:

- Ich bin von Dankbarkeit erfüllt ★ haben sich meine Wünsche niemals ★ gebe ich auf zu kämpfen ★ für ein Stück Brot ★ hat mir nie gefehlt, sondern Liebe und Anerkennung ★ bin ausschließlich ich selbst mir schuldig.
- Ich löse auf, was mich krank macht ★ aus Oberflächlichkeit tiefes Empfinden ★ der Schattenseiten des Lebens ★ in Weisheit und Mitgefühl ★ haben mir immer nur Enttäuschung ★ ist das halbe Leben ★ geht voller Zuversicht und Freude in die Zukunft.
- Ich lasse meine Angst vor Bestrafung ★ ist gefordert für Gier und Geiz ★ werden heil im goldenen Licht ★ sind Veränderungen willkommen ★ sind dunkle Geheimnisse der Familie ★ geben die Selbstheilungskräfte meines Körpers frei.

3. Herauslösung alter Gelübde aus dem Magen

„Im Namen meiner inneren Christuspräsenz,
im Namen aller Ahnen und Vorfahren
im Namen der Menschheit
löse ich aus meinem Magen
alle Gelübde,
die meine natürliche schöpferische Dunkelheit
in emotionales Grauen und seelische Finsternis geführt haben.“

Ich bitte Dich, Christus Emanuel, um umfassende Tiefenreinigung
- aller Ereignisse, durch die Gier, Geiz, Hunger und Angst
 unterdrückt, unnatürlich verstärkt und dämonisiert wurden,
- aller Augenblicke, die meine Seele auf die dunkle Wippe von Forderung und
 Enttäuschung verbannten.
- aller Begebenheiten, die Trost und Liebe, Geborgenheit und Hingabe
 in dunkle Kerker des Magens sperrten - durch die Zeitalter hindurch. Danke.“

4. Auflösung selbstsabotierender Muster

„Ich bitte die Große Familie, alle heilungsverhindernden, genetischen Muster und selbstsabotierenden Zellprogramme aus dem Feld meines Magens herauszulösen. Danke.“

5. Neukodierung der DNA

„Ich bitte dich, Ashtar Sheran, um die Neukodierung meiner Magen-DNA zur Anpassung an die aktuellen Schwingungen der Erde. Danke.“

6. Tag

Tod und Teufel

Die großen Hüter meiner Dunkelheit

Und dies ist der würdige und große Abschluss: Mein Magen lässt drei kleine Lichtkugeln in meine Hände gleiten - und ich gebe sie weiter: Je eine Lichtkugel für Luzifer, für Schattentod und für Lichttod.

Mit den Kugeln schenke ich ihnen alle lichtvollen und dunklen Lebenserfahrungen meines Magens, die er in ihrem Schutz machen konnte. Ich entlasse die dunklen Hüter aus ihrer Verantwortung für meine Seelenreife, nun da ich erwache.

Luzifer, Schattentod und Lichttod geben mir dafür je einen Schlüssel. Diese lege ich in meinen Magen: die Befreiung der in Gefangenschaft gehüteten Gefühls- und Seelenkräfte - einst ausgrenzt und in Schattenzonen verbannt. Die dunklen Hüter geben mir die Verantwortung für mein Leben zurück - und die Macht, ihr gerecht zu werden.

Ich danke euch allen
im Namen der unsterblichen Seele meines Magens,
meiner Christuspräsenz und inneren Göttin
im Namen meiner Liebe zu den dunklen Hütern
im Namen aller Ahnen, Vorfahren und Menschen auf Erden.

Danke.