

1 AMO Eine Schmetterlingsgeschichte

Die Siegel von AMO lagen schon länger bei mir zu Hause im Ordner, nur schnell nach meiner Erinnerung hingekritzelt gezeichnet. Die Texte dazu waren schon länger fertig und fühlten sich sehr rund an. Für mich.

Nach und nach ging ich daran, die Siegel im Corel draw auch graphisch zu gestalten. Wenn jemand aus meinem Freundeskreis zu Besuch kam, zeigte ich „meinen Versuchskaninchen“ das, was für mein Gefühl fertig war.

Etwas ziemlich Erstaunliches passierte. Meine weiblichen Freunde fühlten sich total angesprochen, waren zum Teil enthusiastisch und meine Ausdrücke der Siegel fanden immer Abnehmer. Ganz anders reagierten die Männer aus meinem Freundeskreis. Sie waren zwar einerseits berührt, doch andererseits skeptisch bis ablehnend. Ich erhielt Kommentare wie „die Zeit ist noch nicht reif dafür“ - „veröffentliche das noch nicht, lass es liegen“ - „die Menschen werden durch die Texte verschreckt“ - „das ist doch viel zu missionarisch“ und so weiter.

Das alles geschah so Anfang bis Mitte März diesen Jahres. Auf einer Wanderung an einem schönen aber kalten Märztag beschäftigte mich eben dieses Problem. Sollte ich AMO veröffentlichen oder doch noch zurückbehalten? Ich kam zu keinem Entschluss.

Da riss mich der Anblick eines knallgelben, nicht zu über sehenden Schmetterlings aus meinen Gedanken. Er flatterte unbekümmert um das kalte Wetter über alten Schneeflecken und schon neugierig hervorschauenden Schneeglöckchen hin und her. Er tanzte vor meinen Augen einen Sommertanz.



Ganz plötzlich erkannte ich die Botschaft. Der Schmetterling ist AMO, ein Kind der kommenden Zeit (des Sommers), der aber bereits JETZT über den Schneeresten der alten Zeit und den ersten Schneeglöckchen, den Boten der beginnenden neuen Zeit herumflattert.

GIB AMO INS NETZ!!

Wie Menschen halt so sind, begannen kurz nach dieser Erkenntnis gleich wieder die Zweifel zu nagen. Vielleicht, so dachte ich mir, habe ich da jetzt nur etwas hineininterpretiert in diesen Schmetterling ... wer weiß ...

Nach ca. eineinhalb Stunden kamen wir zurück zum Auto. Und plötzlich war er wieder da, der knallgelbe Schmetterling! Er umflatterte mich, begleitete mich die 5 Minuten bis zum Auto, drehte noch ein paar Runden um mich und flatterte dann davon.

Da war sogar mir Zweifler klar, **der Schmetterling war eine Botschaft** und ich bekam auch noch eine Bestätigung.

So hatte ich dann keine Zweifel mehr, AMO ins Internet zu geben.

2 AMO zu leben

bedeutet:

Bezug zu nehmen auf einen anderen Menschen, in Beziehung zu treten.

In der Begegnung mit unseren Mitmenschen das Herz und die Seele entscheiden zu lassen und nicht unser Ego.

Zu lernen über unsere eigenen Befürchtungen und Ängste hinauszuwachsen und andere Menschen in unser Herz zu lassen.

Aufzuhören Schuldzuweisungen zu suchen und zu machen.

Immer wieder danach zu trachten, andere Menschen nicht zu verletzen, weder mit Worten noch mit Taten.

Einem anderen immer wieder die Hände zu reichen, aber auch ausgestreckte Hände zu ergreifen.

Ein Leben zu führen des mit einander, für einander und nicht des neben einander.

Die eigenen Bedürfnisse, Wünsche und Befindlichkeiten zurück zu stellen.

Stellung zu beziehen und die Stimme zu erheben für die Kranken und Schwachen.

Entscheidungen zu treffen, in deren Mittelpunkt der Mensch, Lebendiges, steht und nicht ein Ziel, ein Projekt, eine Sache.

Endlich aufzuhören, unsere Köpfe mit theoretischem Wissen voll zu stopfen und zu erkennen dass es uns nicht wirklich weiterbringt.

Aus der persönlichen Isolation hinaus zu gehen, um Wärme und Liebe zu geben und zu erhalten.

Immer wieder zu verzeihen,
immer wieder zu riskieren verletzt und zurück gewiesen zu werden,
immer wieder das Herz in der geöffneten Hand zu halten,
immer wieder auf den Nächsten zuzugehen,
immer wieder bereit zu sein für einen neuen Anfang,
immer wieder, immer wieder

3
AMO
VON DER LIEBE



Von der Liebe zu wissen, ist zu wenig.
Über die Liebe zu schreiben, ist zu wenig.
Über die Liebe zu lesen, ist zu wenig.
Von der Liebe zu singen, ist zu wenig.
Über die Liebe zu sprechen, ist zu wenig.
Liebe zu fühlen, ist zu wenig.
So die Liebe zu leben, ist zu wenig.
Ihr Licht wird dir nicht leuchten,
sie wird dich nicht wärmen,
dein Herz wird sich nicht öffnen.
So wird dir Liebe niemals erfahrbar sein.



Denn,
Liebe will fließen,
will lebendig sein
Liebe will gezeigt werden
Liebe will ausgedrückt werden
In Worten
Taten
Blicken
und Gesten

Liebe ist DAS was du besitzt wenn du es teilst

In jedem Moment

Bei jeder Gelegenheit

Zu jedem Zeitpunkt

Mit jedem Menschen

TAT - sächlich



Liebe zu geben kamen wir her.

Liebe zu geben
Liebe zu schenken
Liebe zu sein

Ist das Ziel

Im ewigen Jetzt

4 AMO GEBETE



Ein Gebet ist nicht das Heruntersagen einer vorgegebenen Formel und es ist nicht beschränkt auf das Rezitieren eines Mantra oder von bestimmten Worten oder Sätzen.

Ein Gebet ist Innehalten,
Stillewerden,
ein Zustand des Bewusstseins,
ein in sich gehen,
versenken,
die Erinnerung an das Selbstverständliche
in liebender Hingabe dem Göttlichen Prinzip zu dienen.

Dienen wiederum bedeutet, mit der Göttlichen Quelle eins zu sein, mit allem verbunden zu sein und daraus zu handeln.

Ge-Bet beinhaltet die Haltung des Gebens, der Hingabe.
Alle unsere Erwartungen, Wünsche, Forderungen und Vorstellungen loszulassen,
alles zu geben um offen zu sein, unsere innere Stimme wahrzunehmen, damit wir
dem Ruf unserer Bestimmung folgen können.



Herr,
erfülle mein Herz mit deiner Liebe
dass all meine Sehnsüchte gestillt werden
allein durch die Hingabe an dich.
Mache mein Herz still,
mache mein Herz weit
und lass deine göttliche Liebe
durch mich zu jedem Wesen fließen
das deiner Liebe bedarf.
Amen





Oh Göttlicher Vater,
lass mich die Liebe fühlen, die ich bin.
Diese Kraft,
die das Universum zusammenhält.
Diese Kraft,
mit der DU erschaffst.
Diese Kraft,
die in Allem ist.

Oh Göttliche Mutter,
lass diese Liebe die ich bin
zur Heilung werden
für die Welt,
für meinen Nächsten,
und für mich selbst.
Amen.



5
AMO
GOTT IST LIEBE
DU BIST LIEBE



Meine erste bewusste Erinnerung an dieses Thema liegt weit zurück, in meiner Volksschulzeit. Ich bin am Land in einer Kleinstadt aufgewachsen. In Österreich sind mehr als neunzig Prozent der Bevölkerung katholisch. Eine Freundin und ich waren die beiden einzigen evangelischen Kinder der Klasse und erfuhren auf eine sehr subtile Weise unser Anderssein. Irgendwie fühlten wir uns ausgeschlossen, besonders immer rund um katholische Feiertage, die wir nicht mitfeiern durften.

Es war zu Schulbeginn, die neuen Bücher wurden ausgeteilt und natürlich erhielten wir nicht die katholischen Religionsbücher, doch die anderen Kinder zeigten uns dieses schöne Buch mit vielen bunten Bildern voller Stolz. Ich erinnere mich heute noch an die Bilder von Himmel, Fegefeuer und Hölle und auch an den ungeheuren Schrecken, den ich beim Anblick der schreienden, leidenden Seelen im Fegefeuer erlitt. Es war für mich so furchtbar anzuschauen, ich habe es bis heute nicht vergessen können. Die anderen Kinder fanden die Bilder überhaupt nicht furchtbar. Für mich kam das große Aufatmen mit der Erkenntnis „ich bin ja evangelisch, bei uns gibt es gar kein Fegefeuer“. Ich fühle heute noch die Erleichterung, der Stein, der mit dieser Gewissheit von meiner Kinderseele genommen wurde.

Diese Episode blieb für mich immer präsent und ich beobachtete schon als Kind wie Menschen mit Gott umgingen und ahnte immer, nein, so kann es nicht sein. Für mich gab es immer nur einen liebenden Gott, ein strafender Gott war für mich einfach unvorstellbar. Warum auch sollte Gott strafen? Tief in meiner Seele wusste ich einfach, dass der liebe Gott mich liebt und immer für mich da ist.

Ich habe mich als Kind daher immer vertrauensvoll an den „lieben Gott“ gewandt mit der Gewissheit, er hilft mir immer und ich tue das heute noch. Mein menschliches Bild von Gott hat sich gewandelt, doch nicht mein Vertrauen.

Meine langen Diskussionen mit Missionaren haben mir bei der Entdeckung meines eigenen Bildes von Gott und unserem Weg zurück sehr geholfen. Die jungen Männer waren sehr gut auf ihre missionarische Aufgabe vorbereitet und riefen damals zuerst einmal meinen Widerspruchsgeist hervor. In den Gesprächen formten sich dann sehr

schnell meine eigenen Vorstellungen immer mehr zur Gewissheit, dass Gott so wie Menschen ihn sich ausdachten, so nicht sein könne.

Sollte ein Mensch, der noch niemals in seinem Leben etwas über Buddhismus oder das Judentum oder das Christentum gehört hatte, verdammt sein? Unrettbar verloren? Nur deshalb weil er die Regeln, Vorschriften, Riten und Philosophie dieser einen bestimmten Religion nicht kannte?! Nein, denn das wäre absolut unlogisch. Wenn es so wäre, dann wäre Gott so kleinlich wie wir Menschen. Und so konnte ich mir Gott beim besten Willen nicht vorstellen.

Diese ersten Ahnungen wurden zu einer absoluten Gewissheit für mich. Gott gibt keinen bestimmten Weg vor, den ein Mensch zu gehen hat zurück zu ihm. Jeder Weg ist gleich richtig und hat seine Gültigkeit. Gott braucht und verlangt von uns keine bestimmten Rituale, keine Weihen, keine stundenlangen Gebete. Wenn wir beten, dann beten wir für uns ... Gott verlangt nichts - er LIEBT!

Und er GIBT!

Gott gibt alles was existiert. Daher ist auch alles was existiert göttlich. Jeder Grashalm, jeder Stern, jeder Mensch, jedes Tier, denn es kommt alles aus Gott.

Vom Moment dieser Erkenntnis an sah ich das Leben, die Welt, die Menschen mit anderen Augen. Ich wurde sehr demütig und dankbar. Weiß Gott, nicht immer. Ich musste mich immer wieder selbst daran erinnern und es war ein sehr langer Weg bis ich es auch fühlen konnte, dass

GOTT LIEBE IST,
und dass ICH aus GOTT komme
und dass ICH auch LIEBE bin.

Diese Botschaft oder besser dieses Erinnern, Verstehen und Be-greifen dieser einen wahren Wirklichkeit verändert unser Leben für immer.

ICH BIN LIEBE und ich BIN UNENDLICH GELIEBT.

Wie auch immer ich bin, wer auch immer ich bin, was auch immer ich bin ... Gott liebt mich. Gott macht keinen Unterschied zwischen Menschen, Völkern, Religionen, gut oder böse, groß oder klein, schön oder hässlich, Gott teilt nicht ein, beurteilt nicht, verurteilt nicht.

GOTT LIEBT.

Sprich diese beiden Sätze laut aus

„ICH BIN LIEBE“



Und

„ICH BIN UNENDLICH GELIEBT“

Beobachte wie du dich dadurch auf der Gefühlsebene veränderst, denn wenn du diese Worte aussprichst, bist du LIEBE. Und Liebe verändert alles, nichts anderes kann innerhalb der Liebe existieren, keine Negativität, keine Traurigkeit, keine Schuldgefühle, keine Dunkelheit.

Das wunderbare Symbol der Kinder hilft uns, nie mehr zu vergessen, dass wir in Wahrheit Lichtwesen sind, Liebe sind, Gottes Kinder sind, wunderbar in jedem Moment unseres Daseins, perfekt und ein Quell unendlicher göttlicher Liebe.

Die Welt wartet auf dich und deine Liebe, die zu bist und die du zu geben vermagst.

6 AMO EINHEIT

Verbundenheit - Ursprung - Bindung



Wir sind alle EINS

In allen alten mystischen Traditionen ist diese Tatsache bekannt gewesen und auch im New Age wird dieses Wissen erneut durch verschiedene Philosophien und Lehren verbreitet.

Auch die Wissenschaftler sind dabei, diese Behauptung zu bestätigen. Sie konnten nachweisen, dass sowohl die kleinsten Teilchen, die Quanten auf einander reagieren, und dass die Galaxien des Universums auf eine verblüffende Weise miteinander verknüpft sind.

Quantenteilchen sind virtuell, sind Energie. Sie besitzen keinerlei Eigenschaften solange bis sie beobachtet werden oder man versucht sie zu messen. Ein Quant enthält potentiell ALLE Möglichkeiten und er verwandelt sich erst zu einem realen „Etwas“. Quanten die einmal im gleichen Zustand waren, bleiben für immer verbunden und reagieren aufeinander. Forscher haben auch herausgefunden, dass Quanten auch auf ein gedachtes (also nie ausgeführtes) Experiment reagieren ...

Auch im Universum ist alles verbunden, durchstrahlt von einem kohärenten Licht, das von einem Ende des Universums zum anderen strahlt. Kohärentes Licht ist absolute Harmonie.

Ob nun Quant oder Galaxie, alles was von kohärentem Licht durchstrahlt ist, steht in einer Wechselwirkung. Das macht den Zen-Spruch verständlich, der lautet:

„Wenn irgendwo ein Schmetterling mit seinem Flügel schlägt,
erschüttert er die Welt“.

Die Symbole EINHEIT und VERBUNDENHEIT haben uns die hellseherischen Kinder gegeben, damit wir uns wieder erinnern, dass wir alle EINS sind und alles mit allem verbunden ist.

Wenn wir uns an diese Verbundenheit erinnern, dann findet das im Kopf statt, es ist ein Verstehen dieser Tatsache, dass wir alle einen gemeinsamen Ursprung haben, dass wir aus einer Quelle kommen. Doch wer von uns hat diese VERBUNDENHEIT schon gefühlt? Vermutlich nur sehr wenige von uns und dann sind das die so genannten Sternstunden oder auch nur unglaubliche Sekunden in denen sich unser

Ego für Momente verabschiedet, wir es zum Schweigen bringen können. In dieser Selbstvergessenheit in der wir dann versinken, erleben wir EINS Sein, Verbundenheit mit ALLEM.

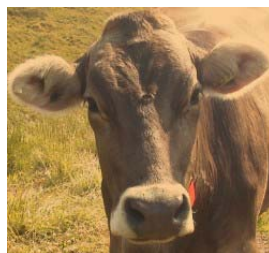
Denken allerdings ist ein materieller Prozess, das hat die Wissenschaft längst bestätigt. Wir alle sind großartig wenn es um Denken und Analysieren geht, geben dem was unser Kopf und Denkapparat vermag zu viel Raum, zu viel Gewicht.

Doch Fühlen haben wir weitgehend verlernt.



Wenn wir in die Natur hinausgehen, dann haben wir fast immer ein Ziel das wir erreichen wollen oder wir betreiben Sport, wollen eine Stunde Laufen, unsere Kondition stärken, etwas für unsere Gesundheit tun und ähnliches. Nehmen wir uns überhaupt noch die Zeit einfach ganz stille zu sein, uns nur hinzusetzen um die Natur ganz in uns aufzunehmen und den vielfältigen Klängen zu lauschen? Können wir einfach nur in der Natur sein, alles betrachtend und die Schönheit in allem sehend? Können wir uns überhaupt noch ganz passiv verhalten? Es fällt uns meist schwer nur zu SEIN, doch nur so weiten sich unsere eigenen Grenzen. Wenn wir in einem rezeptiven Zustand sind, dann nehmen wir auf, verhalten wir uns passiv, lassen zu, hören, schauen, lauschen, sind wirklich erreichbar, werden wir durchlässig ... werden wir EINS mit allem.

Hast du jemals Verbundenheit gefühlt beim Anblick eines Kalbes, eines Schweins oder eines Huhns, einem kleinen Insekt?



Wenn ein Mensch zu einem Tier eine Bindung eingeht, dann berührt diese Geschichte uns alle - ich erinnere z. B. an den Film „Ein Schweinchen namens Babe“. Wir werden dann sentimental, sind berührt oder staunen was in so einem kleinen Schweinchen alles an Fähigkeiten und Ausdrucksmöglichkeiten steckt. Die Wissenschaft versucht zu beweisen, dass manche Tiere eine Seele oder vielleicht sogar ein Individualbewusstsein haben. Wenn wir uns mit einem Lebewesen verbunden fühlen, eine Bindung eingegangen sind, dann entdecken wir die Schönheit und Tiefe dessen Existenz. Die Frage ob ein Tier eine Seele hat, stellt sich dann

überhaupt nicht mehr. Ohne Bindung allerdings bleibt eine Kuh eben nur eine Kuh, ein Nutztier, das der Mensch auch gedanken- und gefühllos ausbeutet.

Wie hat es Blaise Pascal so schön gesagt:

„Ein Tropfen Liebe ist mehr als ein Ozean Verstand“.

Wenn wir uns mit allem verbunden fühlten, dann gäbe es kein Ausbeuten, kein Zerstören, kein Machtstreben, keine Gier, keinen Neid ... es gäbe keine Trennung zwischen mir und dir, uns und euch, diesem und jenen.

Ein Tropfen Liebe vermag mehr als ein Ozean Verstand. Denn wo Liebe ist, da gibt es keine Trennung und dann gibt es auch kein einziges Problem das nicht gelöst werden könnte.

Der Weg der Symbole führt uns von den Anima-Symbolen EINHEIT und VERBUNDENHEIT über die Marima-Symbole der Maria Magdalena. Die Marima-Symbole sind die Aufforderung die wieder erinnerte Verbundenheit allen Lebens auf diesem Planeten auch zu leben durch Hinwendung, Aussöhnung, tätige Liebe und vieles andere mehr. Es gibt keine Abkürzung zu den Omega-Symbolen, die unsere Träume vom wahren Mensch-Sein und einer besseren Welt verkörpern.

Was für den Mikrokosmos der Quanten und den Makrokosmos der Galaxien nachgewiesen ist, hat auch Gültigkeit für unsere Dreidimensionalität. Denn jeder Organismus besteht aus Zellen, die wiederum aus Molekülen und Atomen und schließlich aus Elementarteilchen zusammengesetzt sind. So gilt auch für jedes Lebewesen, was für die Quantenebene und die Welt der Galaxien gilt.

Albert Einstein hat folgendes niedergeschrieben:

„Ein menschliches Wesen ist ein Teil des Ganzen, das wir Universum nennen, ein in Raum und Zeit begrenzter Teil. Es erfährt seine Gedanken und Gefühle als etwas von allen anderen Getrenntes - eine Art optische Täuschung seines Bewusstseins. Diese Täuschung ist für uns eine Art Gefängnis, das uns auf unsere persönlichen Entscheidungen und unsere Zuneigung für die wenigen uns am nächsten stehenden Personen beschränkt.“

Diese Täuschung zu erkennen und aus unserem eigenen Gefängnis auszubrechen, ist die Botschaft der Symbole.

Leben ist Beziehung, ist Bindung, ist Verbundenheit.

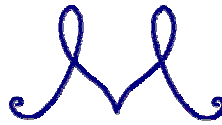
Beziehung bedeutet, auf etwas bezogen zu sein, Bezug zu nehmen auf einen anderen Menschen, auf alles Lebende.

Bezug zu nehmen bedeutet, einem Menschen zu helfen, er selbst zu sein. Es verlangt von uns, uns kein Bild zu machen wie der andere sein sollte.

Bezug zu nehmen bedeutet, unsere Verantwortung Menschen, Tieren und der Natur gegeben zu sehen und auch wahrzunehmen.

Nur aus diesem echten Bezug nehmen auf ein anderes Lebewesen entsteht

BINDUNG:



HABE DEN MUT DEIN HERZ ZU BINDEN
NUR DURCH VERBINDLICHKEIT
STÄRKEN WIR DAS NETZ DER LIEBE

Dieser Text zum Symbol BINDUNG sagt uns sehr schön, worum es geht. Wir müssen zuerst in der Begegnung mit anderen Menschen den Mut aufbringen zu BINDUNG, zum Bezug nehmen auf diesen anderen Menschen. Wenn wir das tun, und zwar genau dort wo wir im Leben stehen, wann immer wir die Möglichkeit haben, auch wenn wir enttäuscht wurden, immer und immer wieder, dann stärken wir das Netz der Liebe.

Aus echtem Bezug nehmen entsteht Bindung.
Bindung kann nur bestehen wo Liebe ist.
Diese Liebe ist Mitgefühl und Güte.
Dieses Mitgefühl für alles was ist, liegt in der Tiefe der bedingungslosen Liebe.
Diese Liebe kennt kein Verlangen mehr,
keine Trennung, keinen Neid, keine Eifersucht und keine Feindschaft.
Diese Liebe ist die Basis, das Fundament des Lebens.
Ohne diese Liebe entsteht nichts, hat nichts Bestand und ohne diese Liebe gibt es keine Lösung der Probleme dieser Welt.

Wir müssen unsere Herzen wieder binden, beginnen können oder sollen wir immer dort, wo wir in Beziehung treten können mit einem anderen Menschen, einem Lebewesen und der Natur. Es gibt nichts Unbeseeltes in der Natur, daher ist alles um uns lebendig und wartet darauf, dass wir uns verbunden fühlen.

BINDUNG ist Liebe, eine Liebe die nichts verlangt oder erwartet. In der Bindung zu einem anderen Lebewesen erfahren wir VERBUNDENHEIT, dürfen **fühlen** was es bedeutet, EINS zu sein mit einem Blatt, einem Vogel, den Wolken, dem Menschen nebenan ...

Einheit,
Verbundenheit und unser gemeinsamer Ursprung
manifestieren sich im täglichen Leben
durch das Zulassen und Erleben von
Bindung.

Liebe ist die Kraft, die alle Energien im Universum zusammenführt.

Wo Liebe ist, ist Harmonie.
Wo LIEBE ist, da gibt es KEINE TRENNUNG mehr.

7 AMO HERZERWACHEN DER LIEBE

Ich möchte die Entstehungsgeschichte zum zentralen Symbol von AMO beisteuern.



Ich wusste lange, dass alle ERLEUCHTUNGserlebnisse von nur geringem Wert für die Menschheit sind, wenn der oder diejenige es nicht schafft, diese bloße Erkenntnis auch auf der Herzesebene umzusetzen. Negative Beispiele von so genannten erleuchteten Menschen gibt es genug.

Durch Zufall stieß ich auf das Buch „Es gibt keine negativen Gefühle“ von Daniel Barron. Er verwendet in diesem Buch das wunderbare Wort **ENHEARTENMENT** statt Enlightenment. Ich fand es schade, dass die deutsche Sprache keinen entsprechenden Ausdruck dafür hat. Traf ENHEARTENMENT doch nach meinem Gefühl genau den Nagel auf den Kopf, bzw. traf mich genau ins Herz.

Auf meinem spirituellen Weg hatte ich einen entscheidenden Impuls auch durch das Herzensgebet bekommen. In meiner Freiburger Zeit gab mir ein lieber Kollege einst das „Tagebuch eines russischen Pilgers“. Statt „Herr Jesus Christus erbarme dich meiner“ verwendete ich jedoch als Mantra „ICH BIN LIEBE“.

Was für eine Kraft, wenn ich im Nachhinein meinen Weg betrachte. Wie viel wendete sich in meinem Leben zum Positiven allein durch diese unscheinbaren Worte.

Und **AMO** ist noch kraftvoller und liebevoller zugleich.

Ist es doch die perfekte Synthese von West (**AMEN**) und Ost (**OM**). Noch weniger Kopf und noch mehr Herz, schlicht ICH LIEBE auf italienisch bzw. lateinisch.

Wer noch tiefer über dem AMO Symbol meditiert, wird auch die Wurzel des Anima-Symbols BEGEGNUNG darin entdecken, dessen beiden Enden nur noch einmal miteinander verbunden sind.



BEGEGNUNG war mein erstes Symbol, das ich empfangen hatte, noch lange vor allen anderen ANIMA-Symbolen.

VERBUNDENHEIT ist das Logo meiner Praxis.

Was ist durch die BEGEGNUNG mit Ursula daraus alles entstanden.

Und was alles aus unserer Verbindung.

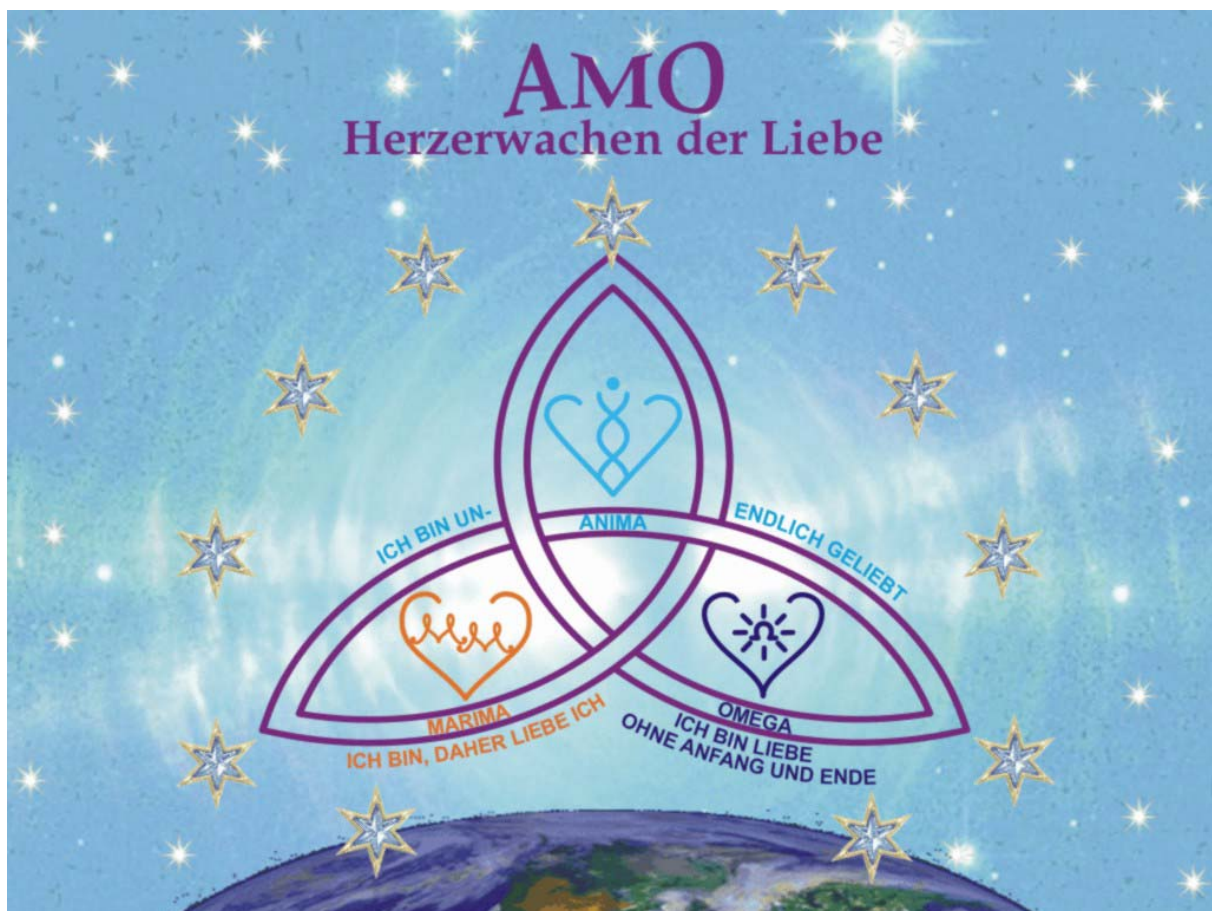
Auch in meinen kühnsten Träumen hätte ich mir nicht ausmalen können, was die Kinder und Engel alles mit uns vorgehabt haben.

Und wenn wir die deutschsprachige Welt nur durch diese eine Symbol und Wort inspirieren können

„HERZERWACHEN“

dann hat sich die ganze Arbeit mit AMO gelohnt.

Hier finden ANIMA und MARIMA und OMEGA zusammen.



08
AMO

„DENK DIR FRIEDEN“

Es gibt bei Amo drei verschiedene Symbole für FRIEDEN.

Das erste ist ein mehr intellektuelles Symbol für FRIEDEN.



HEILEN MUSS EINZIG DIE ILLUSION
WIR SEIEN VON EINANDER GETRENNTE WESEN

Das intellektuelle Verständnis, dass wir alle miteinander verbunden und nur in der Illusion der Trennung gefangen sind, ist der erste Schritt zum Frieden. Denn dann verstehe ich, dass alles was ich einem anderen Lebewesen antue, ich mir letztendlich selbst zufüge. Das Verstehen dieser Gemeinsamkeit allen Lebens ist ein wesentlicher Erkenntnisschritt auf dem Weg zum Frieden.

Das zweite Symbol heißt FRIEDEN SEIN.



FINDE IHN IN DIR
BREITE DEINE SCHWINGEN AUS
SEI DEINE SEELE
DEINE SEELE IST FRIEDEN, FREUDE, LIEBE
SEI OFFEN
SEI FREI
UMARME DEINEN NÄCHSTEN

Dieses Symbol führt uns aus dem reinen Verstand heraus und ins Fühlen hinein, in unsere Seele, in unser Herz, dorthin wo ewiger Frieden herrscht. Dieser zweite Schritt ist genauso wichtig wie der erste Schritt des Verstehens.

Wenn ich Frieden fühle, dann bin ich Frieden. Und aus diesem Frieden meiner Seele heraus gestalte ich mir mein Umfeld. Ich erschaffe mir so eine persönliche Welt des Friedens. In dieser Welt werde ich auch immer wieder auf Streit, Konkurrenz, Differenzen, Diskussionen, Angriffe und Übergriffe stoßen - doch, all das wird in einer

Welt des Friedens keine große Bedeutung erlangen können. Das ist das Wesentliche einer inneren Welt des Friedens. Wenn ich Frieden in mir gefunden habe, dann kann ich jederzeit dorthin zurückkehren und aus dieser Position heraus handeln. Ich lebe Frieden.

Das dritte und letzte Symbol ist WEG DES FRIEDENS



ICH LEBE FRIEDEN
ALSO BIN ICH FRIEDEN
ALLEN WESEN DIESER ERDE
BEGEGNE ICH ALS
FRIEDEN

Wenn ich verstanden habe, dass wir alle EINS sind, wenn ich Frieden in mir selbst gefunden habe und fühlen kann, dass ICH Frieden bin, dann LEBE ich Frieden. Das letzte Friedenssymbol ist eine Aufforderung, aktiv den Frieden in die Welt zu tragen.



Auch dieser Weg des Friedens für die Welt beginnt - wie alles andere auch - bei dir und bei mir selbst.

Das intellektuelle Verständnis von Frieden ist zu wenig, sehr viel wichtiger ist es Frieden in unserem Herzen zu haben und dadurch in einer persönlichen Welt des Friedens zu leben, ungeachtet dessen was im Außen geschieht.

Stell dir vor was geschieht, wenn du nicht mehr alles als gegen dich gerichtet empfindest? Wenn du ein schräges Wort einfach unbeachtet lassen kannst? Wenn du nicht immer gleich alles als Angriff auf deine Person wertest? Wenn du nicht davon ausgehst, dass andere dich verletzen wollen? Wenn du nicht ständig auf der Hut vor einer Beleidigung sein musst? Wenn nicht alles zu einer Bedrohung werden kann?

Welche wunderbare Freiheit des Lebens würde sich dir da eröffnen!
Welche Ressourcen würdest du plötzlich zur Verfügung haben, die du möglicherweise in deine Dauerverteidigung gesteckt hast?

Natürlich wird es in einer Welt des Friedens auch Schwierigkeiten geben und vielleicht auch einmal Streit. Doch es macht einen Unterschied aus, in welcher Welt ich in meinen Gedanken und Gefühlen lebe. Ob es eine Welt des Streits ist, in der es auch Phasen des Friedens gibt oder ob es eine Welt des Friedens ist, in der es hin und wieder Streit gibt.

Wir Menschen bemühen uns rechtschaffen friedlich zu sein, besuchen Seminare um unser Ego loszuwerden oder Erleuchtung zu erlangen, besuchen Gurus und holen uns ihren Segen, halten uns an Vorschriften oder erlernen Techniken wie man gewaltfrei miteinander umgehen kann. Das alles mag gut und schön sein und auch seine Berechtigung haben. Doch letztendlich wird jedes Training oder jede Technik zweitrangig bleiben oder versagen, wenn wir in unserer Seele nicht Frieden gefunden haben. Nur dann nämlich, können wir in jedem Moment unseres Lebens immer wieder in unseren eigenen Frieden zurückkehren und wieder in uns selbst Kraft schöpfen, denn jeder kleinste Streit erschöpft uns und bringt uns aus unserer Mitte.

Eine Welt des Streits bindet unsere Kräfte, verhindert ein offenes Miteinander, ist auch eine Welt des Misstrauens, macht uns eng und verursacht Angst vor Attacken, Übergriffen und Verletzungen. Ständig in Verteidigung zu sein, lässt uns nicht oder nur sehr mühsam vorankommen auf unserem Weg zurück nach Hause ...

Frieden ist ein innerer Zustand, eine Einstellung zum Leben, die Basis für ein glückliches Miteinander, etwas das wir schenken in dem wir es sind.

Verstehe was Frieden ist.
Denke dir Frieden.
Fühle Frieden.
Lebe Frieden.
Sei Frieden.



**„Wer sagt, hier herrscht Frieden, der lügt.
Frieden herrscht nicht“**

Erich Fried