

Die Transformation einengender Gedankenformen und Überzeugungen

**Eine Botschaft der Hathoren vom 20. Februar 2013,
gechannelt von Tom Kenyon**



Aufgrund der Sonnenwende und Galaktischen Ausrichtung, die am 21. Dezember 2012 stattfand, erlebt ihr zur Zeit einen erhöhten Zustrom katalytischer evolutionärer Energien. Dieser Zustand kann sich wegen der zunehmenden Polarisierung der Menschheit sowohl inspirierend und erhebend als auch spaltend und zersetzend auswirken.

Wir werden uns bei unseren Ausführungen auf den inspirierenden Aspekt dieser Energien konzentrieren.

Als Resultat des erhöhten Zustroms von *spirituellem Licht* in euer Sonnensystem sind eure höherdimensionalen Aspekte nun in vielerlei Hinsicht deutlich zugänglicher für euch.

In Wahrheit waren euch diese Dimensionen immer schon zugänglich, denn sie sind Teil eurer Natur. Aber nun, nach der galaktischen Ausrichtung, heben sich für euch einige Schleier.

Wie ihr das individuell erlebt, hängt von eurer Fähigkeit ab, feinstoffliche Energien zu spüren. Aber die Transformation hat stattgefunden, und sie wird die weitere Geschichte der Menschheit tiefgreifend beeinflussen.

Wie sich das in eurer kollektiven Zeitlinie auswirken wird, bleibt abzuwarten. Hier möchten wir uns mit Methoden und Herangehensweisen befassen, die *ihr* nutzen könnt, um eure Zeitlinie und eure persönliche Evolution positiv zu beeinflussen, und zwar indem ihr einengende Gedankenformen und Überzeugungen transformiert.

Philosophische Überlegungen

So wie wir es sehen, stellen viele eurer religiösen und spirituellen Philosophien eine Behinderung für euch dar. Unsere Überlegungen mögen euch abstrakt erscheinen, aber diese Gedankenformen beeinflussen eure Wahrnehmung, und naturgemäß schränken sie eure Erfahrungsmöglichkeiten in der Welt der Materie stark ein.

Nicht alle, aber viele eurer religiösen und spirituellen Traditionen betrachten die materielle Welt voller Skepsis. Sie sagen, dass der Himmel, das Paradies, sich außerhalb eurer Erfahrung als verkörperte menschliche Wesen befände.

Tatsächlich halten manche von ihnen eure Körperlichkeit für einen Irrtum oder eine »Sünde« und vertreten die Auffassung, schon die bloße Tatsache, dass ihr einen Körper besitzt, mache euch unrein. Auch wenn ihr euch intellektuell längst von solchen Überzeugungen distanziert haben mögt, bewegen sich diese Gedankenformen doch immer noch durch die *Unterwelt eurer Kultur*. Sie beeinflussen, wie die Mehrheit der Menschen sich selbst sieht.

Wenn ihr diese Gedankenformen bewusst oder unbewusst akzeptiert, dann seid ihr durch sie gebunden, was sich in einer Spannung zwischen euren transzendenten Aspekten (das heißt, euer Multidimensionalität) und eurer verkörperten Existenz bemerkbar macht. Das ist, aus unserer Perspektive betrachtet, eine unglückliche Situation.

Wir betrachten das Bewusstsein als Kontinuum, von den höchsten Schwingungsebenen, wo die Nicht-Dualität regiert, durch die Dimensionen des Lichts bis hinunter in die materielle Dimension. Natürlich gibt es bestimmte Schwingungsgrenzen, aber die materielle Welt ist ebenso »heilig« wie die höchsten Ebenen des Lichts und des reinen Bewusstseins.

Wenn ihr zu dieser Erkenntnis gelangt, erhaltet ihr Zugang zu allen Dimensionen eures Seins. Dadurch wachsen euer spiritueller Mut, euer Erkenntnisvermögen und eure Kreativität ebenso wie eure Fähigkeit, euch selbst und andere zu heilen.

Wir möchten euch nun eine Methode vorstellen, mit der ihr in diese Realität hineinspringen könnt – um sie unmittelbar zu erfahren. Wenn ihr diese Methode regelmäßig anwendet, wird das euren Übergang aus einer einengenden Seinswahrnehmung in euer *größeres multidimensionales Selbst* beschleunigen.

Manchen von euch wird dieser Übergang rasch gelingen. Andere werden mehr Zeit benötigen. Wie lange es dauert, hängt davon ab, in welchem Maße ihr einengende Gedankenformen verinnerlicht habt.

Die Methode

Für diese Methode wird der *Zentrale Energiekanal* genutzt, der von eurem Scheitel durch die Körpermitte zu eurem Perineum verläuft, einem Punkt in der Mitte zwischen eurem Anus und euren Genitalien. Manche nennen diesen Kanal auch die *Pranische Röhre*, den *Zentralpfeiler* oder den *Geheimen Kanal*.

Dabei stellt ihr euch zunächst vor und spürt, dass dieser Kanal von eurem Perineum aufwärts führt, durch eure Körpermitte bis zum Scheitel.

Als Nächstes stellt ihr euch vor, dass dieser Kanal sich bis zu einem Punkt oberhalb eures Kopfes ausdehnt. Ihr könnt diesen Punkt lokalisieren, indem ihr eure Arme nach oben ausstreckt und über eurem Kopf die Fingerspitzen aneinander legt. Der Punkt ist dort, wo die Fingerspitzen sich treffen. Aus Sicht der ägyptischen Alchemie handelt es sich hier um ein Energieportal für euren *BA*, eure *Himmliche Seele*. Euer *BA* ist ein Aspekt eures Seins, der sich außerhalb von Zeit und Raum befindet, so wie ihr sie erlebt. Er ist eine Quelle unermesslicher spiritueller Einsichten und Fähigkeiten. Für uns handelt es sich dabei einfach um eines von mehreren Toren zu eurer Multidimensionalität.

Als Nächstes dehnt ihr euren *Zentralkanal* über euer Perineum bis hinab in die Erde aus. Je nach eurem persönlichen Energiezustand kann der Kanal ein paar Zentimeter oder viele Kilometer in die Erde hineinreichen. In einigen Fällen kann er sogar den Erdmittelpunkt erreichen. Indem ihr euren *Zentralkanal* in das multidimensionale Tor über eurem Kopf und

dann in die Erde unter euch ausstreckt, verbindet ihr auf symbolische Weise die Welten der Materie mit den Dimensionen des Lichts. Manche nennen das die Vereinigung oder Hochzeit von Himmel und Erde.

Der nächste Schritt dieser Methode besteht darin, dass ihr die [Aethos Sound Meditation](#) abspielt, während ihr euer Bewusstsein auf den gesamten Kanal konzentriert, von dem Tor über eurem Kopf durch die Körpermitte bis hinunter in die Erde.

Wir empfehlen euch, dabei zunächst mit der fünfminütigen Version zu arbeiten. Aufgrund der hohen Schwingungsnatur des [Aethos](#) wird dadurch eine Reinigung eures *Zentralkanals* erfolgen, wenn ihr eure Aufmerksamkeit in der oben beschriebenen Weise fokussiert.

Arbeitet ihr längere Zeit mit dieser Meditation, werdet ihr euch all jener Gedankenformen bewusst, die von eurem Chakrasystem und Zellgedächtnis »beherbergt« werden.

Eure Reinigung von einengenden Überzeugungen und Gedankenformen ist abgeschlossen, wenn ihr erkennt, dass *ihr* das *Lebendige Mysterium* seid. *Ihr* seid die Vereinigung von Materie und Licht. Ganz von Natur aus seid ihr eine *Brücke zwischen den Welten*, und somit habt ihr Zugang zu allen Schätzen aller Dimensionen.

Betrachtet diese Methode als eine Form des *spirituellen Hausputzes*. Wenn während dieser Meditation bestimmte Gedankenformen in euch aufsteigen, entscheidet euch bewusst, ob ihr weiter gemäß dieser Überzeugungen leben wollt oder nicht. Wenn nicht, trennt euch von ihnen wie von einem alten, kaputten Möbelstück, das ihr nicht länger braucht oder besitzen wollt. Wenn ihr es behalten wollt, behaltet es. Wenn nicht, lasst es los.

Wenn ihr euch mit der fünfminütigen Klangmeditation wohlfühlt, könnt ihr, wenn ihr es wünscht, mit der dreißigminütigen Version experimentieren. Oder ihr hört die fünfminütige Version während einer Meditationssitzung mehrmals hintereinander. Praktiziert diese Meditation aber NICHT öfter als einmal täglich, es sei denn, ihr seid bereit für eine Reise in eure eigene Unterwelt.

Diese Warnung ist keineswegs als »kosmische Karotte« gedacht, die wir euch vor die Nase hängen, um euch in Versuchung zu führen. Es ist ein Appell, eure Befreiung von kulturell verstärkten negativen und einengenden Gedankenformen mit der erforderlichen spirituellen Ernsthaftigkeit anzugehen.

Diese einfache Meditation ist von enormem Nutzen, weil ihr euch mit ihrer Hilfe von Überzeugungen und Gedankenformen befreien könnt, die euch in der Vergangenheit eingeengt und behindert haben.

Wenn ihr eure einengenden Gedankenformen und Überzeugungen transformieren wollt, empfehlen wir, diese Meditationsmethode häufig zu praktizieren.

Die Hathoren, den 20. Februar 2013

Toms Gedanken und Beobachtungen

Nach dem Empfang dieser Botschaft bat ich meine Mentoren, ihre Gedanken zu der Sonnenwende vom 21. Dezember 2012 ausführlicher darzulegen.

Sie sind der Ansicht, dass bei dieser besonderen galaktischen Ausrichtung tatsächlich ein Ausbruch intensiven spirituellen Lichts und evolutionärer Energien erfolgte, die vom galaktischen Zentrum ausgestrahlt wurden. Wie sie immer wieder gesagt haben, kündigt dies keineswegs das Ende des Planeten an. Es wurde aber eine neue Welle katalytischer und evolutionärer Energien in Gang gesetzt.

Ich nehme an, dass am Morgen des 22. Dezember nicht wenige Menschen enttäuscht waren, weil sich trotz der Aufregung, dem ganzen Hype, nichts Spektakuläres ereignet hatte. Aber die Menschheitsgeschichte ist voll von ähnlichen Prophezeiungen, die sich nicht bewahrheiteten. Eine kurze Internet-Recherche zum Thema »die Geschichte der Weltuntergangs-Prophezeiungen« zeigt, dass solche düsteren Vorhersagen immer wieder kamen und gingen.

Aber wenn die Hathoren recht haben, beginnt, auch wenn bei der Sonnenwende von 2012 die Welt nicht unterging, für den physischen Planeten doch eine neue Epoche.

Die Hathoren sind überzeugt, dass die Menschheit als Resultat dieser jüngsten galaktischen Ausrichtung eine erhöhte Zufuhr spirituellen Lichts empfangen hat. Wie sich das auf den einzelnen Menschen auswirkt, ist von Person zu Person verschieden.

Darüber hinaus glauben die Hathoren, dass diese Licht-Zufuhr nun unsere individuelle atomare Struktur durchdringt – sich ganz buchstäblich auf die Interaktion von Licht und Materie in uns auswirkt.

Ich bat sie, das näher zu erläutern, weil es mir etwas vage erschien. Was war mit Interaktionen zwischen Materie und Licht gemeint?

Ihre Sicht dieser Interaktionen beruht auf der Prämisse, dass Materie und Licht eng verbunden und in mancher Hinsicht zwei Seiten derselben Medaille sind. Albert Einstein benutzte seine berühmte Gleichung $E = mc^2$, um diese Beziehung zwischen Licht und Materie zu beschreiben. Aus dieser Perspektive können unsere Körper, die aus Materie bestehen, sich unter bestimmten Bedingungen theoretisch in Licht verwandeln – wobei es sich dabei, wie ich hinzufügen möchte, um extreme und höchst ungewöhnliche Bedingungen handelt.

Wirklich faszinierend an ihrer Antwort fand ich aber ihre Aussagen über die Natur des Lichts. Für sie sind auch physisches Licht und *spirituelles Licht* eng verwandt. Jenes Schwingungsspektrum, das wir »Licht« nennen (also das für unsere Augen sichtbare elektromagnetische Spektrum), stellt nur einen kleinen Teil des gesamten Energiespektrums dar.

Den Hathoren zufolge schwingt das *spirituelle Licht* viel schneller als das physische Licht (und auch schneller als jede Art von Energie des elektromagnetischen Spektrums). Doch aufgrund der nahen Verwandtschaft zwischen den beiden Lichtarten, kann *spirituelles Licht* unter bestimmten Bedingungen in physisches Licht transformiert werden, und umgekehrt.

Als ich sie bat, den Begriff *spirituelles Licht* ausführlicher zu erläutern, sagten sie, dass dieses Licht eine Ausdrucksform des Bewusstseins ist und normalerweise nur in stark veränderten Bewusstseinszuständen wahrgenommen werden kann – etwa in bestimmten Arten von Samadhi (yogische Trance) oder in der mystischen Kontemplation. Das liegt daran, dass *spirituelles Licht* nicht mit den physischen Sinnen wahrgenommen werden kann, sondern nur durch Mitwirkung der tiefsten Ebenen des Bewusstseins.

Als die Hathoren sagten, »*machtvolle Interaktionen zwischen Materie und Licht geschehen in uns*«, bezogen sie sich sowohl auf das physische als auch auf das *spirituelle Licht*.

Wie in allen menschlichen Belangen gilt ebenso hier, dass jede Person ganz individuell mit dieser Interaktion von Licht und Materie umgeht. Manche von uns scheinen sich im Bewusstsein aufwärts zu bewegen, manche treten auf der Stelle, und manche verlieren offenbar den Verstand. Eine verstörend große Anzahl von uns scheint buchstäblich verrückt zu werden und trägt zu dem heutigen seltsamen Gemisch von Irrationalität bei.

Während diese Oszillationen von Materie in Licht und Licht in Materie zunehmen, werden wir nach Ansicht der Hathoren erleben, dass in der Menschheit vermehrt Irrationalität und *Luminosität* auftritt (womit ein Zuwachs an spiritueller Bewusstheit gemeint ist). Die Welt wird in einem ständigen Hin und Her von Selbsterstörung und Selbsterkenntnis gefangen sein. Aus diesem und vielen anderen Gründen halten sie es für sehr hilfreich – wenn nicht gar zwingend notwendig –, dass wir uns von alten Gedankenformen und Überzeugungen befreien. Die Hathoren betrachten Gedankenformen und Überzeugungen als eigene Kategorien. Gedankenformen sind Konzepte über die Realität, und wenn eine Kultur eine Gedankenform als wahr akzeptiert, wird sie zu einer Konsens-Realität – ob diese Gedankenform der Wirklichkeit entspricht oder nicht.

Wenn ein Mensch eine Gedankenform zum Bestandteil seiner persönlichen Sicht der Realität macht, wird aus der Gedankenform eine Überzeugung.

Die Methode: Schritt für Schritt

1. Stellen Sie sich vor und spüren Sie, dass Ihr *Zentralkanal* entlang der Mittellinie ihres Körpers vom Perineum bis hinauf zum Scheitel verläuft.
2. Verlängern Sie den *Zentralkanal* bis zu Ihrem BA-Punkt oberhalb ihres Kopfes. Heben Sie, um diesen Punkt zu finden, Ihre Arme über den Kopf und legen Sie die Fingerspitzen Ihrer Hände aneinander. Etwa dort, wo Ihre Hände sich über Ihrem Scheitel berühren, befindet sich der BA-Punkt. Wenn Sie den Punkt bestimmt haben, können Sie die Arme wieder herunternehmen.
3. Verlängern Sie als Nächstes Ihren *Zentralkanal* in die Erde, und zwar so weit, wie es sich für Sie angenehm anfühlt.
4. Lenken Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das Innere Ihres *Zentralkanals*.
5. Spielen Sie die [Aethos Sound Meditation](#) ab und konzentrieren Sie sich dabei auf den *Zentralkanal*. Arbeiten Sie zunächst mit der fünfminütigen Version dieser Klangmeditation, um sich damit vertraut zu machen, wie diese Methode für Sie funktioniert.
6. An diesem Punkt haben Sie zwei Optionen.

Option 1

Die erste Option besteht darin, mit einer spezifischen Gedankenform oder einengenden Überzeugung zu arbeiten, von der Sie wissen, dass sie Ihnen zu schaffen macht. Lassen Sie es zu, dass die Gedankenform/Überzeugung sich Ihnen im *Zentralkanal* zeigt, während Sie Ihre Aufmerksamkeit dort fokussieren. Diese Energieform wird sich Ihnen in Gestalt einer Sinneswahrnehmung oder eines inneren Bildes so zeigen, wie es für Sie natürlich ist. Es kann also sein, dass Sie sie sehen oder fühlen, oder Sie erleben sie auf noch andere Weise. Wenn die Energieform sich zeigt, konzentrieren Sie sich während der gesamten Klangmeditation auf sie. Wenn Ihr Geist wandert, bringen Sie ihn zu diesem Fokus zurück. Arbeiten Sie mit der Energieform, bis sich in der Region, wo die Gedankenform/Überzeugung lokalisiert war, ein Gefühl der Öffnung oder Lösung einstellt.

Bei besonders dichten oder tief verwurzelten Gedankenformen/Überzeugungen sind dafür oft mehrere Sitzungen nötig.

Option 2

Die zweite Option für den Einsatz der [Aethos Sound Meditation](#) besteht darin, sich eine unterdrückte (oder unterbewusste) Gedankenform bewusst zu machen.

Beobachten Sie, was in Ihnen aufsteigt, während Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das Innere des *Zentralkanals* richten. Wenn Sie spüren, dass eine Energie in Ihrem *Zentralkanal* aufsteigt, richten Sie Ihre volle Aufmerksamkeit auf sie. Dadurch wird sich Ihnen die Gedankenform offenbaren, die mit dieser Energie verbunden ist. Wenn Ihr Geist wandert, bringen Sie ihn zu der Energie zurück.

Es ist möglich, dass mehr als eine Energie in Ihrem *Zentralkanal* aufsteigt. Wählen Sie in diesem Fall intuitiv eine dieser Energien aus und arbeiten Sie mit ihr, bis sich in der Region, wo die Gedankenform/Überzeugung lokalisiert war, ein Gefühl der Öffnung oder Lösung einstellt. In einer späteren Sitzung können Sie sich dann die anderen Energien vornehmen und mit ihnen arbeiten, wenn Sie das wünschen.

Wie bei Option 1 gilt auch hier, dass für besonders dichte oder tief verwurzelte Gedankenformen/Überzeugungen oft mehrere Sitzungen nötig sind.

Wenn sich ein Gefühl der Öffnung oder Lösung einstellt, wissen Sie, dass die Gedankenform/Überzeugung transformiert wurde. Wenn Sie das in der Region, in der die Energie lokalisiert war, nicht spüren, fahren Sie fort, sich auf diese Region zu konzentrieren, während Sie der [Aethos Sound Meditation](#) lauschen, bis sich dieses klare Gefühl der Offenheit oder Lösung einstellt.

Wenn sich dieses Gefühl, dass die Angelegenheit abgeschlossen ist, nicht einstellt, wenden Sie die Methode in einer anderen Sitzung erneut mit dem Ziel an, diese Gedankenform/Überzeugung weiter zu transformieren.

Wenn Sie die Gedankenform/Überzeugung vollständig transformiert haben, werden Sie in Ihrem Inneren etwas Neues spüren. Und es ist sehr wahrscheinlich, dass Sie nun über eine neue mentale, emotionale und/oder spirituelle Ressource verfügen, die Ihnen zuvor nicht zugänglich war.

Bei besonders dichten (sprich: hartnäckigen) oder tief verwurzelten Gedankenformen/-Überzeugungen werden Sie die Methode mehrfach anwenden müssen.

Abschließende Gedanken

Ich glaube, dass wir mit Hilfe dieser Methode den *Teppich unserer Wahrnehmungs-Realität* neu weben können, indem wir einengende Gedankenformen und Überzeugungen bewusst transformieren.

Diese Fähigkeit, die Welt auf neue Art wahrzunehmen, gehört meines Erachtens zu unseren größten (wenn auch oft übersehenen) Potenzialen.

Die Macht, unsere Wahrnehmungs-Realität zu ändern, ist nichts Geringeres als die Macht, uns selbst und die Welt neu zu imaginieren.

Klicken Sie [hier](#), um sich die [Aethos Sound Meditation](#) anzuhören oder sie herunterzuladen. Wenn Sie die Listening Terms akzeptiert haben, erhalten Sie kostenlosen Zugang zur fünfminütigen und zur dreißigminütigen Version.

Haben Sie die bisherigen Hathoren-Botschaften noch nicht gelesen, könnte die Botschaft [Der Aethos und nicht-duale Bewusstseinszustände](#) für Sie von Interesse sein. Sie finden Sie unter [Hathoren News](#) auf der [Webseite](#) des AMRA Verlages.

Informationen, die nicht in unmittelbarem Zusammenhang mit dieser Botschaft stehen

Auf [Toms Webseite](#) wurde gerade sein Terminkalender für 2013 gepostet. Tom wird im Frühjahr in Istanbul, Wien, Toulouse und München zu Gast sein. Am 25. Mai leitet er in New York ein eintägiges Seminar, und im Oktober finden zwei dreitägige Seminare mit ihm in der Nähe von Seattle statt.

[Transmissions of Light](#), eine neue Aufnahme mit katalytischen Hathoren-Klängen, ist nun als CD erhältlich. Es handelt sich um Liveaufnahmen katalytischer Tonmuster von einem Hathoren-Intensivseminar im Jahr 2011. Diese reinen hathorischen Klänge sind fokussiert auf die endokrinen Drüsen und die Schnittstelle zwischen Körper und Geist. Es gibt auf dieser CD nichts Gesprochenes, sondern ausschließlich Töne und Klänge. [Hier](#) finden Sie Hörbeispiele von dieser CD.

*Aus dem Amerikanischen von Thomas Görden
Copyright der Übersetzung: AMRA Verlag, Hanau, Germany*

Alle Planetenbotschaften der Hathoren aus den Jahren 2010 bis 2012 findet ihr auf Deutsch [hier](#). Die Botschaften von 2003 bis 2009 enthält das Buch [»AUFBRUCH INS HÖHERE BEWUSSTSEIN. WIE WIR DIE HERAUSFORDERUNGEN UNSERER ZEIT MEISTERN«](#) von Tom Kenyon, 256 Seiten, davon 16 Seiten Hathor-Fotostrecke in Farbe, mit CD zur Aktivierung der Zirbeldrüse, gebunden, oranges Leseband, nur € 19,95. Für die gesammelten Botschaften aus den Jahren 2010 bis 2012 ist das Buch [»LICHT-MEDIZIN. BOTSCHAFTEN DER HATHOREN FÜR DIE NEUE ZEIT«](#) von Tom Kenyon in Vorbereitung, 256 Seiten, mit CD und Leseband, ebenfalls € 19,95, das spätestens im Mai 2013 erscheint. Folgt bitte den verlinkten Begriffen für [weitere Bücher von Tom und Judi](#), [einen Kalender](#) und [eine große Auswahl an Toms CDs](#). [Hier](#) geht es zu all unseren Veröffentlichungen mit den Hathoren.