DIE KUNST DER SELBSTLIEBE

Vorwort und Meditation zum gleichnamigen Channeling von Pamela Kribbe*

von Gerrit Gielen

VORWORT

Die Kunst der *Selbst*-Liebe. Warum ist Selbstliebe so bedeutend?

Denken wir einmal an das Universum. Wir erleben das Universum auf zweierlei Weise, zunächst als unsere Außenwelt, doch dann auch aus unserer *inneren* Welt heraus. Stellen wir uns nun vor, wir *wachsen* innerlich: Unsere innere Welt wird größer, immer größer und größer, und am Ende dieses grenzenlos langen Weges erreichen wir die Ebene des Einsseins, *sind* wir das *Eine*. Und das bedeutet, dass die Außenwelt verschwunden ist, alles ist dann Teil unserer *inneren* Welt. Dies ist die *Gottes*-Ebene, die höchste Ebene im Universum.

Dies ist natürlich recht schwer vorzustellen und schwer zu begreifen, denn es hat mit Unendlichkeit zu tun. Unendlichkeit ist für uns vor allem ein gedankliches Konzept, ein wunderbares Konzept zwar, aber wir können es nicht wirklich erfassen. Es ist immer größer als wir uns vorstellen können, immer noch komplexer, immer noch großartiger. Es gibt zum Beispiel keine höchste Zahl. Wenn wir eine bestimmte Zahl nehmen, können wir ihr immer noch etwas hinzuaddieren und erhalten eine höhere Zahl. Und dennoch *existiert* Unendlichkeit, *Gott* existiert, die *Gottes-Ebene* existiert, und auf dieser Ebene sind wir *Eins*, gibt es keine andere, äußere Welt. Und weil da es keine äußere Welt mehr, sondern nur noch eine *innere* Welt gibt, existieren auch *Zeit* und *Raum* nicht länger! Denn Zeit und Raum würden bedeuten, dass Dinge einen Ort in einer äußerlichen, einer *Außenwelt* haben und würden so wieder eine Art Bezug oder Beziehung bewirken, die wir dann zu dieser Außenwelt hätten.

Aber was macht diese Gottes-Ebene, die Ebene des Einen *tatsächlich* zu Einem, zu einer Einsheit? Warum fällt sie nicht auseinander? Der Grund dafür ist *Selbst-Liebe*. Die Selbstliebe Gottes, die Selbstliebe *auf* der Gottes-Ebene. Und weil es auf dieser Gottes-Ebene nur die *innere* Welt gibt, bedeutet die Selbstliebe Gottes zugleich die Liebe für *Alles*, für alles, was im Universum existiert, denn alles, was im Universum existiert, ist Teil der inneren Welt von Gott, der *Innenw*elt von Gott. Durch Selbstliebe ist das Universum *Eins*. Selbstliebe ist das Fundament des Universums. Und die Selbstliebe Gottes bedeutet Liebe für *Alles*.

Wenn wir also in *Kontakt* mit dieser Quelle stehen, fühlen wir *Liebe*.

Die Kunst der Selbstliebe ist im Kern die Kunst des *Verbindens* mit *Gott*.

Und wie machen wir das? Wie können wir uns mit der Ebene des Einsseins verbinden? Dies ist einerseits einfacher als wir meinen und auf der anderen Seite ist es schwierig, weil es so naheliegend, so offensichtlich und selbstverständlich ist. Es ist die Erkenntnis, dass, wenn wir etwas betrachten - eine schöne Blume, eine Landschaft, uns an Schönheit erfreuen, uns an der Schönheit einer Musik, an der Schönheit dessen erfreuen, lebendig zu sein, an der Schönheit der Natur allgemein - dies die Erkenntnis ist, dass die Erfahrung aller Schönheit die Erfahrung unserer *eigenen* Schönheit ist.

Was aber bedeutet diese Erfahrung von Schönheit? Wir streifen in der Natur umher, wir sehen all diese lebendigen Pflanzen und Tiere, den Himmel, das Licht der Sonne, die Blumen, und alles ist anders und doch ist alles *Eins*. All die unterschiedlichen Wesen und Entitäten kommen zusammen in Einheit. All dies geschieht *in* uns. Wenn wir die Schönheit der Natur genießen, genießen wir unsere *eigene* Schönheit. Was geschieht, ist dies: Wenn wir uns an der Schönheit der Natur erfreuen, erfreuen wir uns daran, wie unterschiedliche Dinge *Eins* werden. Das ist Harmonie. Und diese Einsheit ist *in* uns. Und wenn wir erkennen, dass all die Schönheit, die wir sehen, eigentlich unsere *eigene* Schönheit ist, ist dies ein Gefühl von *Selbst*-Liebe. Wenn wir eine schöne Blume sehen, warum ist sie für uns so schön? Weil es unsere *eigene* Schönheit ist, die wir sehen. Wenn wir dies anerkennen und wir erkennen: "Oh, das ist meine eigene Schönheit! Das bin *ich*! So schön *bin ich*", werden wir *Selbst*-Liebe fühlen.
Wenn wir erkennen, dass, wenn wir in der Natur umherwandern und all die Dinge dort zusammen kommen sehen und Einheit fühlen und die Schönheit dieser Einheit fühlen und erkennen: "Jetzt bin ich verbunden mit der Ebene der Einheit, der Quelle der *Selbst*-Liebe!", und wenn wir dann akzeptieren: "Ich bin ein Teil davon. Ich gehöre dazu. Ich habe einen Platz darin. Und all die Schönheit und Harmonie, die ich sehe, ist meine *eigene* Schönheit, meine eigene *Harmonie*", dann werden wir beginnen, *Selbst*-Liebe zu empfinden.

Selbstliebe entsteht und wird Wirklichkeit *in* uns. Wenn wir uns für unsere Schönheit öffnen, können wir Entscheidungen treffen. Eine Entscheidung bedeutet, dass wir uns auf etwas fokussieren. Dass wir uns auf Ärger, auf Sorgen fokussieren und auf der Basis dieser Sorgen zu denken beginnen: "Ich hätte das und das tun sollen, ich hätte dieses und jenes sagen sollen, hoffentlich geht jetzt nicht alles schief...", und das lenkt uns von unserer Selbstliebe ab. Wenn wir uns aber auf schöne Dinge fokussieren, wenn wir etwas Schönes sehen wie einen Sonnenaufgang und wir uns für diese Schönheit öffnen und erkennen: "Das ist meine *innere* Schönheit", führt dies zu *Selbst*-Liebe. Wir erkennen, dass dies ein Grund ist, von der *'Kunst'* der Selbstliebe zu sprechen.

Es hat wirklich mit einer Kunst zu tun. Der Kunst der Natur. Es hat wirklich mit Schönheit zu tun, mit Ästhetik. Die Kunst der Selbst-Liebe ist also die Kunst des Gewahrseins all dessen was um uns herum schön ist. Und wenn wir dann den nächsten Schritt tun und erkennen, dass dies unsere eigene Schönheit ist, wenn wir das *sagen* können: "Oh, das ist meine eigene Schönheit!", empfinden wir augenblicklich *Selbst*-Liebe - eine wirkliche Wertschätzung dafür, was wir auf der tiefsten Ebene, der *Gottes*-Ebene sind. Wir sind mit dieser Ebene verbunden, wir sind ein Teil dieser Ebene. Unsere Seele existiert außerhalb von Raum und Zeit.

Die Kunst der Selbstliebe ist also die Kunst des Wertschätzens unserer eigenen Schönheit. Und wir werden unsere eigene Schönheit wertschätzen, wenn wir erkennen, dass jede Schönheit, alles Schöne, das wir sehen, unsere *eigene* Schönheit ist.

Wir sind schön!

Und nun werde ich eine Meditation durchführen, die helfen wird, die eigene innere Schönheit zu erkennen.

MEDITATION

Die nun folgende Meditation ist eine Anleitung für das Erkennen Deiner eigenen Schönheit.

▷ ZUR MEDITATION (bitte anklicken)

Vielen Dank.

*CHANNELING

▷ Zum Channeling "DIE KUNST DER SELBSTLIEBE" (bitte anklicken)

Autor: © Gerrit Gielen (Link zur Original-Aufnahme)
Übersetzung: Yvonne Mohr, https://www.lichtderwelten.de/index.php/betrachtungen/gerrit-gielen/die-kunst-der-selbstliebe--vorwort-und-meditation