DIE KUNST DER SELBSTLIEBE

Maria, gechannelt durch Pamela Kribbe

Liebe Freunde,

ich bin Maria. Ich bin eure Schwester und Seelenverwandte. Ich verbinde mich mit euch über unsere Herzen. Ich bringe euch die Schwingungen von Zuhause mit, die Schwingung eures natürlichen Seinszustandes. Er ist frei von Selbstverachtung oder Selbsthass, denn wenn ihr in eurer natürlichen Schwingung seid, wisst ihr zutiefst, dass ihr freie Hand darin habt, das Leben zu erkunden, dass ihr schon immer die Freiheit hattet, durch alle Extreme zu gehen, die das Leben, die Dualität zu bieten hat. Und dass es auch genau so sein sollte.

Wenn ihr in eurem natürlichen Seinszustand seid, nehmt ihr den Fluss des Lebens, die Extreme des Lebens an und wisst ihr, dass ihr arglos und schuldlos seid. Sobald ihr euch in den Zyklen des Lebens auf der Erde verfangt und an die Extreme der Dualität, an die Polaritäten von Gut und Böse, Licht und Dunkelheit zu glauben beginnt, beginnt ihr, eine Rolle in diesem riesigen Spiel des Lebens zu spielen, das für euch immer realer wird, je tiefer ihr den Sprung in die Inkarnation, ins Fleisch, in die Dualität tut. An eurem tiefsten oder dichtesten Punkt dann glaubt ihr, dass dies alles ist, was es gibt.

Ihr glaubt, ihr wärt dieses winzige Fragment, dieses winzige Teilchen in einem großen Universum, das von riesigen Kräften beherrscht wird, Kräften von Gut und Böse, Kräften, die größer zu sein scheinen als ihr. Und wenn ihr ganz in die menschliche Erfahrung und die damit verbundenen Ängste, Einsamkeit und Sorgen eingetaucht seid, verliert ihr den Kontakt zu eurer natürlichen Schwingung. Ihr verliert den Kontakt zu dem, was ich "Zuhause" nenne, und was einst als faszinierendes, mysteriöses, aufregendes Spiel begann, wird nun zu einem Albtraum. Ihr seid gefangen in einer Illusion und es scheint so schwer zu sein, dort wieder herauszukommen.

Die Wirklichkeit der Angst und ihre energetische Präsenz können so stark und überwältigend sein, dass es unmöglich scheint, aus ihr zu entkommen. Es ist, als wärt ihr gefangen und als wären alle Menschen um euch herum im selben Gefängnis. Sobald ihr dann aufwacht und euch erinnert, dass es eine andere Art von Schwingung gibt, dass es etwas anderes gibt, etwas viel Freudigeres, Freieres und Schöneres, beginnt ihr, nach Zustimmung aus den Augen der Menschen um euch herum zu suchen, aber auch sie sind tief in diesem Gefängnis gefangen. Sie sagen zu euch: "Nein, wovon redest du? Du bist verrückt. Du musst hier überleben, deinen Lebensunterhalt verdienen, zäh und robust sein. Gib dich nicht mit diesen verträumten, idealistischen Vorstellungen ab. Du bist verrückt, du bist realitätsfremd!"

Das ist das Schicksal vieler Lichtarbeiter, denn sie haben diese starke Erinnerung oder dieses Heimweh in sich und es ist sehr schwer oder sogar unmöglich für sie, sich an das Gefängnisleben zu gewöhnen. Ihr seid dafür angelegt, daraus auszubrechen, zu entkommen. Darum seid ihr hier. Es ist die Bestimmung oder Mission eurer Seele, wenn ihr es so nennen wollt, die Schwingung des menschlichen Bewusstseins auf der Erde zu verändern, und ihr tut dies, indem ihr euch an eure eigene natürliche Schwingung erinnert und sie fühlt, sie nährt und hegt und ihr zu erwachen helft, während ihr im Körper auf der Erde seid. Das ist die Kunst der Selbstliebe. Euch an eure wahre natürliche Schwingung zu erinnern, die die Schwingung eines Schöpfers ist, nicht die eines Opfers. Es ist die Schwingung eines Liebhabers des Lebens, nicht die eines Menschen, der nur zu überleben und über die Runden zu kommen versucht. Selbstliebe ist im Wesen die Kunst, euch selbst zu erkennen. Und um euch selbst zu erkennen, müsst ihr euch durch einen dicken Schleier von Illusionen arbeiten.

Ich möchte einige der grundlegendsten Illusionen ansprechen, die euch davon abhalten, euch selbst zu lieben, und die erste, die ich ansprechen möchte, ist die Illusion, dass ihr ein menschliches Wesen seid.

Es stimmt zwar, dass ihr die Gestalt eines Menschen angenommen habt, und dies schon seit einer Reihe von Leben, so dass ihr tief in die menschliche Erfahrung eingetaucht seid, aber es ist nur eine Erfahrung. Und die menschliche Erfahrung an sich ist sehr reich, tief und komplex, so dass sie Nahrung für die Seele bietet. Eure Seele erforscht gerne. Eure Seele ist eine Liebhaberin des Lebens, aber die Seele ist nicht annähernd menschlich. Ich lade euch dazu ein, euch jetzt mit eurer Seele zu verbinden.

Erhebt euch über euren menschlichen Verstand, denkt nicht so viel darüber nach, sondern *fühlt* die Präsenz dessen, wer ihr jenseits eurer menschlichen Form, eures Körpers, eures Verstandes seid. Erinnert euch daran, wer ihr wart, *bevor* ihr geboren wurdet. Um euch zu helfen, euch von der Vorstellung zu befreien, ein Mensch zu sein, bitte ich euch, euch vorzustellen, dass ihr, ehe ihr geboren wart, dieser riesige Vogel oder Engel mit enormen Flügeln wart. Und ihr fliegt hoch oben am Himmel, aber der Himmel ist nicht physisch, er ist aus himmlischer Materie gemacht. Fühlt, während ihr dort fliegt, die Leichtigkeit, die Mühelosigkeit und das Gefühl von Freiheit und Abenteuer. Spürt, dass es beinah ist, als wärt ihr *ohne* Körper, ohne die Schwere eines physischen Körpers. Der Vogel oder Engel ist nur Energie in Bewegung. Er kann durch die Dimensionen reisen und kann sich dorthin begeben, wo immer er sich hingezogen fühlt. Der Vogel denkt nicht, *er fühlt*. Stellt euch vor, ihr *seid* jetzt dieser Vogel, dieser Engel.

Euer Bewusstsein tritt in seinen Körper, in sein Herz ein, in den Kopf, die Flügel, und ihr fühlt eine Leichtigkeit, als würde eine Schwere von euch abfallen. Ihr erinnert euch, dass das alles ein Spiel ist und dass ihr irgendwann aus dieser Dimension des Menschlichen austreten könnt und werdet, und euch erinnern werdet, dass der freieste Teil von euch tatsächlich ohne jede Form ist. Er ist einfach eine *Seiendheit*, ein *Sein*. Und er ist voller Leben. Er hat einen natürlichen Sinn für das Staunen und für Wunder, für Magie und die Freude am Lebendig-Sein. Erlaubt dieser ursprünglichen Schwingung, in euch zu erwachen. Integriert den Vogel oder den Engel und lasst euch nicht zu tief von der menschlichen Erfahrung einfangen.

Geht in eurer Vorstellung zu dem Moment, in dem ihr in diesem Leben auf der Erde geboren wurdet und dieses winzig kleine Baby wart, und haltet es in euren Engels-Armen. Ihr seid immer noch der Vogel, der Engel, und ihr schaut diesem winzigen Kind in die Augen und ihr sagt zu ihm oder ihr: "Erinnere dich daran, wer du bist. Ich bin bei dir, immer. Du bist unschuldig. Du bist frei."

Dieses kleine Baby ist so liebenswert. Was immer euch im Laufe eurer Kindheit oder eures Erwachsenenlebens widerfahren ist, was immer euch von diesem kostbaren Kind entfremdet oder getrennt hat, es ist immer noch da. Und wenn auch die meisten von euch jetzt voller Urteile über sich selbst sind, über das Leben, darüber, wie die Dinge hätten sein sollen, jetzt sein sollten, irgendwann sein sollten, bitte ich euch, wirklich in die Augen des kleinen Kindes zu schauen. Spürt, wie seine Arglosigkeit und Unschuld, seine Offenheit alle Ebenen des Urteils durchbricht.

Vergebt euch selbst. Vergebt euch selbst für die Dinge, von denen ihr glaubt dass sie verkehrt gelaufen sind, für die Fehler, die ihr glaubt, gemacht zu haben, für das Leid, das ihr glaubt, anderen zugefügt zu haben. Vergebt.

Dieses Kind trägt eine Unwissenheit in sich, die ein Geschenk, eine Gabe ist. Das Kind ist pures, reines Leben. Das Kind ist ein Teil von euch, der den Sprung in die Inkarnation, in das Nichtwissen, in die Unwissenheit gewagt hat und damit den Raum für die Tiefe der Erfahrung geschaffen hat, die ihr gewonnen habt, indem ihr Mensch wurdet, und ja, das Kind, ihr, *du*, hat Fehler gemacht. Ihr seid im Reich der Dualität gefangen, gefangen in den Illusionen, aber es ist wichtig, zu vergeben. Das ist euer Weg hinaus. Wenn ihr euch selbst vergebt, vergebt ihr auch anderen. Ihr vergebt der Welt, dass sie so ist, wie sie ist. Ihr vergebt der menschlichen Wirklichkeit, dass sie so fehlerhaft, unvollkommen und voller Tragik ist. Ihr erhebt euch auf die Ebene eurer natürlichen Schwingung - die spielerisch ist - und ihr erkennt, dass die ganze Erfahrung des Menschseins euer Herz weiter und offener gemacht hat, eine tiefe Ebene des Mitgefühls bewirkt hat. Wahres Wissen und wahre Einsicht sind letztlich das Ergebnis all eurer Inkarnationen. Der Schatz, der auf euch wartet. Hört auf, euch selbst zu bestrafen, und verlasst euer Gefängnis. Ihr seid kein hilfloses, winziges menschliches Wesen. Ihr seid göttlich und frei. Steigt aus der Illusion aus, nur ein Mensch zu sein.

Die nächste wichtige Illusion, die ich ansprechen möchte, die Illusion, die euch davon abhält, Liebe zu empfangen, ist die Vorstellung, dass ihr im Grunde allein seid und dass ihr es allein schaffen müsst, dass ihr ganz allein überleben und eure Ziele erreichen müsst. Die meisten von euch haben mit einem tiefen Gefühl des Alleinseins zu kämpfen. Einem Gefühl des Getrenntseins, das euch quält und das nicht natürlich ist. Dieses Gefühl der Einsamkeit, des Zersplittert-Seins, des Abgetrennt-Seins verursacht viel Angst oder Mangel an Sicherheit in eurem Wesen. Und es ist sehr schwer, euch selbst zu lieben, euch überhaupt mit der Wirklichkeit der Liebe zu verbinden, wenn ihr diesen *Glauben* an die Trennung bestätigt und bejaht. Denn genau das ist es, es ist ein *Glaube*. Es ist nicht die Wirklichkeit.

Wenn ihr in der Daseinssphäre seid, in der ich mich jetzt befinde und von der aus ich zu euch spreche und mich mit euch verbinde, in dieser Sphäre, diesem Reich, das euren natürlichen Seinszustand widerspiegelt, seid ihr eine Seele. Und ja, in gewisser Weise seid ihr ein separates Wesen in dem Sinne, dass ihr *einzigartig* seid, dass ihr eure eigene individuelle Erfahrung habt. Ihr seid *ihr*, nicht jemand anderes. Aber ihr fühlt euch so tief mit dem Leben um euch herum verbunden, dass es ist, als würdet ihr es beständig einatmen - so wie ihr mit jedem Atemzug Sauerstoff einatmet - und es ist eine unbewusste Aktivität, es geschieht einfach ständig, und so ist es auch in meiner Dimension. Ihr seid hier auf eine mühelose Weise mit dem Ganzen, mit dem Leben verbunden. Es geschieht ganz von selbst.

Und genau das ist das Gefühl und Empfinden von Sicherheit und Zugehörigkeit, das ihr in euren Erdenleben so sehr vermisst. Ich möchte, dass ihr wisst, dass dieses Gefühl der Verbundenheit euch *jetzt* zugänglich ist. Ich bitte euch, mit eurem Bewusstsein in die Mitte eures Herzens, in die Mitte eurer Brust zu gehen, und dort eine Öffnung hin zu der Dimension, der Seinsebene wahrzunehmen, in der ich bin und die euer Zuhause ist. Verbindet euch damit, seid der Engel, der ihr seid, und erlaubt der liebevollen Energie von Zuhause, in euer Herz zu kommen.

Vielleicht seht ihr wunderschöne Bilder von der Natur oder eurer geistigen Freunde, eurer Führer, wie ihr sie nennt. Erlaubt und ermöglicht einfach dieser Freundlichkeit, dieser Schönheit, zu euch zu kommen. Ihr seid für einen Moment frei von euren menschlichen Sorgen und ihr erlaubt eurem Energiearum, eurem Energiefeld, durch diese Schwingung der liebevollen Verbindung erfrischt und belebt, revitalisiert zu werden. Sie fühlt sich zeitlos an. Sie ist eine immerwährende, ewige Quelle, die ihr anzapft. Ihr seid nicht allein.

Um diese Verbundenheit besser zu verstehen, bitte ich euch, euch jetzt vorzustellen, ihr sitzt an einem schönen Ort in der Natur in dieser Dimension und erfreut euch an den Klängen der Vögel, der Bäume und des Windes. Alles fühlt sich einladend und friedlich an. Ihr habt das Gefühl, hierher zu gehören. Da ist eine Vertrautheit, ein Empfinden von Intimität.
Und dann erscheint euch jemand, ein sehr lieber Freund oder Freundin, der oder die auf euch zukommt und mit euch spricht. Er oder sie setzt sich neben euch, und ihr lächelt euch an. Es ist dieses brüderliche oder schwesterliche Gefühl zwischen euch beiden, und ihr bemerkt, wie eure Freundin, euer Freund euch mit diesem tiefen Gefühl des Mitgefühls ansieht und versteht, was ihr auf der Erde durchmacht. Und dann fragt ihr ihn oder sie: "Wie kann ich meine eigene natürliche Schwingung lebendig halten, während ich in diesem menschlichen Körper bin? Wie kann ich dieses Gefühl der Abgeschiedenheit, des Alleinseins verlieren, wie kann ich aus all dem schlau werden?"

Und ihr lasst die liebevolle, weise Energie eures Freundes, eurer Freundin zu euch strömen, wie eine Energieübertragung, und dann empfangt ihr ihre Antwort. Die Energie, die zu euch kommt, ist die Energie der Liebe, der reinen Selbstliebe - erlaubt euch, geliebt zu werden, euch sicher zu fühlen, zu sein, wie und wer ihr seid, euch frei auszudrücken, zu empfangen, was ihr in eurem menschlichen Leben wirklich *braucht*. Öffnet euch für die Fülle, für die Fülle der Freude, der Freundlichkeit, der Freiheit, die euch entgegenkommen möchte.

Ihr seid der Liebe würdig, der Freundlichkeit würdig. Schaut tief in die Augen eurer Freundin, eures Freundes auf der anderen Seite und erkennt, dass ihr geliebt und umsorgt werdet.

Ich bitte euch nun, euch wieder eures Atems bewusst zu werden, eurer Atmung im Hier und Jetzt, und in die Gegenwart, in euren irdischen Körper zurückzukehren. Nehmt die Bilder mit, die ihr auf dieser Reise gesehen habt. Das Bild des unschuldigen, kleinen Kindes. Das Bild der Augen eurer himmlischen Freundin, eures himmlischen Freundes. Seid zärtlich, liebevoll und mitfühlend mit euch selbst. Dies ist zugleich die höchste Qualität, die ihr mit anderen Menschen teilt.

Die Kunst der Selbstliebe bedeutet, dass ihr einige der hartnäckigen Illusionen, an die euch die menschliche Gesellschaft glauben lässt, durchbrecht und loslasst. Die Kunst der Selbstliebe bedeutet, dass ihr euch von der Schwingung der Angst und der Einsamkeit löst, die im Moment auf der Erde so weit verbreitet ist. Sie erfordert, dass ihr euch vom kollektiven Bewusstsein löst und stark und euch eurer selbst bewusst seid.

Selbstliebe erfordert ein starkes Bewusstsein, um zu durchschauen, was illusionär ist. Sie erfordert Mut. Eure eigene natürliche Schwingung zu verkörpern, ist wahrlich eine heldenhafte Reise. Wahre Selbstliebe ist nichts Sentimentales und letztlich nicht einmal etwas zutiefst Emotionales. Sie ist eher wie eine Erkenntnis, ein deutliches Wissen. Die Kunst der Selbstliebe ist die Kunst, euch selbst zu erkennen. Und ihr seid die Pioniere, die Anführer dieses neuen Bewusstseins, das sich nun von dem alten löst.

Ihr seid hier auf der Erde in einer Gruppe. Es besteht ein weltweites Netzwerk von verbundenen Seelen, auch wenn ihr einander nicht persönlich kennt. Es besteht ein Gruppenbewusstsein unter den Lichtarbeitern, und dies hilft euch, eure Eigenschwingung hinunter in die Wirklichkeit der Erde, des menschlichen Bewusstseins herunterzubringen oder zu kanalisieren.

Ich möchte schließen, indem ich ein paar Momente mit allen von euch teile, die sich gerade auf diese Botschaft, diese Energie einstimmen und die Gleichgesinntheit, eure gemeinsame Reise spüren.
Wir auf unserer Seite bewundern euch wirklich und lieben euch für das, was ihr seid. Fühlt unsere Liebe und fühlt die Präsenz eines erwachenden Bewusstseins, das bereits da ist, genau jetzt.

Ich danke euch allen von Herzen.

Channeling: © Pamela Kribbe
Übersetzung: Yvonne Mohr, http://www.lichtderwelten.de
Deutscher Text: https://www.lichtderwelten.de/index.php/geistige-welt/channelings-anderer/pamela-kribbe/maria--die-kunst-der-selbstliebe