Wie tief geht der Kaninchenbau? – Teil 2

Wie tief geht der Kaninchenbau?

(in Englisch: ***Rabbit Hole*****,** in Anlehnung an Alice im Wunderland**)**

geschrieben von Eric Raines auf Unleashing Natural Humanity, übersetzt von Antares

Dies ist die Fortsetzung von Teil 1 des Artikels

… Worauf es ankommt, ist eine einfache Wahl. Dinge auszuwählen, die sich gut anfühlen, und Dinge herauszusuchen, die sich nicht gut anfühlen. Dinge, die sich nicht gut anfühlen, versuchen wir instinktiv zu vermeiden, einfach weil Schmerzen unangenehm sind. Das geht viel tiefer als lediglich körperliche Schmerzen. Emotionaler und mentaler Schmerz können häufig erheblich schmerzhafter sein als körperliche Schäden. Überraschenderweise sehen wir, wenn wir das allübliche Muster des menschlichen Bewusstseins in unserer Gesellschaft gegenwärtig betrachten, zahlreiche Menschen, die unmittelbare Entscheidungen treffen, die sie in unglaubliche Niveaus von Stress, emotionale, mentale und manchmal sogar physische Schmerzen hineinversetzen.

Von Dingen, die sich gut anfühlen, werden wir instinktiv angezogen. Dopaminrezeptoren im Gehirn werden mit Aktivität überflutet, sobald unsere Vergnügungs- und Belohnungszentren aktiviert werden, da unser Körper mit Wohlfühlhormonen und organischen chemischen Cocktails angefüllt ist. Freisetzung und Zufriedenheit auf allen Ebenen, emotional, mental und physisch fühlen wir uns stets phänomenal und natürlich, wir würden denken, die offensichtliche Wahl wäre es, zu wählen, was sich gut anfühlt, wenn wir uns jedoch umsehen, erkennen wir, dass dies nicht die übliche Ansicht ist.

Erkennend, wie direkt jedes menschliche Bewusstsein mit der Mikro / Makro-Welt um sich selbst herum verbunden ist, fangen wir an, ein Muster entstehen zu sehen.

Als Kind wachsen wir in der Umgebung auf, in der wir leben; wir nehmen die sozialen, ökonomischen, ökologischen, emotionalen und spirituellen Resonanzen aus dieser Umgebung auf.

Wenn du in einer Umgebung aufwächst, die negative Selbstgespräche begünstigt, den Mangel der Verarbeitung und des Loslassens aufgebauter Emotionen absichtsvoll übergeht, die Akzeptanz von räuberischem Verhalten fördert, um zu bekommen, *‚was deins ist'*, oder einfach einen Wertemangel im Leben duldet, wirst du üblicherweise diese Sichtweisen aufgreifen.

Trotz der Tatsache, dass du nicht gewählt hast, in diesen Resonanzen aufzuwachsen, hast du dem zugestimmt, diese Programme auf dich zu laden, indem du sie nicht von Anfang an als Wahrheit aberkannt hast. Das wäre niemals etwas, was sich leicht hätte umsetzen lassen und ist unglaublich selten, dass es vor dem Erwachsenenalter aufkeimt, jedoch durchaus möglich. Die Mehrheit nimmt allerdings diese Programme des Selbstzweifels auf, des äusseren Bedürfnisses nach Bestätigung, der Akzeptanz von kaltem /gleichgültigem Verhalten als „normal", des Fehlens von Selbstwert und eines wachsenden Gefühls von Selbsthass und beginnt dann, all dies innerhalb ihres eigenen Seinszustandes hin und her zu wiederholen.

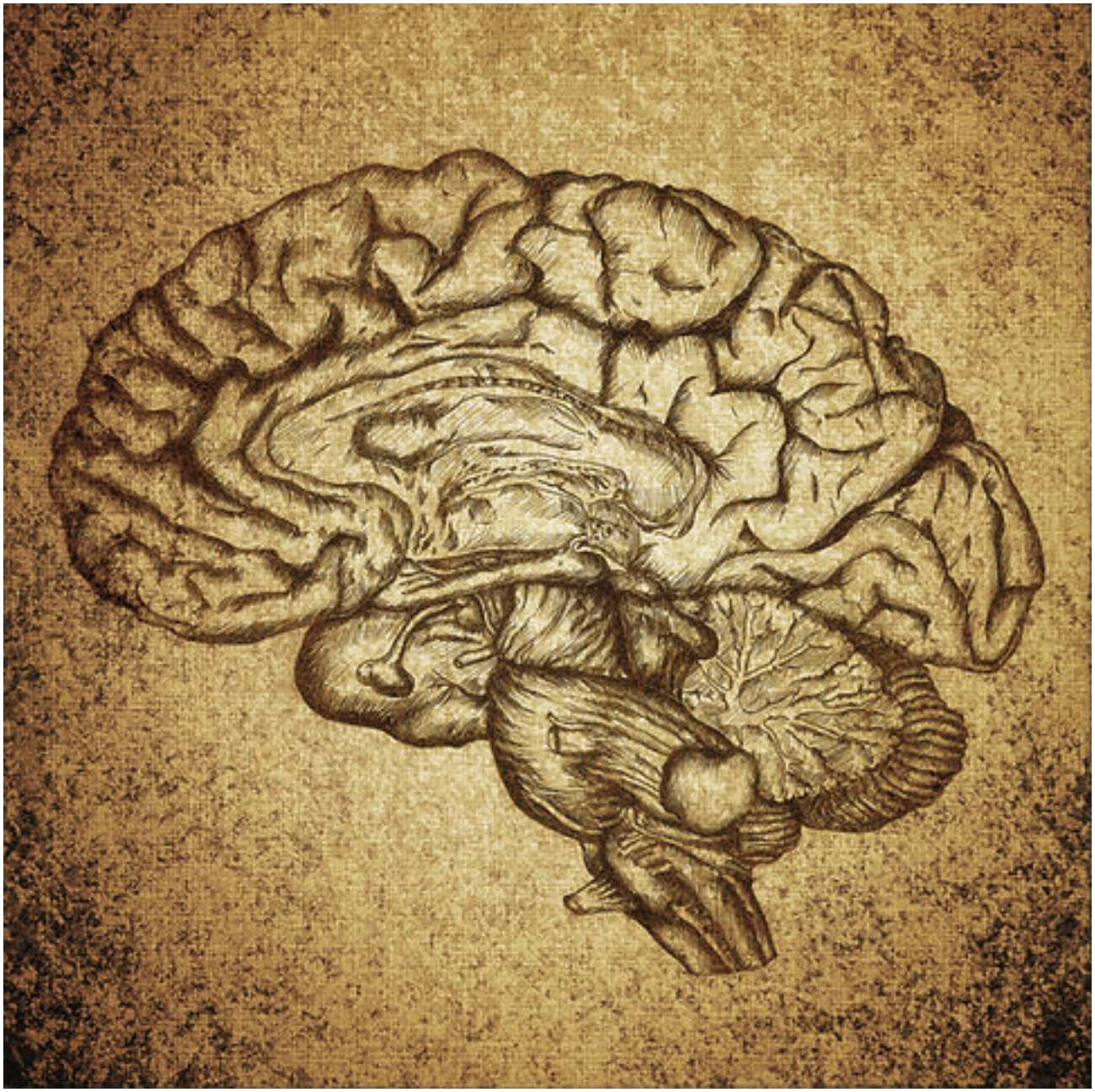
Die überwiegende Mehrheit der Menschen heutzutage ist nicht glücklich, fühlt sich nicht wohl und hat ernsthaft keinerlei Hoffnung für die Zukunft.

Dies erzeugt ein Feld von Schaffung und Reflexion aus dem Universum um sie herum, das von ihnen selbst generiert wurde, und hält die Reflexion aufrecht, die zu ihnen zurückprallt, von all dem, das sie selbst ausdrücken.

Noch einfacher dargestellt, sie erschaffen ihre eigene buchstäbliche Hölle, hier auf Erden. Sie müssen nicht einmal sterben, um sie zu erfahren!

Sie treffen Entscheidungen, die auf Angst basieren, nicht auf Liebe.

Der menschliche Körper hat zwei verschiedene Funktionsweisen des zentralen Nervensystems. Kampf-oder-Flucht bzw. Ruhe-und-Entspannung. Das Steuerungssystem dieser Modi ist das Autonome Nervensystem, oder die Kontrolle der automatischen Funktionen im Körper wie des Herzschlags, der Atmung, der Verdauung, der Fortpflanzung, etc. …



Innerhalb dieser beiden Modi kannst du die gleiche direkte physische Reaktion haben, durch den Anstoss des Bewusstseins jedoch kann es einen völlig anderen Erfahrungspunkt ergeben.

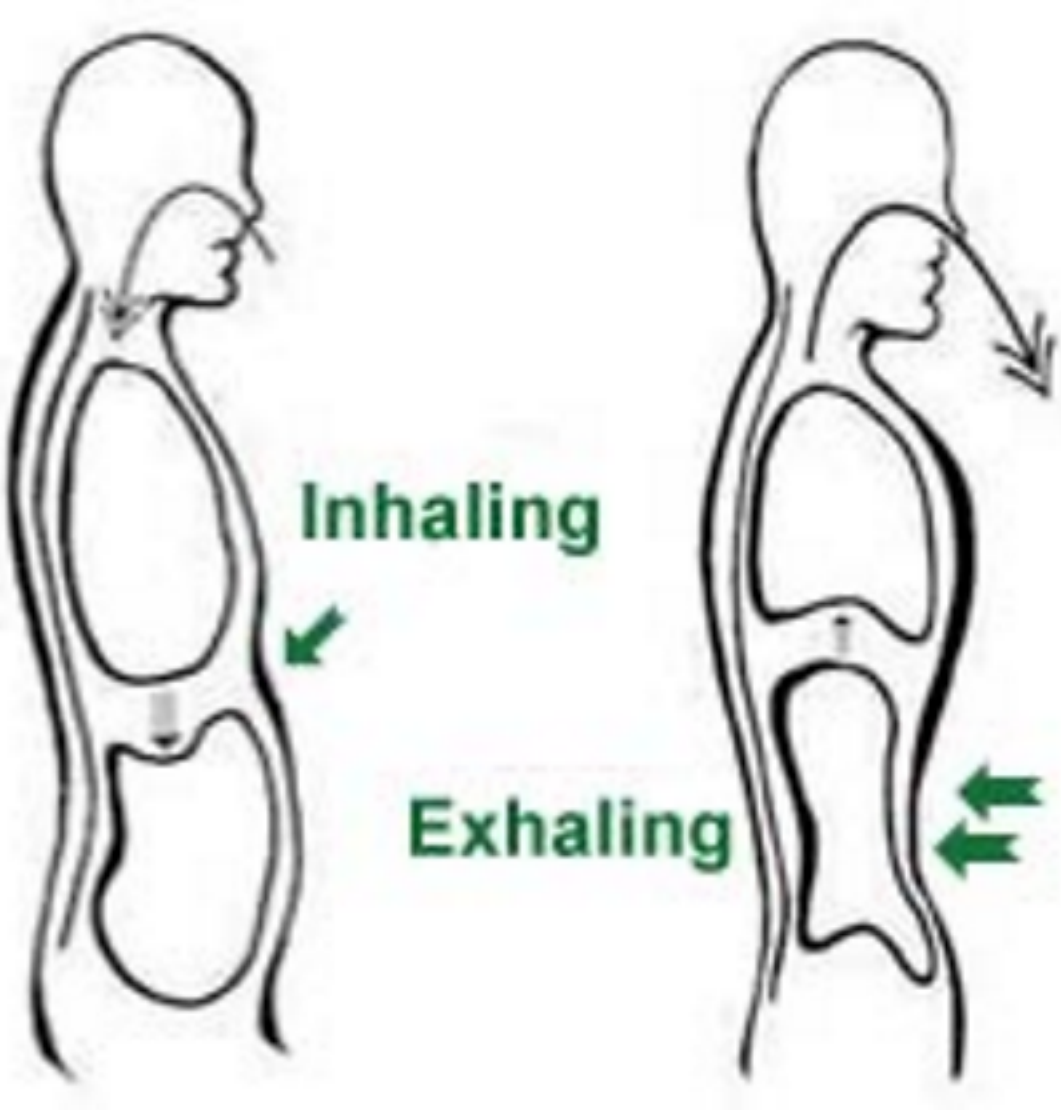
Nimm zum Beispiel Aufregung und Angst. Physisch sind diese Empfindungen genau die gleichen. Erhöhter Herzschlag, seltsames Flattern im Bauch, trockener Mund und Hyperfokus, wenn du aber am Rande des Flugzeugs mit einem Fallschirm auf dem Rücken sitzt und Angst hast, herauszuspringen, statt unglaublich aufgeregt darüber zu sein … nun, wirst du eine deutlich andere Erfahrung machen.

Du kannst die gleichen körperlichen Reaktionen erleben, jedoch völlig unterschiedliche Erfahrungen machen. Der Filter ist der Zustand des Seins, genauer ausgedrückt, der Modus, in dem dein Nervensystem operiert …

Von all diesen automatischen Systemen ist das einzige, auf das wir einen direkten Zugang haben, die Atmung.

Indem du den Atem einfach mit einer vollen, tiefen Baucheinatmung für länger als 2 Minuten

kontrollierst, löst du das Nervensystem aus dem Kampf-oder-Flucht-Modus heraus bzw. bringst es in den Ruhe-und-Entspannungs-Modus hinein. Folge der Zählung von 4 Sekunden Einatmen, 4 Sekunden Halten an der Spitze des Einatmens, 4 Sekunden Ausatmen und 4 Sekunden Halten in der Tiefe des Ausatmens (Quantum Pause Atmung) für maximale Wirkung.



Diese leicht zugängliche Technik wird jedem eine physische Grundlage geben, auf die er zurückkommen kann, wenn er seinen Seinszustand oder seine bewusste Resonanz innerhalb seiner Quantenrealität umgehend verändern will.

Wenn wir aus einem stabilen Zustand des Seins kommen, ermöglicht der Körper eine einfache Verschiebung auf einen emotionalen und mentalen Zustand. An einem Ort der Ruhe-und-Entspannung sind Entscheidungen, die auf das allgemeine Wohlbefinden ausgerichtet sind, physisch, mental und emotional viel leichter zu treffen, verstehend, dass du auf der Grundlage des Wohlbefindens damit beginnst.

Kurz und bündig, deine Entscheidung, dich in negativen oder positiven Zuständen des Geistes zu bewegen bestimmt ganz direkt, wie du dich in deiner Realität um dich herum verhältst. Selbst wenn die Erfahrung sich ausserhalb deiner Kontrolle befindet, ist deine Entscheidung, wie du auf diese Erfahrung reagierst, stets immer innerhalb deiner Kontrolle. Die meisten negativen Muster existieren nur solange, wie man ihnen die Reaktion bietet, die sie zu ihrer Existenz benötigen …

Um es noch einfacher darzulegen, erneut, denke bezüglich jedweder Entscheidungen, ob sie der Liebe oder der Angst entstammen. Je mehr du dich entscheidest, voller Liebe zu handeln, desto klarer wird dein Seinszustand werden, einfach, weil er sich gut anfühlt. Je besser du dich fühlst, desto gesünder wirst du sein.

Es gibt diejenigen, die den Himmel hier auf Erden erleben, die diejenigen Menschen physisch betrachten können, die in der Hölle existieren. Sie können innerhalb der gleichen Zeit / des selben Raum operieren, jedoch nicht in der gleichen Realität sein.

Nun waren wir in der Lage, zahlreiche Aspekte zu erforschen, die das Bewusstsein innerhalb unserer Erfahrung der Realität spielt, sind jedoch nicht wirklich darauf eingegangen, was die Essenz von DIR tatsächlich ist. Was ist deine Seele? Was ist dieser Funke des Lebens, der deinen Körper lebendig macht?

Wir wissen bereits, dass das Bewusstsein sich nicht einfach innerhalb des Gehirns befindet, die Elektrizität, die das Nervensystem zum Funktionieren bringt, erstreckt sich bis in die kleinsten Bereiche des Körpers, bis in die kleinsten Kapillaren, die jeweils nur einer einzelnen Blutzelle erlauben, sich von ihr durchströmen zu lassen. Der gesamte Körper ist ein System des Bewusstseins mit den Unterschieden zwischen dem Denken, dem bewussten Geist und dem Körper, der die Sprache ist. Der Geist spricht keine Körpersprache und die Körpersprache spricht keine [wörtliche] Sprache.

Der Körper spricht in Empfindung, Impuls, Emotion, Bild und Offenbarung. Wenn wir versuchen, mit dem Körper in der archaischen Sprache der Worte zu sprechen, sind wir viel zu dumm und zu langsam für den Körper, um überhaupt zu verstehen, was hier zu kommunizieren versucht wird. Denke an ein Bewusstsein, das den Wert von Erfahrungen und Erkenntnissen eines Lebens in einem Moment der Zeit durch die direkte Verbindung von Bildern, Impulsen, Empfindungen und Gedanken vermitteln kann und zu lernen versucht, wie man liest und schreibt.

Das ist genau das, was wir vom Körper verlangen, wenn wir versuchen, mit ihm auf unserer Denk- und Analyse-Ebene zu interagieren. Um die Komplexität der enormen Mengen von Informationen zu verstehen, die der Körper verarbeiten kann, müssen wir das Denken am Körper überbrücken und erfahrungsgemäss mit Bild, Empfindung und Bewegung direkt auf den Ebenen in Kontakt kommen, mit denen wir versuchen zu interagieren.

Ein Beispiel wäre, wenn jemand über die letzten 10 Jahren eine starre Schulter hatte und versucht, seinen Körper durch Bewusstsein zu heilen, indem er an der Schulter denkt: „Heile! Stricke es zusammen! Mach dich gleitfähig!“, mag derjenige mässigen Erfolg haben. Wenn du jedoch diese Absicht in der Körpersprache jedoch sprechen würdest, würde es etwa wie hier aussehen.

Nutze die tiefe Atmung, um dich in einen Zustand der Ruhe und Gelassenheit zu versetzen, fokussiere dich darauf, das mentale Geschnatter zu umgehen und gehe zu einem Ort, an dem du die Empfindungen im Körper spüren kannst. Nutze den Atem, um die Gefühle von Bewegung auf der Haut zu erforschen, unter der Haut in den Muskeln und wie alle Knochen miteinander und mit den Weichteilen verbunden sind. Erkunde dieses Gefühl, bis die Schulterpfanne und alle Weichteile um sie herum bis zur Haut sich vollständig des Gefühls und der leichte Mikrobewegung gewahr sind. Nimm ein paar tiefe Atemzüge, folge dem Gefühl der Luft, wie sie von Mund / Nase aus kommt, durch die Nebenhöhlen, in den Hals und sich in eine der Lungen verzweigt und spüre den Wirbel des kühlen Windes in der Brust. Sobald du dich in diesem Raum wohlfühlst, folge dem Pfad der Luft durch die Nase / den Mund in die Lunge und leite den kühlen Luftstrom in die Schulter mit der Absicht, sie geschmeidig zu machen, mit Blut zu füllen, zu entspannen und den Fluss zu öffnen, während du gleichzeitig spürst, wie sich die Muskeln bei jeder Einatmung bewusst entspannen. Atme GESUNDHEIT direkt in den Bereich ein.

Indem du den Ansatz verschiebst und mit deinem Bewusstsein in deinem Körper arbeitest, können erstaunliche Ergebnisse bei körperlicher Dysfunktion erreicht werden. Dies ist die direkte Verbindung, die notwendig ist, um physische Wunder zu erschaffen.

Diese Wunder sind in der Tat so verbreitet, dass die Medizin sie benennen musste. Spontanremission. Wie die Geschichte über den Patienten, bei dem Lungenkrebs im Stadium 4 diagnostiziert wurde, dem Wochen, wenn nicht sogar nur Tage noch zum Leben gegeben wurden, und der bei der nächsten Untersuchung völlig gesund ist. Die Ärzte können es nicht erklären, der Patient ist unglaublich erleichtert, und ein weiterer Fall von Spontanremission ist dokumentiert. Oftmals wird dies einer „höheren Macht“ als Wunder von aussen zugeordnet, und in einigen Aspekten ist dies wahr, denn wenn es einen Schöpfer gibt, hat er / sie / es dich mit einer der am meisten fortgeschrittenen physischen Hardware im Universum erschaffen, die es deinem Bewusstsein erlaubt, einen direkten Einfluss auf dein eigenes internes Universum zu haben, wenn du die Sprache kennst …

Ein weiterer Beweis für diese Macht über den Körper ist etwas, das jedem bekannt ist, dem jedoch nicht wirklich die Aufmerksamkeit geschenkt wurde, die er verdient. Der Placebo-Effekt. Dieser Effekt ist so alltäglich, dass jede einzelne Studie, die heutzutage in der medizinisch-pharmazeutischen Forschung durchgeführt wird, eine Doppelblindstudie durchzuführen hat, bei der der Hälfte der Kontrollpopulation ein nicht-aktiver Inhatsstoff gegeben wird, um den Grad des bewussten Einflusses auf den Körper im Vergleich zum zu testenden Medikament zu messen.

Lass uns darüber eine Sekunde nachdenken. Die Wirkung, die das Bewusstsein im Körper hat, ist so offensichtlich, dass du dir selbst buchstäblich Symptome oder Ergebnisse von Substanzen zuführen kannst, die es im Körper noch niemals gegeben hat. Ist es nicht doch so schlüssig, wie wir auf deinen eigenen persönlichen Einfluss in deinem eigenen Körper kommen können?

Das erklärt noch immer nicht die Seele. Das erklärt nicht den Funken des Lebens, der deinen Körper lebendig und dich zu dir macht.

Was wäre, wenn ich dir sagen würde, dass du ein Verstand / Körper / Spirit-Komplex bist, dass dein Bewusstsein mit jedem dieser Aspekte unabhängig interagieren kann? Wir wissen, dass wir mit dem Verstand interagieren können, wie wir zumeist spezifisch innerhalb dieses Raumes zu 100% der Zeit operieren, und wir beginnen zu verstehen, dass, wenn wir die Sprache verschieben, wir ebenso mit dem Körper interagieren können. Was ist mit dem Spirit? Wie interagieren wir mit ihm?

Die alten Chinesen haben den perfekten Namen für diese Energie oder diesen Aspekt des Bewusstseins. Chi oder Vitale Lebenskraftessenz. Sie glaubten, dass sie durch Zustände des Seins, durch verschiedene Gehirnwellenmuster, unterschiedliche emotionale Zustände, ihren Geist aktivieren, stärken und bewegen könnten, um immer komplexere Ebenen der Realität zu verstehen. In einer evidenzbasierten Welt sprechen die Resultate für sich selbst, und das alte China war auf vielen Ebenen so fortschrittlich wie wir in unserer modernen Welt, wobei uns wiederum andere Erkenntnisse blind am Staub des „Fortschritts“ ersticken lassen.

Die eigene Seelenenergie, dieses Chi, kann zu Ebenen angefacht und trainiert werden, die heller als die Sonne sind. Dies kann innerhalb des Körpers auf unglaublich hohen Niveaus durch Training gespürt und erfahren werden. Noch wichtiger ist, wenn du anfängst, deine eigene innere Energie zu kultivieren, wirst du dir der interpretativen Fähigkeiten des

menschlichen Körpers gewahr. Das Gehirn registriert Hunderttausende von Empfindungen pro Sekunde aus dem gesamten Körper, kann sich jedoch bewusst nur auf fünf bis sechs von ihnen konzentrieren.

Indem du deine eigene Vitale Lebenskraftessenz aktivierst und nutzt, beginnst du, diese Hunderttausenden von Empfindungen pro Sekunde in Echtzeit durch die Rezeptoren des Körpers und das Bewusstsein des Flusses zu interpretieren.

Während die meisten gehört haben, dass der Körper nur fünf Sinne hat (Hören, Riechen, Schmecken, Sehen und Fühlen), hat er tatsächlich Hunderte, vielleicht Tausende von verschiedenen Sinnen. Es dreht sich darum, deine Interpretation, wie du ohne Sprache mit deinem Körper sprichst, nicht nur zu entschlüsseln, sondern auch, wie du die Empfindungen interpretierst, die der Körper dir in Echtzeit übermittelt.

Wenn wir uns im Mutterleib entwickeln, sehen wir, wenn sich das Gehirn bildet, dass sich die Masse des neuronalen Gewebes tatsächlich in drei verschiedene Bereiche des Körpers aufteilt. Der eine Teil wird zum Gehirn, der andere zum Herzen und der weitere wird der Darm.

Dies ist die physische Brücke, um zu verstehen, dass wir nicht zu einem „Gehirn“ des Körpers in der Sprache sprechen können, die es verwendet, jedes Gehirn nimmt eine ganz andere Funktion des Gewahrseins ein.

Das Herz ist der Transformator, das Gleichgewicht zwischen dem denkenden, wissens- & informationsbasierten Zentrum des Gehirns und dem instinktiven, sensorischen Vertiefen des Bauchhirns. Durch das herzbasierte Verstehen nehmen wir Instinkt und Impuls wahr und mildern dies dann durch Wissen und Erfahrungsweisheit.

Die bewusste Expansion dreht sich um die Verschiebung vorwärts, um mehr zu werden als du zuvor warst. Indem wir erkennen, dass wir eine Realität wünschen, in der wir uns wohl fühlen und glücklich sind, können wir anfangen zu erkennen, dass wir das einzige Hindernis auf unserem eigenen Weg sind. Wir müssen lediglich lernen, die Sprache zu sprechen, die notwendig ist, um diese Aspekte von uns selbst neu zu schreiben.

Für das Training des Geistes, so ermutige ich dich, diese einfache Routine auszuprobieren. Ich werde dich durch tiefere, ruhigere und empfänglichere Zustände des Gewahrseins durch die Atmung begleiten, dir dann lehren, wie du deine Vitale Lebenskraftessenz oder dein Chi durch den Körper fliessen lassen kannst und beginnst, dich mit der Vollspektrum-Energie zu verbinden, Energie, die alle Ebenen der Frequenz ausserhalb und einschliesslich des sichtbaren Lichts (welches lediglich 1,7% der gesamten Lichtfrequenz sind) umfasst. *(Das Video ist in Englisch)*

Dies ist ein sehr guter ‚Fuss in der Tür’, um beginnen, die Sinne zu verstehen, die notwendig sind, um diesen Aspekt deines Körpers zu erforschen, den wir alle in der Lage sind, zu aktivieren.

Je stärker du diesen energetischen Fluss durch tägliche Praxis machst, desto mehr fängst du an, die Verschiebung in der Realität um dich herum zu erkennen. Die Fähigkeit, giftige, stagnierende Emotionen, die sich innerhalb von dir befinden oder auf dich gerichtet sind, in

Echtzeit zu transmutieren, wird zu einer Kompetenz, die den direkten Impuls auf unsere Realität freigibt, zu der jeder einzelne von uns nicht nur Zugang erhalten kann, sondern bereits jetzt unablässig unbewusst anwendet, genau hier und jetzt.

Ich verstehe schon, es gibt nun einiges an Informationen zu integrieren und diesen Artikel zu verarbeiten, dies jedoch möchte ich noch herausgeben …

Dies ist nur die Spitze des Eisbergs. Jeder Aspekt des Bewusstseins und die Art und Weise, wie es auf die Realität hin angewendet wird, die wir hier untersucht haben, führt zu endlosen Fragen, höheren Ebenen des Gewahrseins, stärkeren und offensichtlicheren Niveaus von „unmöglichen“ Befähigungen. So bewusstseinsverändernd dies auch sein mag, sobald du beginnst, dieses Gewahrwerden und diese Kompetenzen auf deine bewusste Interaktion mit der Realität anzuwenden, wirst du beginnen zu erfahren, wie bewusstseinsverändernde absichtsvolle Interaktion mit der Realität wahrhaft sein kann.

Wie tief mag der Kaninchenbau führen? Wie tief kannst du die Zusammensetzung der Realität verstehen? So weit dein Verständnis reichen kann, führt der Kaninchenbau dorthin und es gibt buchstäblich kein Ende.

Sogar in einem biologisch unsterblichen Körper mit grenzenloser Zeit zum Erforschen erschaffst du buchstäblich immer mehr zum Erforschen, indem du dich bewusst entscheidest, es zu erforschen, was das zu einer endlosen Reise der Offenbarung, des Staunens und der Erforschung macht!

Wie tief geht der Kaninchenbau? Wie tief bist du bereit zu gehen? Es gibt immer einen anderen Korridor zu bereisen. Bist du vorbereitet, wo du enden wirst, wenn du ihm hinunterfolgst? Es ist eine Reise, die alles verändern wird, nicht nur für dich, sondern auch für die menschliche Spezies als Kollektiv.

Ich hoffe, es war für dich genauso lehrreich zu lesen wie es für mich zu schreiben war, und ich entschuldige mich für alle existentiellen Krisen, die dadurch an die Oberfläche gelangen könnten, allerdings hast du niemals wirklich etwas in deinen Weg fallen lassen, für das du nicht Werkzeuge hättest, damit weiter zu verfahren. Viel Spass beim Recherchieren!

Von meinem Herzen zu deinem,
Eric

Dies ist ein Open-Source-Artikel, zögere nicht, ihn auf deinen Webseiten zu veröffentlichen, stelle nur einfach sicher, dass du ihn zurückverlinkst zu www.unleashingnaturalhumanity.com