

Sanat Kumara antwortet

- [Was ist mit den Anderen?](#)
- [Geldsysteme](#)
- [Zukunft der Religionen?](#)
- [Lichtnahrung?](#)
- [Energiegewinnung](#)
- [Stasis](#)
- [Zeit](#)
- [Atomkraft](#)
- [Konflikte in der Familie durch die Geburt von Zwillingen](#)
- [Partnerbeziehungen - Liebesbeziehungen](#)
- [Tue nichts](#)
- [Düstere Prognosen für die Erde](#)
- [Lernen von wirklichem Vertrauen und Glauben](#)
- [Sinnvolles Arbeiten als Manager eines großen Konzerns](#)
- [Schmerzen während und nach der Meditation](#)
- [Mehr Leichtigkeit und Freude im Leben](#)
- [Soll der Verstand überwunden werden?](#)
- [Bruch in der Familie](#)
- [Umgang mit Aggressionen](#)

Was ist mit den Anderen?

Teilnehmerin: Es wird immer wieder gesagt, dass sich das Bewusstsein der Menschen zwar weiterentwickelt, dass aber auch ein großer Teil der Menschen auf andere Planeten umgesiedelt wird, die nicht erwachen wollen, die sich nicht anpassen können oder wie auch immer. Dazu würde ich gerne etwas erfahren.

Sanat Kumara: Ihr seid als Menschen nicht das, was ihr hier verkörpert. Ihr seid als Menschen eine geistige Wesenheit, die einen Teil von sich abgespalten hat, um auf der Erde die Dualität zu erleben. Das was ihr hier seid, ist nicht euer Sein. Es ist ein Teil von euch, der sich bewusst für oder gegen Dinge entscheiden kann. Wenn dieser Teil nicht mit will, wird er diese Erde verlassen - auf dem üblichen Weg, wie es schon seit tausenden von Jahren geschieht - und wird wieder in die Gesamtheit seines Wesens zurückkommen. In der Gesamtheit seines Wesens wird er andere Entscheidungen treffen als in seiner individuellen Verkörperung auf der Erde. Er wird dann nicht mit dem Verstand argumentieren und handeln, sondern aus seiner Seele heraus die Entscheidungen treffen, die er treffen will.

Das ist ein grundlegender Unterschied. Wenn ihr es von dem Gesichtspunkt des einzelnen Menschen aus seht, dann sieht es so aus, als ob er ein furchtbares Schicksal erleidet und vielleicht am Ende sogar stirbt. Wenn ihr es aus der Sicht seiner Seele seht, nimmt die Seele ihren Anteil zu sich zurück um dann in einem wunderbaren Leben weiter zu leben. Es ist die Frage: Wo ist der Gesichtspunkt? Von wo aus schaue ich es mir an? Wenn ihr es immer aus der Ebene der Menschen in ihren Körpern anschaut, wie sie jetzt sind, ist es manchmal ein recht unangenehmes Schicksal - wenn man das Wort Schicksal überhaupt nehmen darf.

[zurück](#)

Geldsysteme

Teilnehmerin: Ich möchte gerne etwas über das Finanz- und Geldsystem wissen. Gibt es das überhaupt noch irgendwann?

Sanat Kumara: In der Zeit, die jetzt kommt und in die ihr euch hineinbewegt, sind die Finanz- und Geldsysteme, wie sie in eurer jetzigen Welt, in eurer jetzigen Kultur entstanden sind, nicht mehr zeitgemäß, weil sie wenige bevorzugen und viele benachteiligen. Das wird in Zukunft nicht mehr möglich sein. Es wird eine Art Tauschsystem entwickelt, bei dem sich nicht einige wenige durch Zinsen bereichern können und andere dafür immer arm bleiben müssen und dem Geld hinterher laufen, arbeiten und schuften müssen ohne überhaupt jemals etwas zu erreichen. Dieses System wird es in Zukunft nicht mehr geben. Und es wird noch kompletter zusammenbrechen, als es schon den Anschein gemacht hat. Es war erst ein Beginn, ein Vorbeben vor dem Hauptbeben.

Teilnehmerin: Wie lange wird das noch ungefähr dauern? Wie lange werden wir den Euro noch haben?

Sanat Kumara: Oh, so konkrete Fragen sind aus meiner weit entfernten Sicht nicht so leicht zu beantworten. Ihr werdet immer irgendetwas haben, mit dem ihr euch untereinander austauscht. Es wird immer etwas geben. Ihr werdet immer Mittel haben, die ihr euch gegenseitig gebt, um etwas von einem anderen zu bekommen, weil ein Austausch immer stattfinden soll. Es darf niemals so sein, dass einer immer nur verschenkt und der andere nur annimmt. Aber wenn du dann heute etwas geschenkt bekommst, kommt es nicht mehr darauf an, ob du es schon sofort bezahlst oder vielleicht zehn oder fünfzehn Jahre Zeit dafür hast und es dann zurückgibst - vielleicht jemand völlig anderem, der es dann braucht. Die Systeme werden sich ändern. Ihr werdet nicht mehr auf die Art und Weise mit Geld umgehen. Es wird aber noch gut ein bis zwei Generationen dauern bis es geschieht.

[zurück](#)

Zukunft der Religionen?

Teilnehmerin: Werden sich die verschiedenen Religionen mit ihren Machtansprüchen auflösen?

Sanat Kumara: Vielleicht. Vielleicht auch nicht. Es kommt darauf an, was sich innerhalb der Religionen tut. Die Religionen, die starr und hart bleiben und an ihren Dogmen und Vorstellungen festhalten, werden an ihren eigenen Dogmen ersticken. Sie werden sich nicht halten können. Sie werden sich selbst in den Abgrund reißen, weil die Menschen sich nicht mehr mit ihnen identifizieren können, weil das Bewusstsein der Menschen weiter geworden ist als die Möglichkeiten, die viele Religionen in ihrer Begrenztheit haben. Deshalb gibt es nur die beiden Möglichkeiten der Erweiterung, der Bewusstseinsweiterung auch der Religionen. Und dies geschieht immer über bestimmte Menschen. Es hat auch in allen Religionen schon immer Menschen gegeben, die aus der Menge der Dogmen heraus wollten und sie schon erweitert haben. Wenn es nicht schnell genug geht und die Menschheit schneller ist, werden die Religionen dabei untergehen. Aber es wird Ersatz geben: Ein neues Bewusstsein, eine neue innere Kraft, die dann in allen Menschen entstehen wird.

[zurück](#)

Lichtnahrung?

Teilnehmerin: Ich hätte gerne Informationen zu dem Thema Lichtnahrung. Macht es Sinn damit schon zu beginnen?

Sanat Kumara: Lichtnahrung wird sich von alleine einstellen. Viele von euch haben jetzt schon Zellen in sich, die schon auf Lichtnahrung umgestellt haben. Es ist einfach so, dass ihr diese Dinge nicht forcieren solltet. Ihr solltet in euch abwarten, bis ihr ganz klar aus eurer Seele und aus eurem Inneren heraus das eindeutige Gefühl habt, dass es für euch persönlich jetzt an der Zeit ist, diesen Versuch zu starten. Lasst euch nicht in einen Sog hineinziehen, in dem ihr das Gefühl habt, ihr müsstet das jetzt tun. Wenn du es für dich tun willst, wirst du genau wissen, dass es richtig ist. Wenn du es nicht genau weißt, dann lass es lieber sein, weil du dann deinem Körper mehr schaden als nutzen kannst. Immer wenn es um solche schwerwiegenden Entscheidungen geht, wirst du es genau wissen.

[zurück](#)

Energiegewinnung

Teilnehmerin: Können Kristalle oder Kristallwesen als Antrieb oder Energiequelle dienen?

Sanat Kumara: Die Frage der Energiegewinnung in der Neuen Zeit wird sowieso ganz anders sein. Um euch herum ist eine Unmenge von Energie. Ihr werdet neue Systeme entwickeln, mit denen ihr alle Energie, die im Raum ist, für das nutzt, was ihr dann braucht. Ihr werdet Geräte und Maschinen in der Übergangszeit haben, die längst nicht mehr so viel Energie verbrauchen wie das, was ihr im Moment aufgebaut habt. Ihr seid im Moment in eurer Entwicklung - zumindest in der westlichen Hemisphäre dieser Welt - in einem sogenannten Energierausch. Das wird sich verändern. Ihr werdet einfach nicht mehr so viel für jeden Einzelnen benötigen. Es wird immer weniger werden. Selbst in Ländern wie denen, die jetzt noch das Doppelte und Dreifache von dem verbrauchen wie ihr hier in Europa wird es sich ändern. Es wird sich komplett ändern.

Wenn ihr schon einmal von diesen Geräten gehört habt, die Menschen schon entwickelt haben: Es wird kleine Antennen geben, die auf jedem Haus sitzen und diese Energie hineinziehen. Ihr werdet sie verteilen. Es ist einfach Raumenergie, die da ist. Und es hat etwas mit dem Bewusstsein der Menschen zu tun, die dort leben, weil es nur dann funktionieren wird, wenn sich das Bewusstsein auch entsprechend erweitert hat. Nur dann kann es gehen. Es wird eine ganz andere Art von Klarheit in euch sein, die diese neuen Energien benutzen wird.

Ihr werdet unabhängig vom Erdöl werden. Das kann ich euch versprechen. Es wird so sein, dass diese Bohrungen, die jetzt noch da sind und auf der Erde und in den Gewässern für unendliche Verschmutzung sorgen, irgendwann nicht mehr nötig sein werden, weil ihr euch ganz anders verhaltet, weil ihr einfach ganz anders mit euch und dem umgeht, was ihr braucht.

Teilnehmerin: Ist das klimaunabhängig?

Sanat Kumara: Ja. das Klima wird viel mehr von eurer Sonne beeinflusst als von eurer Umweltverschmutzung. Ihr werdet durch die Magnetströme, die über die Sonne kommen und die die Sonne aus den Tiefen des Universums von der Zentralsonne aufnimmt viel stärker auf eurem Planeten gesteuert als euch bewusst ist. Die Klimadiskussion, die ihr hier habt, ist wichtig damit ihr euch in Zukunft anders verhaltet. Aber all das, was im Moment mit der Klimaveränderung geschieht, hat nicht nur mit dieser sogenannten Umweltverschmutzung zu tun.

[zurück](#)

Stasis

Teilnehmerin: Ich möchte noch gerne etwas über die Stasis wissen, den Tiefschlaf der Menschen.

Sanat Kumara: Ihr werdet nicht in den Tiefschlaf gehen. Ihr braucht nicht in den Tiefschlaf gehen. Ihr geht in eine Bewusstseins-erhöhung und in diesem erhöhten Bewusstsein seid ihr an alles

angebunden. Ihr müsst nicht mehr absolut in die Bewusstlosigkeit gehen. Es ist nur euer Verstand, der nach und nach die Vorherrschaft abgibt. Mehr ist es nicht. Ihr geht in eine Bewusstseins-erhöhung und -erweiterung, nicht in ein Abschalten des Bewusstseins.

[zurück](#)

Zeit

Teilnehmerin: Wird 2012 die Zeit zusammenbrechen, so dass wir keine lineare Zeit mehr haben? Das sagt ja der Tolkienkalender voraus.

Sanat Kumara: Ihr habt jetzt schon manchmal keine lineare Zeit mehr. Je nachdem wo ihr euch bewegt und wie ihr euer Bewusstsein gerade habt, habt ihr unterschiedliche Empfindungen von Zeit.

Teilnehmerin: Im Moment fühlt es sich so an, als läuft die Zeit sehr schnell.

Sanat Kumara: Ja. Und dann wird es wieder Zeiten geben, in denen du meditierst, ganz in deiner Ruhe bist und gedacht hast, du bist gerade mal fünf Minuten dabei und dabei ist eine halbe Stunde vergangen. Zeitempfinden ist abhängig von eurem Bewusstseinszustand.

Wenn ihr unter Zeitdruck seid, könnt ihr heute schon die Zeit verlangsamen, indem ihr einfach euren Stress loslasst und die Dinge so geschehen lasst, wie sie gerade kommen. Ihr geht davon aus, dass ihr eine Viertelstunde zu spät kommt und seid plötzlich nur zwei Minuten zu spät, einfach nur dadurch, dass ihr von der Angst, von eurer Vorstellung losgelassen habt. Es gibt heute schon die Möglichkeit, mit Zeit zu spielen. Versucht es einmal.

[zurück](#)

Atomkraft

Teilnehmer: Was sagt die geistige Welt zur Atomkraft?

Sanat Kumara: Das, was ihr auf der Erde mit den Experimenten mit der Atomkraft und ähnlichen Kräften tut, ist etwas, für das ihr ethisch und moralisch in eurer Gesamtheit als Menschen noch nicht reif seid. Als ihr es geschafft habt, euch selbst mit der Kernkraft so zu zerstören, dass ihr ganze Städte damit zerstört habt, gab es in der geistigen Welt einen Hilferuf für diese Erde, den so viele Menschen ausgestoßen haben, dass die geistige Welt tatsächlich ihren Fokus auf diesen Planeten gerichtet hat, weil wir dachten, ihr zerstört euch selbst vollkommen. In der Zeit, als der sogenannte 2. Weltkrieg auf eurem Planeten zu Ende ging, hattet ihr die Kernkraft so weit entwickelt, dass ihr euch damit fast zerstört hättet. Wir haben in der Folgezeit aus der geistigen Ebene immer wieder gelenkt und geleitet, damit diese Entwicklung, die ihr damals angefangen hattet, nicht in einem Desaster endet.

Heute ist es so, dass in eurer Welt nicht nur die mächtigen Industriekapitäne und diejenigen das Sagen haben, die das Geld für Wenige zusammentreiben und die Macht an sich reißen, sondern dass es tatsächlich eine Vielfalt von Menschen und Meinungen gibt, die in die Waagschale kommen. Nur dem ist es zu verdanken, dass ihr tatsächlich vor 20 Jahren in der sogenannten Harmonischen Konvergenz die Weichen für den Aufstieg stellen konntet und nicht die Weiche in den Untergang. Das, was die Atomkraft ist, ist bei euch das Zünglein an der Waage. An diesem Punkt hat es sich entschieden, ob ihr in den Untergang geht oder in den Aufstieg. Dadurch, dass das Bewusstsein auf eine breitere Basis gestellt worden ist und viel mehr Menschen darüber nachdenken und sich ihre Meinung bilden, ist es dazu gekommen, dass es sich nicht so weit ausbreiten konnte.

Denn es ist in den Gehirnen und Verständen derjenigen, die die Macht haben wollen, immer so gewesen, dass die sogenannte friedliche Nutzung dieser Kraft nicht von der militärischen getrennt war. Alle Völker, die dieser Kraft genutzt haben und nutzen wollen, haben im Hinterkopf immer den

Gedanken an eine militärische Nutzung. Deshalb habe ich auch am Anfang gesagt: Ihr seid in eurem ethischen und moralischen Gefüge insgesamt noch nicht so reif für diese Kraft. Denn diese Kraft ist so gewaltig und so groß, dass es gut ist, wenn sie von dem Leben, wie ihr es lebt, weit entfernt ist. So weit, wie zum Beispiel die Sonne von eurem Planeten entfernt ist. Hier finden Kernfusionen ohne Ende statt. Und sie nützen euch auf diese Entfernung. Ihr könnt sie mit euren Systemen einfangen und ihr werdet neue Systeme entwickeln, wie ihr die Kraft der Sonne nutzen könnt, ohne dass ihr selbst dabei verbrennt.

Es ist natürlich eure Entscheidung - wie immer. Aber aus der geistigen Welt ist es so, dass das Feuer der Kernkraft weit von dem Leben entfernt sein muss, was ihr lebt. Es gehört alles in diese Welt. Und in dieser materiellen Welt ist auch alles erlaubt. Es kommt nur auf das richtige Maß und auf den richtigen Abstand der Dinge voneinander an.

[zurück](#)

Konflikte in der Familie durch die Geburt von Zwillingen

Teilnehmerin: Vor zwei Jahren wurden Zwillinge geboren und unsere weibliche Generation, die damit in Verwandtschaft steht, ist seitdem immer wieder in Konfliktsituationen. Ist das Neid, Kämpfen um Liebe, um Anerkennung? Es fehlt so sehr das Miteinander und ich wünsche mir so sehr, dass der Frieden einkehrt.

Sanat Kumara: Manchmal kommen Kinder in diese Welt hinein um die Dinge, die sowieso immer unter der Oberfläche gebrodelt haben, nach oben zu holen. Manchmal sind so große Seelen wie die dieser Zwillinge dazu bereit, in einer Familie tatsächlich das ans Tageslicht treten zu lassen, was im Dunkeln und im Schatten lag, was unter der Oberfläche niemand vermutet hat, was unter der Oberfläche in den einzelnen Menschen vergraben worden ist. Das wird dann durch eine solche Situation gezeigt.

Es zeigt nur, dass die Menschen, die jetzt in diesem Leid leben und es erleben, die auch in diesen Konflikten sind und sie zum Teil schüren und zum Teil erleiden, gefragt sind sich selbst anzuschauen und untereinander tatsächlich Hilfestellung zu geben, sich zu unterstützen und wieder auf einer Ebene miteinander zu reden und zu sprechen, die frei von allen Vorwürfen, Anschuldigungen und frei von allen Erwartungen ist. Solange ihr euch in euren Erwartungen und Vorstellungen von dem, wie es sein soll und wie es richtig ist, nicht auf eine Ebene begeben, auf der ihr alle Wahrheiten nebeneinander stehen lassen könnt, solange wird es immer Konflikte geben. Und diese Zwillinge haben das ans Tageslicht gebracht.

Es wird immer mehr von diesen Dingen nach oben geschwemmt werden. Nicht nur in dieser Familie, sondern in vielen Familien. Es wird immer mehr das, was im Untergrund schwelt, nach oben kommen, damit es sich zeigt, damit man es auflösen kann. Dafür ist es da: um angesehen zu werden und um Erwartungen, die da sind, aufzulösen.

[zurück](#)

Partnerbeziehungen - Liebesbeziehungen

Teilnehmerin: Ich mache gerade Erfahrungen mit Beziehungen und bin da ganz unsicher, wie ich mich verhalten soll.

Sanat Kumara: Es geht dir nicht alleine so. Du bist mittendrin in diesem Feld, das Männer und Frauen jetzt betrifft, in einem Feld, wo sich die Gegensätze, die Männer und Frauen über Jahrhunderte hinweg so dargestellt haben, in einen Zusammenhang kommen, der vorher nie so da war. Männer und Frauen gleichen sich in ihrer Kraft wieder so aneinander an, dass sie als wirklich gleich starke Partner zusammenkommen wollen. In diesen Übergangsprozessen, in denen die Frauen ihre eigene Stärke und Kraft wiederfinden und entwickeln und die Männer ihre Überheblichkeit zurücknehmen und wieder zu sich selbst und in ihre eigene Ruhe und Kraft kommen, die gleichwertig neben der Kraft der Frau steht, gibt es natürlich Schwankungen in allen

Gefühlsebenen, weil sich alle Werte und alle Vorstellungen von dem was richtig oder falsch ist, überschlagen, weil sich all das verändert, was ihr alle gelernt und bisher in eurem Leben erfahren habt.

Am Ende dieses Prozesses wird es so sein, dass ihr alle eure Liebesbeziehungen neu definieren werdet. Ihr werdet euch selbst in allen euren Beziehungen neu definieren und eure eigene Liebeskraft neu erleben. Es geht nicht nur den Frauen so, auch den Männern geht es so. Es ist ein neuer Weg sich zu begegnen, der neu entsteht. Im Moment wird aus der geistigen Welt und aus dem energetischen Bereich dazu beigetragen, dass diese Pole, die bisher in eurer Welt so waren - dass ein Pol sich stärker fühlte als der andere - dass das sich verändert. In dieser Veränderung wird es so sein, dass einmal der eine Pol wieder etwas höher schwappt und dann wieder der andere Pol etwas höher schwappt.

Diese Bewegungen werden immer kleiner werden, bis sie sich wirklich auf der Ebene der Herzen und der Öffnung füreinander so begegnen, dass hier echte Liebe entsteht, die frei ist von allen Machtansprüchen und allen Gefühlen des Besitzenwollens. Es wird eine interessante Zeit für euch sein.

[zurück](#)

Tue nichts

Teilnehmerin: Meine Lebenssituation ist wirklich nicht lustig aber ich merke, dass ich mich gar nicht bewege, dass ich mich gar nicht entscheide. Ich bin ganz unglücklich über meinen Gesundheitszustand, meine Wohnsituation, über meine berufliche Situation und ich tue überhaupt nichts. Ich halte ganz still, ich bewege mich wirklich gar nicht. Ab und zu schalte ich einmal eine Anzeige, aber sonst nichts. Ich stelle mich fast tot um nichts zu spüren. Ich spüre auch nichts, aber ich fühle mich nicht wohl. Was ich früher immer an Elan und Entscheidungswut hatte, ist nicht da.

Sanat Kumara: Was ist deine Frage?

Teilnehmerin: Was soll das? Ist das jetzt so angesagt, soll ich mir in den Hintern treten oder soll ich das aushalten?

Sanat Kumara: Wenn du es nicht mehr aushältst, dann tue etwas. Aber mache nichts einfach so, weil du es früher schon immer so getan hast. Dein altes Muster, diese Aktivität, dieses ständige Agieren und immerwährende Im-Kopf-sein hat dich dahin gebracht, wo du jetzt bist. Du warst eben in deinem Herzen. Und wenn du aus deinem Herzen heraus die nächsten Entscheidungen triffst - und wenn sie nur eine Kleinigkeit sind - dann wird sich alles grundlegend verändern.

[zurück](#)

Düstere Prognosen für die Erde

Teilnehmerin: Ich hatte gestern Freundinnen bei mir zu Besuch und da kam die Frage auf wie es auf der Erde weitergeht, wie lange Kohle reicht - vielleicht 800 Jahre - dass Windräder die Alternative sind. Was mich daran erschreckt hat, ist diese Schwarzmalerei und dieses düstere Sehen. Manchmal sitze ich ganz sprachlos dabei und es ist dann schwierig, das in Worte zu fassen, was in mir ist, einfach zu sagen: „Im Grunde genommen wird sich das regeln. Und wenn die Windradenergie auch nicht die richtige ist, wird es sich zeigen. Das nächste wird kommen.“ Es ist nur nichts Handfestes. Ich sitze dann manchmal davor und weiß nicht recht, wie ich in Worte fassen kann, was ich in meinem Innersten weiß.

Sanat Kumara: Es ist einfach schwer, das, was geschehen wird und das sich verändern wird, mit dem Verstand auszudrücken. Der Verstand hat nur eine begrenzte Möglichkeit des Ausdrucks. Er hat nur die Erfahrungen, die er in diesem Leben hatte und kann nur auf das zurückgreifen, was er weiß und daraus eine mögliche Zukunft projizieren, die mit den Zahlen, Daten und Fakten dessen, was er berechnen konnte, bespickt sind. Das Leben selbst handelt anders. Das Leben selbst hält sich nicht

an die Verstande eurer Freundinnen oder Wissenschaftler. Das Leben selbst entwickelt sich auf ganz anderen Ebenen. Das Leben selbst ist eben das Leben. Wenn Wissenschaftler behaupten, dass Hummeln nicht fliegen können, dann kann die kleine Hummel das Gegenteil von dem zeigen, was Wissenschaftler berechnen, weil sie halt das Leben selbst ist.

Genauso wird es auch mit der Neuen Zeit und der neuen Energie sein, die in der Neuen Zeit sein wird. Wer sagt denn, dass diese Energieformen, die jetzt in dieser dreidimensionalen Welt so wichtig sind, tatsächlich auch in Zukunft so gebraucht werden? Wer behauptet das denn? Wer kann denn überhaupt sagen, wie eine fnfdimensionale Welt energetisch versorgt wird, ob dann diese Wärme, die heute durch diesen Ofen hergestellt werden muss, in dem Holz verbrannt wird, so noch erforderlich ist? Oder ob ihr als Wesen eure eigene innere Wärme so produziert, dass ihr selbst bei minus 200 Grad vollkommen in eurer Wärme und eurer Kraft seid und nichts von dem braucht, was heute an Energieträgern auf dieser Erde erforderlich ist, um euch das Leben angenehm zu machen. Es gibt so viele Möglichkeiten, die sich über den begrenzten Verstand hinaus entwickeln können, so viele Potenziale, die sich tatsächlich erst in der Neuen Zeit zeigen werden, die jetzt von euch noch nicht vorausdenken sind, so viele Varianten und Chancen und Potenziale, dass der Verstand nicht hinterherkommen wird.

Die Gegenbewegungen sind immer da. Und sie sind auch genauso notwendig. Diese Menschen müssen diese schwarzmalerschen Dinge auch in sich spüren, damit sie selbst an den Wendepunkt kommen. Manche Menschen brauchen erst einmal diese Tiefe, in die sie hineinsteigen, damit sie von ihrem tiefsten Punkt dann wie der Phönix aus der Asche emporsteigen können. Das ist auch ein Weg, den sie . gehen können.

Du kannst nur sagen, was du fühlst und in dir innerlich für richtig hältst. Annehmen müssen sie es selber oder sie lassen es und leben noch eine Zeit lang den anderen Part. Ihr werdet ihnen nichts abnehmen können. Jeder geht seinen Weg und manchmal geht der Weg noch durch die Tiefe. Das ist auch geehrt und geliebt. Sie sind genau solche Engelwesen wie du und alle anderen, die hier sitzen. Sie haben eben nur einen anderen Weg gewählt.

[zurück](#)

Lernen von wirklichem Vertrauen und Glauben

Teilnehmerin: Ich bin schon lange auf der Suche - oder meine große Bitte - dass ich wirklich Glauben und Vertrauen in das dienende Göttliche bekomme. Ich habe in früheren Leben und auch in diesem häufig die Erfahrung gemacht, dass Gott strafend und böse ist und gehe dann kleine Schritte, wo ich mein Herz für die Liebe ffnen kann, für den liebenden Gott - und dann passiert wieder etwas. Was braucht es, dass ich mein Herz wirklich ffnen kann, dass ein wirkliches Vertrauen und der Glaube in mir entsteht?

Sanat Kumara: Solange du den Gott im Außen suchst, wirst du nicht das finden, was du suchst. Gehe in dein Herz, in die tiefsten Kammern, in die hintersten Winkel und lasse das innerste Licht in deinem Herzen aufflammen. Beginne ganz klein und zart dich selbst zu lieben wie du bist, nichts von dir abzugrenzen und auszugrenzen, alles komplett anzunehmen, so wie du bist, ohne Wenn und Aber. Nimm dich als den göttlichen Funken wahr, der du bist. Du bist ein Teil von Gott. Du bist nicht getrennt von ihm oder ihr. Es gibt keine Trennung von der Schöpfung. Du bist selbst Gott.

Teilnehmerin: Danke.

[zurück](#)

Sinnvolles Arbeiten als Manager eines großen Konzerns

Teilnehmer: Ich möchte im Auftrag meiner Frau eine Frage stellen: „Ich arbeite in einem der gröſsten Konzerne der Welt. Was kann ich dafür tun, meiner Arbeit und der meiner Kollegen eine sinnvolle Richtung zu geben?

Sanat Kumara: Diese Frage stellen sich viele Manager großer Konzerne. Und dadurch dass die

Konzerne ihre Ausrichtung in eine bestimmte Richtung geben, geraten sie natürlich immer wieder an ihre persönlichen Grenzen. Jeder Mensch entwickelt im Laufe seines Lebens eine Philosophie, wie er oder sie das Leben sieht oder was er oder sie in diesem Leben tun möchte, um etwas Gutes in diese Welt zu bringen, um eine Veränderung zu schaffen, die sinnvoll ist.

Es ist ganz einfach: Wenn jeder Mensch an jedem Platz, an dem er ist, seine eigene Authentizität lebt, sein eigenes ICH BIN tatsächlich lebt, ohne sich darum zu kümmern, was der nachgeordnete Mitarbeiter oder der Vorgesetzte davon hält, dabei aber ganz in seiner Liebe und in seiner Achtung vor sich selbst und allen anderen bleibt, die um ihn herum sind, dann kann nichts Falsches geschehen. Es geht darum, in der eigenen Kraft zu bleiben und es geht gleichzeitig darum, die Kraft aller anderen, die drumherum sind und es mitgestalten genauso zu achten wie die eigene Kraft. Das eigene Sein und das eigene Wollen nicht unterzuordnen unter das Wollen der anderen, sondern einzugliedern in das Ganze, so dass es ein harmonisches wird.

Es geht niemals darum, als der Weltverbesserer in eine Institution hineinzugehen und alles umzukrempeln. In der Art und Weise wurden früher Revolutionen gemacht und die Ergebnisse waren meist schlimmer als das, was vorher war. Diese Dinge werden so nicht mehr funktionieren. Es geht Stück für Stück, in kleinen und langsamen Schritten darum, selbst mit der eigenen Integrität da zu stehen, dem eigenen Sein so zu sein, wie man tatsächlich ist, authentisch in den eigenen Wegen zu sein und das nach außen zu spiegeln, um darüber Menschen einfach anzuregen, die um einen herum sind. Das kann in der kleinen Familie geschehen, in Kreisen wie diesen hier und das kann in großen Konzernen geschehen. Es kann überall geschehen, wo Menschen in ihrer eigenen Kraft sind.

[zurück](#)

Schmerzen während und nach der Meditation

Teilnehmer: Vorhin wurde ja schon angesprochen, dass man Unannehmlichkeiten bzw. Schmerzen nach der Meditation haben kann. Wenn man das aushält, geht ein Prozess dann schneller oder.....?

Sanat Kumara: Das ist eine schöne menschliche Frage (alle lachen herzlich) Der Prozess geht so oder so langsamer oder schneller, je nachdem wie ihr euch innerlich darauf einstellt. Wenn ihr Schmerzen in euch spürt, bremst irgendetwas. Wenn ihr keine Schmerzen spürt, geht es manchmal schneller, aber es wird euch vielleicht schwindelig. Die Balance und die Entwicklungsgeschwindigkeit wird jeder für sich selber fühlen. Wenn du in eine Meditation hineingehst und eigentlich gar keine Lust hast, dann lasse es lieber sein. Mache nichts, weil du glaubst, du brauchst so etwas wie eine spirituelle Disziplin um besonders schnell an irgendeinen Punkt zu kommen, an dem du vielleicht ein Stückchen Erleuchtung erreichst. Lasse es sein. Lebe dein Leben und gehe in die Meditation, wenn du Lust dazu hast, wenn es dir Freude macht, wenn du die innere Bereitschaft spürst, dass es dich anzieht, dann tue es. Und sonst lasse es.

Teilnehmer: Und wenn ich es tue und ich möchte es eigentlich und habe trotzdem Schmerzen?

Sanat Kumara: Dann bitte darum, dass die Endorphine in deinem Hirn ausgeschüttet werden, damit du sie nicht so stark hast oder bitte um eine Pause, wenn es dir zu viel wird.

[zurück](#)

Mehr Leichtigkeit und Freude im Leben

Teilnehmerin: Wie kann ich mehr Leichtigkeit und Freude in mein Leben bringen? Ich bin manchmal so hin und her gerissen zwischen dem, was mein Verstand will und was mein Herz will. Außerdem ist es immer schwierig, wenn ich von so einem schönen Ort wie diesem zurück in meinen Alltag komme.

Sanat Kumara: Tue mehr das, was dein Herz singen lässt. Tue nicht so sehr die Dinge, die dein Verstand dir vorschreibt. Mache in dieser Welt mit dem Verstand nur die Dinge, die tatsächlich mit

dem Verstand gemacht werden müssen wie z. B. eine Steuererklärung. Dafür solltest du ihn durchaus benutzen. Aber für die Dinge, die dir wirklich wichtig sind und dir am Herzen liegen, gehe in dein Herz. Fühle, wie sich aus deinem Herzen heraus eine Idee verwirklichen will und prüfe sie dann mit dem Verstand. Aber lasse nicht den Verstand die Idee entwickeln, sondern lasse dein Herz die Ideen entwickeln und die Möglichkeiten, was du in deinem Leben tun willst. Prüfe nur mit dem Verstand, wie du es umsetzen kannst, damit du in dieser dreidimensionalen Welt mit deinen Herzensideen zurecht kommst.

Und dann tue das, was dich aus deinem Inneren heraus tatsächlich bewegt und nicht das, was dir alle deine Möglichkeiten aus dem Verstand immer wieder einreden wollen, wo man dir immer wieder sagt: „Nein, das geht so nicht. Das kannst du so nicht machen. Du hast doch schon in der Vergangenheit erlebt, dass das nicht funktioniert hat.“ Dann wird man dir noch sagen, welche Stolpersteine auf dem Weg dahin sein können und und und. Das alles macht dein Verstand. Höre auf dein Herz. Wo deine Herzensliebe hin will, da bist du richtig und da wirst du dann erleben, dass du die Freude in deinem Leben wieder deutlicher spürst, viel deutlicher als jetzt. Sei im Herzen und tue die Dinge aus dem Herzen heraus. Benutze den Verstand als ein gutes Werkzeug, um in dieser Welt zurecht zu kommen, aber nicht mehr. Für mehr brauchst du ihn nicht.

[zurück](#)

Soll der Verstand überwunden werden?

Teilnehmer: Es gibt Situationen, wo sich eine Chance ergibt, ich sie aber nicht beim Schopfe greife, wo der Verstand einsetzt und ich dann noch einmal überlegen muss. Dieses Überlegen stört den ganzen Ablauf ein bisschen. Ich stelle mir die Frage, wie man den Verstand überwinden kann, so dass man gleich in die Tat schreitet?

Sanat Kumara: Es geht niemals darum, den Verstand zu überwinden. Es geht niemals darum, etwas zu bezwingen oder zu verändern oder zu unterdrücken. Es geht immer darum, es zu integrieren. Es geht immer darum, den Verstand mit einzubeziehen und die Ideen und Vorstellungen, die aus dem Inneren erwachsen, mit dem Verstand zu prüfen. Aber dem Verstand dabei auch klare Grenzen in Bezug auf die Dauer der Prüfung zu setzen und in Bezug darauf, wie lange diese Entwicklung der Gedanken sein darf. Wenn du in deinen Gedanken immer wieder wie in einem Hamsterrad zurückkommst und wieder von Neuem beginnst und eine Umdrehung nach der anderen immer wieder dieselben Gedanken wälzt und wälzt und wälzt und zu keiner Entscheidung kommst, dann hat dein Verstand dich überlistet. Dann hat er einfach die Zeit genutzt, um die Möglichkeiten, die sich entwickelt hätten, wieder verstreichen zu lassen.

Wenn du deinen Verstand benutzt, dann musst du ihm auch klar sagen, dass du eine Entscheidung von ihm willst, ob er sich dafür oder dagegen entscheiden will und nicht dass er einfach nur die Gedanken wälzt und wälzt und wälzt. Dann wirst du auch in einer angemessenen Zeit das tun können, was du tun möchtest und dich dafür oder dagegen entscheiden - und dann kommt wieder etwas Neues. Lasse deinem Verstand nicht die Macht darüber, was mit dir geschieht, sondern nimm ihn als Werkzeug.

Teilnehmer: Die Sprache sagt nicht das, was die Gedanken sind. Das ist das Thema. Ich weiß was ich tun will, ich will etwas machen, aber der Verstand sagt : „Da ist irgendetwas, tue es nicht!“

Sanat Kumara: Hast du schon einmal probiert, es an dem Verstand vorbei doch zu tun?

Teilnehmer: Nein.

Sanat Kumara: Dann probiere es einmal. Du wirst von dem Ergebnis überrascht sein (allgemeine Heiterkeit).

[zurück](#)

Bruch in der Familie

Teilnehmerin: Vor einigen Jahren ist mein Bruder gestorben und seitdem gibt es einen tiefen Bruch in unserer Familie. Ich würde gerne wissen, was ich tun kann, um diesen Bruch zu heilen.

Sanat Kumara: Du kannst nur auf energetischer Ebene etwas tun. Dieser Bruch, der ist da. Du kannst für alle Beteiligten, die an diesem Bruch mitbeteiligt sind, um Hilfe rufen. Indem du keine Partei ergreifst, kannst du ein neutraler Punkt in dieser Situation sein. Du kannst damit Anlauf- und Ansprechpunkt für alle Parteien sein, wenn du das wünschst. Sei ohne Beurteilungen, sei völlig ohne Vorstellungen davon, wie etwas zu sein hat oder auch nicht. Auf tiefer Ebene hat dieser Bruch langfristig sehr heilsame Wirkungen. Aber es braucht seine Zeit in eurer Zeit. Du kannst Anlaufpunkt und du kannst sozusagen Türöffner sein, wenn sich die Konfliktebenen wieder treffen wollen, wenn du dich jetzt neutral verhältst und für beide Seiten offen bist. Alles was dort geschieht, ist auf einer tiefen, tiefen Ebene so gewünscht und gewollt.

Teilnehmerin: Danke.

[zurück](#)

Umgang mit Aggressionen

Teilnehmer: Wie kann ich besser mit meinen Aggressionen umgehen?

Sanat Kumara: Dein Atem, der in dir ist, verbindet alles miteinander und gleicht alles aus. Lasse deinen Atem wirklich tief bis in dein Wurzelchakra hineinfließen. Lasse ihn bis in die Beine und die Erde hineinfließen und lasse ihn dann wieder hochströmen. Lasse diesen Strom des Atems alles mitnehmen, was dich belastet und lass es unten in die Erde hineinfließen und oben über deinen Kopf in den Himmel hineinströmen. Lasse es einfach los. Lasse es mit dem Atem fließen. Halte nichts fest. In dem Moment, wo du dich an diese Aggression klammerst und sie mental festhältst, wirst du dich immer tiefer mit ihr beschäftigen und sie in deinem Gefühlsleben und deinem gesamten Gefühlskörper fest integrieren. Es braucht dann noch viel längere Zeit, um sie wieder herauszulösen.

In dem Moment, wo du merkst, dass sie zu dir kommt, dass du dieses Feld betrittst, atme es herauf und herunter, lasse es oben heraus und lasse es unten in die Erde hineinfließen. Die Erde und der Himmel nehmen dir ab, was nicht zu dir gehört. Sie nehmen dir alles ab, was nicht passend ist. Über den Atem befreien sie dich von allem, was dich stört. Lasse den Atem einfach strömen, herauf und herunter.

Das ist das wichtigste an diesem Punkt und das ist auch ein ganz wichtiger Punkt bei vielen anderen, die jetzt nicht danach gefragt haben - wie Emotionen, die euch belasten, am leichtesten bearbeitet werden können: indem nämlich der Atem die gesamte Körperebene öffnet, die gesamte Gefühlsebene öffnet, die gesamte mentale Ebene öffnet, um es herauszulassen. Ihr müsst dafür nicht schreien. Ihr könnt es einfach ausatmen.