

Michael – Die Jahreszeiten des Lebens – Wunderbare Neugier – 22. März 2010 – Marin TM

Marin TM Group – Mill Valley, California – USA

MICHAEL – T/R-JL

(Übersetzung: Harald-Talamána; 29. 04. 2010)

- (Die Jahreszeiten des Lebens)
- (Gesunde und ungesunde Gewohnheiten; die Rolle von Glauben)
- (Der wirkliche, tiefe Spaß)
- (Wahrheit lernen mit Glauben)
- (Eine lebendige Balance finden)
- (Weiter – auf Gesundheit)
- (Verstand und Körper ausdehnen)
- (Wunderbare Neugier)

Liebe Michael und Muttergeist, wir danken euch für eure letzten Folgen von Lektionen darüber, wie wir uns einiger unserer widerspenstigeren physischen Probleme bewusst werden und wie damit umzugehen ist – bestimmen einer schlechten Gewohnheit – für jetzt – einfach als eine, die ungesund ist.

Vergangenes Jahr hatten wir eine sehr heftige nationale Debatte über die Rolle der Regierung in unserer Gesundheitsfürsorge – gerade wo die vielen und zueinander in Beziehung stehenden Verantwortungen liegen. Wir greifen euren Punkt auf, dass keine Menge von Fürsorge im Nachhinein Jahre um Jahre der Vernachlässigung wiedergutmachen kann, wenn es über ein individuelles menschliches Wesen mit der Würde freien Willens kommt. Ich weiß, dass ein großer Prozentsatz, vielleicht weit über die Hälfte unserer Gesundheitspflegekosten durch chronische Krankheiten entsteht, die durch solche Auswahlen verursacht werden, die wir treffen, und die meisten davon durch ein paar Sachen wie Rauchen und Trinken, wertlose Nahrung, schwerer Drogenmissbrauch – auf Rezept und ohne -, all diese verbunden mit viel zu wenig physischer Aktivität. Wir greifen euren weiteren Punkt auf, dass ein Individuum keine Wahl hat, sein oder ihr Verhalten zu ändern, bis diese Gewohnheiten bewusster werden können.

Wir danken euch, dass ihr uns das Problem ehrlich präsentiert habt, dass wir als Menschen nur ein Ideal wie bessere Gesundheit wählen können und uns in diese Richtung bewegen von einer Position zuerst des Bewusstseins, aber dann auch auf irgendeine bessere, etwas praktikable, realisierbare Auswahl von

etwas Besserem hin, es an die Stelle von solchen Dingen zu setzen, die wir lieber nicht fortsetzen. Wir wurden zurückgeworfen auf unser Wesen, geistige Wesen zu sein, schöpferische Wesen, die – sowohl individuell als auch kollektiv – alleine und gemeinsam – diese Alternativen für sich selbst und für die, die wir lieben, erschaffen müssen. Wir danken euch, dass ihr das menschliche Dilemma so deutlich dargestellt habt. Amen.

MICHAEL: Guten Abend, meine Söhne, dies ist Michael. Muttergeist und ich nehmen euren Dank an, und wir danken euch umgekehrt vor allem, dass ihr hier seid, und dann auch, dass ihr wirklich euer Bestes tut, eure Herzen zu öffnen und euren Verstand zu öffnen, eure Gefühle und euer Verständnis zu öffnen, euren Hunger und eure Neugier, mehr zu wissen über uns und euch und jeden anderen. Dies ist jenes wunderbare, wunderbare Geschenk Gottes – dieses lebendige Ding der aufspringenden Neugier. Es ist jener Teil eures menschlichen Geistes und eurer Mentalität, den Muttergeist mit ihrem eigenen Sein vermehrt: euer Wissensdurst – gerade die reinen Tatsachen des Lebens; dann wie ihr sie in Verbindung miteinander bringt und im Verständnis zusammensetzt – all die unendlichen Verbindungen über Zeit und Raum, die ihr zwischen ihnen entdecken könnt. Ihr Heiliger Geist vermehrt euren Mut, eure Kraft zu nutzen, das Wunderbare zu erforschen, in die inneren und äußeren Abenteuer zu gelangen, die euch erwarten, und sie mit Begeisterung anzunehmen.

(Die Jahreszeiten des Lebens)

Ihr sprecht vom tatsächlichen Stoff des Lebens – der Spaß, manchmal auch ist es der Schrecken, der Terror des Schrecklichen, denn in diesem Lebensabenteuer wollt ihr alle zu einem gewissen Grad physischen Schmerz und Verletzung kennen, mentalen Schaden und Ungewissheit, geistige Erschöpfung und Einsamkeit. Da ist jenes Wesen des Abenteurers, das euch versuchen wird, und es bedarf einer reifen Weisheit, um diesen Versuch rückhaltlos anzunehmen, denn ihr wisst nicht – zunächst: dies ist, wie ihr wachst. Die Blüten eurer Kindheits-Willenskraft sind wie eine kleine Blume, völlig unbegrenzt, doch treffen sie die festen Ränder anderer Wirklichkeit, sei es der physische Stoff der Welt oder eure Landsleute, und all eure wilden Vorstellungen und Träume, und all eure kindische, jugendliche Schadenfreude für wenig mehr trifft auf solche objektive Ränder von Wirklichkeit und wird zurück geschnitten. Ihr geht durch eure inneren Jahreszeiten, zuerst Frühling – blühen mit grenzenlosem Ehrgeiz. Ihr habt eure Sommerzeiten von Leistung und Ansammlung. Aber dann, wegen nur halb-bewussten Übernehmen findet ihr euch selber, als ob ihr in der Luft hängt, weg vom realen Boden, und der Crash kommt. Ihr seid in einer Art von Abfallen, ein Herbst, wenn die kalten Winde der Realität anfangen, euch zurück zu schneiden. Wo ihr einst geblüht habt – euch in alle Richtungen ausdehnend -, findet ihr, ihr seid schwerwiegend zurechtgestutzt worden mit etwas, was vielleicht wie persönliche Fehler und Fehleinschätzungen der Welt, der Leute erscheint.

Dann kommt der Winter, wenn ihr euch in euch selbst zurückziehen müsst, Winterschlaf halten, wie es

wäre, all das durch den Kopf gehen zu lassen, was jene letzte innere Runde der Jahreszeiten gewesen ist. Ihr macht das ein wenig jeden Tag: auswertend. Ihr ruht euch aus und denkt über all diese Dinge nach, und schlaft, und heilt. Dann kommt hier ein neuer Frühling innerlich, und nun seid ihr ein wenig weiser. Ihr habt eine Seele bekommen und sie ist gewachsen, sie ist aktiver in eurem Leben. Nun blühen eure Absichten erneut auf, vielleicht nur um über den Tag zu kommen, aber ihr habt einen größeren, schwerverdienten wirklichen Erfahrungsboden, darauf zu stehen, deshalb sind eure Wünsche ein wenig mehr geerdet, ein wenig praktischer, ein wenig realisierbarer. Ihr lernt. Ihr geht wieder weg in ein neues Abenteuer, das teilweise euer eigenes ist – zusammen mit dem Rest des Universums. Ihr macht den nächsten Schritt, einen notwendigen Schritt, meine Kinder, weil das Abenteuer kein Ende dazu hat.

Im Lauf der Zeit kommt ihr nett und bequem in dieses menschliche Leben auf Urantia, ihr werdet gerade total verquirlt. Ihr erwacht auf einer anderen Welt, einer architektonischen Sphäre mit seinem eigenen pflanzlichen und tierischen Leben, und morontiellem Material. Ihr seid in einem Körper, der so transformiert ist, dass wir euch nur ein paar Hinweise geben können, wie erweitert all eure physischen Sinne und eure innere Sensibilität und Verständnis sein wird. Ihr werdet zuerst überwältigt sein über die simple Tatsache, überlebt zu haben – an diesem Platz, überall um euch –, aber dort ist noch ein anderer Schritt zu machen und noch ein anderer, wenn ihr hinausgeht in jene seelenvollere Welt mit einer herrlichen neuen Frühlingszeit innerlich.

Wie Muttergeist kürzlich sagte, verändert sich die Situation immer, jedoch immer das Gleiche für das zunehmende Verständnis eurer Persönlichkeit. Ihr wachst; eure Vergangenheit wird ständig größer. In diesem eurem menschlichen Leben verdient ihr dieses Reich, diese materielle, von lebenden Pflanzen und Tieren bewohnte Welt, und darum werdet ihr dies immer haben. Ihr werdet immer fähig sein, wahrzunehmen und eine Beziehung zu den evolutionären Welten des Kosmos zu finden. Ihr werdet immer eine Verwandtschaft mit all den anderen verschiedenen Ordnungen menschlicher Wesen empfinden. Diese eure Vergangenheit ist buchstäblich durch eine Gegenwart Gottes erobert. Das ist eure Seele. Sie ist für euch jetzt eine enorme, außerdimensionale morontielle Wirklichkeit, dass ihr euer Bewusstsein entwickeln müsst, um sie an dem Tag zu umfassen, wenn ihr mit ihr und ihrem Mitautor verschmelzt.

Ihr habt eine Zukunft, der ihr zurecht den Namen Ewigkeit gebt. Aber ihr werdet alle Ewigkeit brauchen, jenes Konzept zu erfüllen – auszufüllen, wenn ihr wollt. Im Moment ist es nur ein Wortsymbol, das auf etwas hinweist, was ihr nur angefangen habt zu erfahren.

Insoweit gibt es als Mensch weder in Vergangenheit noch zukünftig irgendeine persönliche Existenz außerhalb dieses ewigen Jetzt, in welchem ihr euch eures jeweils sich verändernden Seinsbewusstseins erfreut. Eure Erinnerungen und Vorhersagen sind abhängig, teilweise, von den Funktionen eures materiellen Verstandes, die auf einem lebenden physischen Gehirn und Nervensystem beruhen; und

allgemeiner Gesundheit. Dennoch, wie euer Urantia Buch euch informiert, seid ihr mit Super-Verstand ausgestattet. Eure gottgegebene Persönlichkeit, die mit schöpferischem Geist ausgestattet ist, macht euch zu mehr als nur einem Supertier. Ihr seid ein persönliches Wesen mit all den Kräften und Verantwortlichkeiten eines einmaligen Wesens, das sich im Endeffekt total allein auf Gottes Gegenwart in euch beziehen kann. Da wird es immer einen nicht reduzierbaren unbeschreiblichen Teil von euch und euren Erfahrungen geben, den ihr noch nicht einmal mit eurer eigenen Art teilen könnt – gerade weil ihr einmalig seid: etwas, das nur eures und Gottes ist.

Ferner, ihr seid für euch selbst ein Geheimnis, insofern als eure Vergangenheit, wie sie durch eure Seele erfasst ist, unergründlich ist. Um noch einmal ein paar Momente eurer Vergangenheit in aller Fülle zu erleben, müsst ihr euch hinsetzen und vollständig euer Bewusstsein eurer gegenwärtigen Umgebungen aufgeben, vielleicht indem ihr ein Musikstück aus jener Zeit hört. Dann verändern sich auch eure Erinnerungen ständig, wie euer Verständnis und eure Seele wächst, denn wenn eure Seele eine vollkommener ausgeglichene, teil-geistige Wesenheit ist, je mehr ihr in Berührung mit ihr seid, desto mehr erlangt ihr eine Balance und ein Verständnis der Vergangenheit, das mehr ist als bloße Erinnerung. Einfache Erinnerung, ohne die Tiefe und den Atem der Seele, ist immer partiell: Erinnerung ist immer nur euer Teil, und dann nur so gut, wie ihr euch an sie erinnern könnt. Eure Seele enthält euer Leben, wie es ebenso von Gottes geistigem alles einschließenden Blickwinkel gesehen wird.

(Gesunde und ungesunde Gewohnheiten; die Rolle von Glauben)

Und wenn ihr also an etwas wie eine schlechte Gewohnheit herankommt – etwas in eurer Vergangenheit Eingefahrenes, das spontan ganz aus sich selbst zu entstehen scheint - sind diese Impulse generell teils physisches Verlangen nach einem guten Gefühl und teils psychologische Verwirklichung – unmittelbare Belohnung, dass etwas funktioniert. Materieller Verstand und Körper sind offensichtlich lebendig verbunden, und diese gefühlte Erleichterung ist sowohl physisch als auch mental, sogar auch geistig insofern, wenn sie wertvoll ist. Ihr müsst irgendetwas von größerem Wert finden und erschaffen – etwas, diese Abhängigkeit zu ersetzen -, was auch funktioniert, nur besser – mit größerer Freiheit. Das muss die Auswahl sein, weil, wie Muttergeist bemerkte, es wirklich etwas aufzugeben gibt. Es gibt jene unmittelbare physische Bequemlichkeit und mentale Beruhigung, was in der Vergangenheit funktioniert hat: aber zu welchen Kosten? Es geht also darum, gerade den Spaß des Schlechtseins aufzugeben – freiwillig zu tun wovon ihr wisst, ihr solltet nicht, und/oder gesellschaftliche Regelungen zur Schau stellen – der Spaß, das Gesetz zu brechen. Es ist darum gerade jener pure, unverantwortliche Spaß von Verantwortungslosigkeit – gleichgültig wählend nicht darauf zu antworten, und versucht, was ihr besser wisst. Ihr müsst ungesunde Wege mit mehr Spaß ersetzen, mehr Fühlen zunehmender guter Gesundheit sowohl in Körper als auch Verstand.

Wahrlich, manchmal gibt es diese Kluft – für einige ein riesiger Abgrund von Krankheit – zwischen

eurer Absicht, durch schlechte Gesundheit schon geschwächt, und jener Zeit, wenn ihr diese schlechte Gewohnheit erfolgreich aufgegeben habt, in der ihr beginnen könnt, die Willenskraft und physische Stärke zu spüren, zusammen mit der mentalen Klarheit und echter Beruhigung. Deshalb ist es nicht nur eure Willenskraft, sondern euer Glaube, der euch über jene Kluft von gerade wirklich etwas Aufgeben trägt; Glaube, dass etwas sogar Besseres – wenn ihr wollt, überwinden wird. Wir nennen diesen Glauben, weil nichts anderes es tun wird. Deshalb beginnen eure erfolgreicherer Programme, die Leuten helfen, wirklich schwere Süchte aufzugeben, mit einer Anerkennung, durch Glauben an etwas Größeres als ihr Selbst. Das ist eure Verbindung mit dem Geist, euer Hinausreichen zu jemand Größerem als ihr selbst um Gesellschaft und Rat. Manchmal ist es dieses Wesen des Betens, das euch hilft, die Zwangslage für euch selbst zu erkennen, in der ihr euch befindet. Es ist euer Glaube an schöpferischen Geist – euren eigenen und anderen, größeren Geist -, der euch Hoffnung gibt und euch befähigt, auf noch nicht gesehene oder gefühlte Dinge einzuwirken. Glaube an Geist überbrückt die Kluft zwischen dem Ideal – der für hier und jetzt erhofften besseren Gesundheit, und dem Realen – wenn es anfängt zu geschehen.

Wir bitten euch, Glauben zu haben, meine Kinder, auch wenn ihr das Gefühl habt, ihr könnt noch nicht direkt darauf zugreifen und ihn nutzen. Habt Vertrauen nicht nur in euren Schöpfer, sondern auch in Seine absolute und unendliche Weisheit. Er versteht es solche Wesen wie euch zu erschaffen und euch mit Geist auszustatten, mit einer Portion Seiner Kreativität: ihr seid Mitschöpfer eurer Zukunft. Er macht das aus absoluter und unendlicher Liebe für Seine Kinder: es ist eure Freiheit. Er hat euch einen Weg gegeben, euren Weg vorwärts zu erschaffen – immer mit Seiner Hilfe ganz in euch, und mit Muttergeist und mir selbst ebenso neben und in euch. Wir sind hier. Gemeinsam mit euch wollen wir kommen mit jenem neuen Leben, das ihr braucht: ansonsten ist es eure Auswahl.

(Der wirkliche, tiefe Spaß)

Ja, ihr müsst durch diese Probe gehen, diesen Abgrund des Nicht-genau-Wissens, was jenes bessere Leben sein wird. Das erwartet der Verlauf der Zeit und schließt alles und jeden sonst mit ein. Ihr seid noch nicht dort: das ist eure Orientierung, euer Geist der Wahrheit. Hier ist es, wo euer Glaube dazukommt: dass euer Vater euch die Mittel gegeben hat, euren Teil der Zukunft zu erschaffen. Keine Hemmung davor wird es tun. Das ist das bessere Leben per Definition. Das ist es, wo ihr realisiert – real macht -, dass ihr für euch selbst die schöpferische Macht habt, glücklich zu sein, ein wachsendes, immer größeres Gut zu kennen jenseits des Notwendigen – seid frei zu wählen, gerade für den Spaß, mit Gott zu spielen.

Deshalb betrachtet diese Dinge in euren Meditationen. Gebt einen Teil eures Tages für die Übung eures Glaubens. Öffnet euer Herz, um zu fühlen. Öffnet eure Neugier, um zu staunen. Öffnet euren Verstand für größeres Verständnis, wo ihr seid, und was funktioniert und was es nicht tut, und warum, und zu

welchen Kosten. Habt Glauben in euch, meine Kinder, dass ihr dieses schöpferische Geistwesen seid, das in die Ewigkeit gehen will, indem ihr euren Weg vorwärts erschafft mit immer mehr beständiger bewusster Aktivität, geführt durch Neugier und Glauben, belohnt mit noch einem anderen Schritt, der in die Unendlichkeit zu nehmen ist. Das ist nicht irgendeine Zeitangelegenheit, die ihr macht, meine Kinder. Es bringt euch in eine immer dynamischere Beziehung mit eurem Selbst und allem was ist – dem Rest von Gottes lebendiger Schöpfung.

Die Zukunft ist unbegrenzt: nutzt das. Heißt sie willkommen. Schaut vorwärts, einen gesünderen Part darin zu spielen. Es ist eures.

Nun, wenn ihr irgendwelche Fragen oder Anmerkungen heute abend habt, lasst sie kommen.

Student: Ich habe keinerlei Fragen, Vater Michael. Danke dir für die Klarheit, die du lebendig machst; und dieses Leben ist wirklich sehr spannend. Es bringt alles vorwärts, unabhängig davon, wie es von Zeit zu Zeit aussieht.

(Wahrheit lernen mit Glauben)

MICHAEL: Du bist sehr willkommen, mein Sohn. Muttergeist und ich registrieren das geistige Leid unserer Kinder. Urantia ist fast einmalig, mit nur wenigen anderen Welten, für so lang in menschlicher Entwicklung beraubt gewesen der Gegenwart eines hohen geistigen Sohnes, der auf dem Planeten mit seinem materiellen Stab lebt. Und dann später auch ein ständig anwesender Materieller Sohn und eine Materielle Tochter – Adam und Eva – hätten einer weltweiten Kultur weiter geholfen, wo diese Wahrheiten, die wir anbieten, von Geburt an gespürt würden. Wie es ist, müsst ihr diese Wahrheiten mit Glauben lernen; sie sind noch kein innewohnender Teil des breiteren sozialen Gefüges, in dem ihr erzogen wurdet. Ihr habt eure Zivilisationen entwickelt – eure Mittel zivilisiert mit jedem anderen zu sein, auf eine Weise, allein gelassen aber hinsichtlich geistiger Gegenwarten innen und außen. Ihr könnt nur fühlen. Ihr könnt fühlen, nicht nur von euren geistigen Eltern und von Gott getrennt zu sein, sondern schlimmer, ohne bewusstes Bewusstsein der seele-erfüllenden geistigen Dimensionen der Wirklichkeit überhaupt. Das ist für viele aktuell: sie fühlen nur den mentalen/physischen ungestillten Hunger nach irgendetwas mehr. Das wirkliche gute Gefühl und die Sicherheit schöpferischen Geistes ist noch nur potenziell für sie. Und das ist ein großer Teil davon, was all diese ungesunden Gewohnheiten zu kompensieren versuchen, die Zeit aufzufüllen.

Für diese geschundenen Seelen erscheint der Gedanke der Meditation daneben; wie in: Was ist der Punkt! Für jemanden, der Zeit totgeschlagen hat – euer sehr treffender Ausdruck –, können ein paar Minuten höchst Konzentriertseins und Aufmerksamkeitschenkens wie eine endlose Hölle erscheinen, weil es Zeit bis zu dem bodenlosen gegenwärtigen Moment von, vielleicht, enormem Schmerz und

Krankheit öffnet. Dennoch liegt es in eurer absichtlichen Meditation und dem Gebet, dass ihr die Willenskraft und den Glauben findet, eure Herzen und den Verstand für Gottes Gegenwart in euch zu öffnen und eine bewusste Beziehung zu beginnen.

Mach also weiter, mein Sohn. Muttergeist und ich sind glücklich, dass du diese Klarheit findest in dem, was wir anbieten, und in deinem Leben. Sei in meinem Frieden. (Danke dir)

Student: Ja, Michael, ich habe keine Frage, sondern mehr eine Sorge über meinen eigenen Mangel an Spaß in meinem Leben, oder Mangel an Glauben oder Initiative, aus den Verkleidungen herauszutreten, in die ich mich selbst gesetzt habe, mich überarbeitend. Ich höre nicht wirklich genug auf meine Seele und meinen Körper. Ich bin nicht wirklich ungesund, aber ich fühle eine Menge Unbequemlichkeit und Schmerz und Steifheit. Alles ist echt wund von all der Arbeit und den Sportarten, die ich gemacht habe, und ich versuche, das als eine Nachricht zu nehmen, ich sollte mehr Aufmerksamkeit schenken. Indem ich also darüber nachdenke, aufzubrechen in ein kreativeres Leben – da gibt es viel Angst darin für mich, wie vielleicht, ich sollte ein paar Klienten verlieren; aber in dieser Wirtschaft? Dennoch möchte ich nicht mein Leben damit verbringen, immer arbeiten zu müssen für ein Überleben . . . aber noch nicht unverantwortlich zu sein.

Ich habe in einer Retrait letztes Wochenende teilgenommen, die sehr kraftvoll war, genannt Great Freedom, und davor in was ich erwähnte – etwas genannt Quantum Touch, das ebenfalls auch ganz interessant war. Ich bin offen für neue Dinge, aber mein Körper erzählt mir etwas anderes. Als Donna hier war zum Übermitteln, war es mein Schutzengel, der durchkam und mich veranlasste, irgendeine Aktion aus seiner Perspektive zu initiieren. Also . . . ??

(Eine lebendige Balance finden)

MICHAEL: Ja, mein Sohn. Die größte Beruhigung, die ich direkt geben kann ist diese, mit deiner schwerverdienten Weisheit, dein Gefühl für eine Art Ausgeglichenheit in deinem Leben zwischen Arbeit und Spiel ist eine notwendige, andauernde Sache. Dies ist ein Teil – (Michael lacht) – des Menschseins. Du musst für dich sorgen, deine Kinder, deine alten Eltern. Du kannst gut diese Orientierung spüren. Du bist dabei zu lernen, wie du Dinge in dieser Balance abwägst, sowohl durch deine Meditationen als auch deine geistige Suche.

(Weiter – auf Gesundheit)

Muttergeist und ich haben diese Reihe von Lektionen gegeben, um unseren Kindern zu helfen, ihr persönliches Verstehen, und ihren schöpferischen Geist, und ihre Neugier ganz hinunter in ihre Körper zu bringen. Dehnt sachte und erweitert eure Körper mit allem davon von innen her. Jede Zeit ist

einmalig, und verändernd: lebendig. Eure Körper werden so oft für selbstverständlich genommen, und ihnen wird nur Aufmerksamkeit gewidmet, wenn etwas falsch läuft oder während Zeiten des Vergnügens – obwohl das so nützlich ist, wenn ihr euch in das verliert, was ihr gerade macht. Es ist wie die Abstumpfung zu unterbrechen, routinemäßige unbewusste Identifikation mit euren Körpern, und sie mehr ins Bewusstsein zu bringen. Für so viele Leute, was ihr Handauflegen nennt, oder allgemeiner gute Massage und Körperarbeit, kommt teilweise die Heilung von diesen Wegen, Leute mit ihrem eigenen Körper bekannt zu machen. Sie kommen dort physisch passiv zu liegen, während jemand anderer sie erinnert, dass sie diese besonderen Beine haben, und diese Rückenmuskeln, und diese Schultern. Dieses Wiederbekanntmachen bringt die Kraft geistigen und verstandesmäßigen Bewusstseins in ihre Körper, und dies allein kann heilen durch dieses innere Bewusstsein und Gottes Gegenwart.

Mein Sohn, euer menschliches Leben ist ein lebenslängliches Studium, euren Körper kennen zu lernen, nicht nur weil er sich verändert mit der übrigen Wirklichkeit und altert, sondern auch weil euer Körper, wie wir es gezeigt haben, ebenso eine andere Unendlichkeit und ein Mysterium für euch ist. Nicht alle eure Bücher in allen euren Büchereien haben schon die Tiefe davon gepeilt, was er ist, und für euch persönlich, von Augenblick zu Augenblick, euer Körper ist was? – 99,9999 Prozent unbewusste Prozesse? (Michael lacht) Ihr esst einen Apfel, und euer Körper wandelt ihn in Energie für euch um. Ihr schneidet euch in den Finger, und er heilt.

(Verstand und Körper ausdehnen)

Deshalb schlagen Muttergeist und ich vor, dass ihr, wenn ihr diese Lektionen lest, euren Verstand und Geist ausdehnen lasst, zu erfassen, was wir anbieten. Später, sachte, liebevoll dehnt eure Körper aus, sie auch zu fühlen, von innen her. Dies wird immer kritischer und nützlicher, wenn ihr älter werdet und die Gelenke mit mineralischen Ablagerungen eingeschränkt werden. Muskeln und Bänder und Sehnen tendieren dazu, sich zu verkürzen. Leute, die eine große Beschäftigung physischer Arbeit in ihrem Leben finden – wie du -, können ganz eingeschränkt werden, die Unnachgiebigkeit, die Druck auf jede alte Verletzung ausübt. Deshalb müsst ihr euch mehr strecken, immer tiefer strecken, wie ihr es subjektiv fühlt, um gerade eure tatsächliche Bewegungsauswahl zu erhalten, oder besser, sie zu erweitern. Ganz eingesperrt zu werden ist das traurige und tragische Schicksal alter Leute, denen niemals diese einfachen Prinzipien gelehrt wurden, noch diese Prinzipien der Geist-Körper-Einheit – Yoga, das besonders im Fernen Osten entwickelt wurde und im Westen für über ein Jahrhundert gewesen ist.

So lasst mich das als eine tägliche Übung empfehlen. Lernt Arten, wie ihr euren Körper streckt, nicht durch Gebrauch der Muskeln, euch in irgendeine Position zu bringen, sondern den Gebrauch der klassischen Yogapositionen, die die Schwerkraft die Arbeit machen lassen, während ihr euch auf das Fühlen der Muskelverlängerung konzentriert und die Gelenke durch Entspannen in den Schmerz öffnet.

Der Schmerz, den ihr fühlt, ist euer Körper, der euch erzählt, ihr erreicht hier die nützliche Grenze der Bewegung. Ihr habt etwas liebevolle Geduld zu lernen, um Dinge sich entspannen zu lassen.

Eine berühmte Tänzerin sagte einmal, dass eine Tänzerin so viel mehr Schmerz in ihrem Leben kennen mag, gerade wegen des unablässigen Dehnens locker und gelenkig zu bleiben; aber dann schaut euch die wunderbaren Leben geschmeidiger, herrlicher Bewegung an, die sie haben. Betrachtet also dieses Ausdehnen eures Körpers. Es ist ein anderer Weg, euch von innen her kennen zu lernen, eine andere absichtliche Kontinuität Tag für Tag – noch eine kontinuierliche Sache, die ihr in euer Leben bringt um zu lernen und damit in Verbindung zu bleiben. Wie fühlt sich euer Körper – an diesem Morgen im Vergleich mit gestern und allem, was gestern galt? – oder sogar vor einem Monat?

Nun, ich weiß – (Michael lacht) – ich habe euch gerade etwas anderes zu tun empfohlen, aber dies ist eins der entscheidendsten nützlichen Dinge, die wir unseren physischen Kindern vorschlagen können. Egal wo euer Verstand und phantasievoller Geist wandern mag – und sollte -, euer Körper gehorcht universalem physischem Gesetz, Gottes Gesetz, hier auf Urantia. Hegt diese Tatsache: euch ist ein lebendiger Kontakt mit der Wirklichkeit gegeben worden: bleibt in Berührung.

Student: Danke dir.

MICHAEL: Du bist willkommen. Sei in meinem Frieden.

(Wunderbare Neugier)

Lasst mich diesen Abend mit dieser Anmerkung abschließen. Für so viele scheint es vielleicht seltsam, dass euer Schöpfersohn, euer Vater und guter Freund euch physischen Ratschlag gibt. Ich sage noch einmal, dass dieser euer Körper eine lebendige Unendlichkeit für euch ist, ein von Augenblick zu Augenblick fremdes Land, das ihr erforschen müsst. Er ist ein Abenteuer, eine Herausforderung anzuerkennen, dass ihr mehr über euch selbst wissen müsst – all diese Knochen und Muskeln. Deshalb nutzt Gottes Geschenk geistiger Neugier. Lasst es aufsprudeln. Nehmt nicht an, ihr werdet wissen, wie es mit dem Fühlen geht, bis ihr dahin kommt und es ausprobiert. Dehnt euch beim Entspannen, indem ihr jenen Schmerz tief gehen lasst, der bedeutet, dass der Muskel verlängert ist, das Gelenk ist geöffnet – schonend. Langsamer und langsamer. Euren Körper zu entspannen bedeutet, Vertrauen zu lernen, dass ihr sorgfältig seid; ihr müsst euch dieses Vertrauen verdienen. In einem größeren Sinn werdet ihr gleichzeitig lernen, der Weisheit und den Strukturen eures Körpers zu vertrauen, und wie ihr euch ihnen mit Liebe und Bewunderung nähert.

Diese zarte Sorgfalt ist das Gegenteil von Masochismus – der krankhaften Idee, dass es gut sein muss, wenn es wehtut. Ihr geht nur sachte jenseits der Grenzen von Bequemlichkeit, weil Bequemlichkeit

alleine die Tendenz hat zu schrumpfen – zuerst eure Neugier, dann euren Körper: immer weniger fühlt er sich bequem. Dies geht den anderen Weg hin zu größerer Auswahl an Beweglichkeit, mental und physisch.

Darum pflegt dieses wunderbare Geschenk Gottes. Geht gut damit um. Lernt es. Es ist eine andere Dimension davon, wer ihr seid und was ihr zu eurer Seele hinzufügt. Ihr werdet sie [die Neugier; A.d.Ü.] zu gegebener Zeit für etwas sogar Besseres aufgeben, aber für jetzt, lasst eure Neugier euch reizen. Stellt euch ein gesünderes Leben vor. Habt Spaß mit diesem eurem Körper. Bringt ihn immer mehr in bewusstes Bewusstsein. Seid sorgsam.

Guten Abend. Seid in meinem Frieden.

ENDE