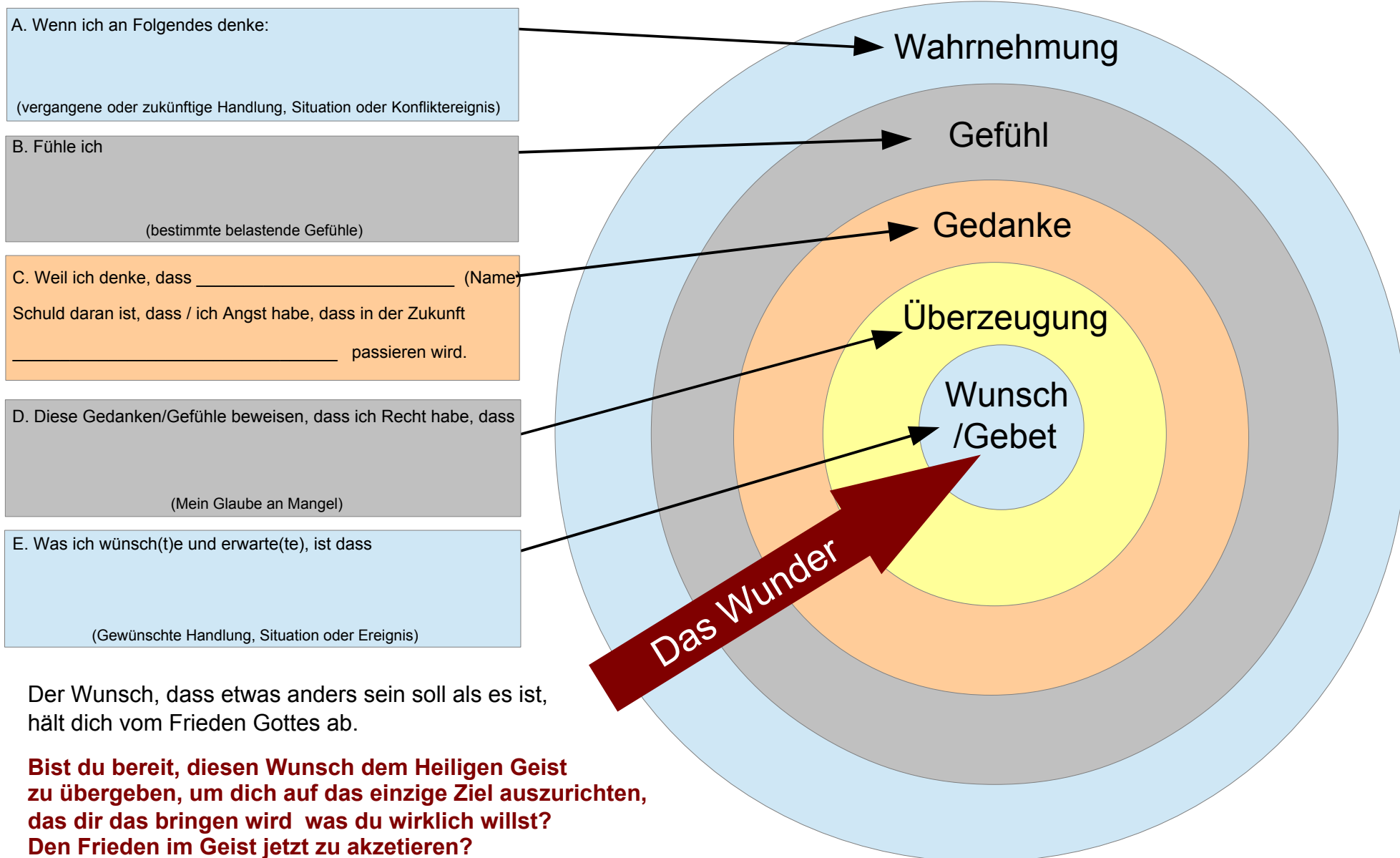


EBENEN DES GEISTES – DIAGRAMM

"Die Wahrheit wird dir durch dein Verlangen wiedergegeben, so wie sie durch dein Verlangen nach etwas anderem für dich verloren war." - *Ein Kurs in Wundern* T-20.VIII.1.2



Wenn du bei der Wahl des Friedens Gottes mit Hilfe des Ebenen des Geistes - Diagramms auf Widerstand stößt, fahre mit dem Instrument für Frieden fort. Fühle dich jederzeit frei, deine Antworten zu verfeinern, indem du den roten Text änderst.

WERKZEUG ZUM FRIEDEN

Eine praktische Anleitung zur Bewältigung von inneren Konflikten und zur Heilung des Geistes

Der Geist im Frieden ist geheilt. Der Geist, der in Frieden ist, hat den Frieden von ganzem Herzen angenommen. In dieser Welt zeigt sich der Mangel an Frieden in vielen Formen. Damit eine dauerhafte Heilung eintreten kann, muss der Mangel an Frieden auf seine eigentliche Ursache im Geist zurückgeführt werden. Die Verwendung dieses Instruments für diese Rückverfolgung kann einem willigen Geist helfen, loszulassen, was er zu wissen glaubt, die Welt anders zu sehen und einen gegenwärtigen Zustand des Friedens und der Freude zu erleben.

Was regt dich im Moment auf? Fange an, deine Antworten in die vorgesehenen Felder einzutragen. Das Formular füllt den Rest des Formulars automatisch in Rot aus, während du liest und ausfüllst.

1. Wenn ich an folgende Konfliktsituation, Handlung oder Ereignis denke:

(A) _____
(Vergangene oder zukünftige Situation, Handlung oder Ereignis)

Fühle ich:

(B) _____
(bestimmte belastende Gefühle)

Weil ich denke, dass:

(C1) _____ Schuld ist
(Name – optional)

und/oder weil ich Angst habe, dass:

(C2) _____ in der Zukunft
passieren wird *(optional)*

2. Wenn ich an (A) denke _____

Fühle ich (B) _____

Beschuldige ich (C1) _____ und/oder

habe Angst dass (C2) _____

Dies beweist dass ich Recht habe, dass:

(D) _____
(Mein Glaube an Mangel, der die Form eines Bildes von mir selbst/Anderen/der Welt annimmt)

Mir gefällt nicht, wie ich mich jetzt fühle. Also bin ich bereit, die Möglichkeit in Betracht zu ziehen, dass die Art und Weise, wie ich dies wahrnehme, nicht der Realität entspricht. Als Teil des Heilungsprozesses bin ich bereit, über meine Wahrnehmung dieser Aufregung (die Bedeutung, die ich ihm gegeben habe) hinauszublicken und in meinen Geist zu schauen.

3. Ich möchte ohne Schuldgefühle die Rolle sehen, die ich in Folgendem spiele:

Wenn ich an (A) denke _____

Fühle ich (B) _____

Beschuldige ich (C1) _____ und/oder

habe Angst dass (C2) _____

4. Ich lasse den Wunsch los, in meiner Wahrnehmung von all dem Recht zu haben:

Wenn ich an (A) denke _____

Fühle ich (B) _____

Beschuldige ich (C1) _____ und/oder

habe Angst, dass (C2) _____

und beweist, dass (D) _____

Ich möchte stattdessen glücklich sein. Durch das Ego (verzerrtes Denken/Sehen) nehme ich die Ursache meiner Verärgerung und ihre Lösung als außerhalb meines Geistes wahr. Diese Projektion scheint sehr real zu sein; ihr Zweck ist es, meinen Geist davon abzulenken, nach innen zu schauen.

5. Wenn die Ursache meiner Verärgerung und ihre Lösung außerhalb meines Geistes lägen, wäre ich in der Tat machtlos, meinen Geisteszustand zu ändern. Mein Gebrauch der Projektion (im Außen zu sehen, was ich im Inneren nicht sehen will) ist der Grund, warum ich machtlos zu sein schein:

(C1) _____ und/oder

(C2) _____ scheinen die Ursache

meines Konflikts zu sein.

6. Wenn ich an (A) denke _____

Fühle ich (B) _____

Beschuldige ich (C1) _____ und/oder

habe Angst, dass (C2) _____

welche aus aus meinem Glauben/meiner Überzeugung resultieren, dass:

(D) _____

(Mein Glaube an Mangel, der die Form eines Bildes von mir selbst/Anderen/der Welt annimmt)

7. Ich rege mich nur dann über jemanden oder etwas auf, wenn er/sie mir eine Überzeugung widerspiegelt, die ich aus meinem Bewusstsein verdrängt habe. Wenn ich etwas in der Welt beschuldige/ fürchte, dann nur, um zu vermeiden, dass ich die Aufregung und die Lösung so sehe, wie sie wirklich sind (eine Entscheidung in meinem Geist). Stattdessen versuche ich ein Bild von von mir selbst/ anderen/der Welt aufrechtzuerhalten, wie ich es mir wünsche. Dieser Gedankentrick scheint Schuld und Angst zu verdrängen, hält aber in Wirklichkeit die Gefühle der Aufregung aufrecht. Ein Bild von sich selbst/anderen/der Welt zu beschuldigen oder zu fürchten, setzt voraus, dass ich glaube, dass ich auf einen Körper und eine Welt von Körpern beschränkt bin. Dies leugnet die spirituelle abstrakte Realität meines Seins. Als ersten Schritt, um alle Aufregung loszulassen, möchte ich in meinem Geist sehen, was ich dachte, was außerhalb von ihm ist.

Mich darüber aufzuregen, dass: (A) _____

ist ein weiterer Versuch:

(C1) _____ und/oder

der Zukunftsgedanke: (C2) _____

zur Ursache meiner Schuld und Angst zu machen.

8. Die Aufregung scheint richtig und gerechtfertigt zu sein, wenn:

(A) _____

im Widerspruch zu dem steht, was ich will.

Was ich will (wollte) und erwarte (erwartete), ist:

(E) _____
(*Gewünschte Situation, Handlung oder Ereignis*)

Ich glaube immer noch, dass:

(D) _____
(*mein Glaube an Mangel*)

daher denke ich, dass:

(E) _____
(*Gewünschte Situation, Handlung oder Ereignis*)

passieren muss, damit ich glücklich, ganz und im Frieden sein kann.

Ist dieser Glaube an den Mangel und die daraus resultierende Erwartung wichtiger für mich als innerer Friede?

9. Alles in der Welt geschieht stets zu meinem Besten. Was ich für die Ursache meiner Aufregung halte, ist gar nicht die Ursache. Die Entscheidung, mich aufzuregen, ist eine Entscheidung, die Ursache (meinen Glauben an Trennung/Mangel) nicht als eine gegenwärtige Entscheidung in meinem Geist zu sehen. Es ist ein Versuch, die Ursache in der Vergangenheit/Zukunft zu sehen und die Gegenwart als ihre Wirkung.

10. Was ich JETZT vor allem anderen will, ist Frieden.

Daher stelle ich die Überzeugung in Frage, dass:

(D)

_____ *(mein Glaube an Mangel)*

und lasse bereitwillig den Wunsch los:

(E)

_____ *(Gewünschte Situation, Handlung oder Ereignis)*

um mich mit meinem einzigen Wunsch zu verbinden: Frieden.

11. Innerer Friede ist eine gegenwärtige Entscheidung, die ich in Dankbarkeit JETZT treffe! Schuld und Angst vor Konsequenzen schienen nur möglich, weil ich entschlossen war, an einem Glauben an vergangene/zukünftige Ursachen festzuhalten. Ich lasse die Bedeutung los, die ich der Vergangenheit/Zukunft gegeben habe, und öffne meinen Geist für die Gegenwart, losgelöst und unschuldig.

12. Ich bin dankbar für die Erkenntnis, dass die Ursache meiner Aufregung, von der ich dachte, sie läge in der Welt, in Wirklichkeit nur ein nicht hinterfragter Glaube und eine Entscheidung in meinem Geist war; ich habe mich neu für meinen INNEREN FRIEDEN entschieden.

Schreibe alle Erkenntnisse aus dem Prozess unten auf. Speichere das ausgefüllte Arbeitsblatt, falls nötig. Mache so viele Arbeitsblätter wie nötig, um den gegenwärtigen Frieden zu erfahren, wenn das Dein Wunsch ist.