

August 2015

## **Erinnere dich an deinen Ton Die Erinnerungen an Zuhause zum Ausdruck bringen**

übersetzt von Eva Reiner mann



Seid begrüßt, ihr Lieben.

Es ist eine solche Freude, diesen Moment mit euch allen zu teilen, denn ihr seid mitten in einem evolutionären Moment. Ihr bewegt euch mit Liebesgeschwindigkeit, und das Interessante daran ist, dass ihr beginnt, da erweckt zu werden, wo ihr gerade seid. Wir werden ein wenig von unserer Vision mit euch teilen, wo wir euch zur jetzigen Zeit auf eurem Weg sehen und, noch wichtiger, wo ihr euch in der neuen Dimension von Zeit und Raum verankert.

### **Eine bewusste Veränderung**

Es hat Zeiten gegeben, ihr Lieben, in denen die Evolution euren Bewusstseinsstrom von einer physischen Form zur nächsten gebracht hat. Sehr selten ist das im bewussten Zustand geschehen, aber genau das passiert jetzt auf dem Planeten Erde. Deswegen beginnt die kollektive Schwingung des Universums damit, Informationen zu sammeln und das Spiel auf dem Planeten Erde stärker zu unterstützen, und dabei wird dieses immer mehr enthüllt. Atmet tief ein, ihr Lieben, und wieder aus, um für einen Moment eure Mitte zu finden. Schließt eure Augen, wenn ihr wollt, und dehnt euch aus. Ihr habt euch in einem Rahmen mit der Energie des Widerstandes aufgehalten, weil ihr meintet, daran festhalten zu müssen. Ihr habt den Großteil eurer Energie darauf verwendet, euch innerhalb der Grenzen aufzuhalten, die ihr für eine menschliche Existenz notwendig gehalten habt. Euer Geist jedoch schreitet nach Freiheit, danach, den eigenen Ton hervor zu bringen und die eigene Botschaft von Zuhause zu überbringen. Dieser einzigartige Ton ist es, den jeder von euch spezifisch mitgebracht hat, denn nur du konntest ihn bringen. Aus unserer Perspektive passiert jetzt Folgendes: Ihr beginnt, die Fühler in die Multidimensionalität auszustrecken und euch ihrer bewusst zu werden. Sobald ihr das macht, ihr Lieben, verändert sich das Spiel sehr schnell.

**Expandieren in der Multidimensionalität ( Ausdehnen in viele Dimensionen )**

Ihr habt bereits den Schritt vorwärts in die fünfte Dimension gemacht. Ihr Lieben, wir sehen, wie ihr euch umschaut, um herauszufinden, wie alle diese Dinge funktionieren. Es gibt jedoch ein neues, entscheidendes Teil, das dem Spiel noch nicht hinzugefügt worden ist. Weil sich die Schwingung der Menschheit erhöht hat, habt ihr nun eine neue Möglichkeit erreicht, die noch vor kurzem nicht da war. Ihr habt die Fähigkeit, euch über eure Grenzen hinaus in energetischer Form auszudehnen, so dass ihr eure Multidimensionalität erreichen könnt. Ihr werdet für euch auch den Weg des geringsten Widerstandes finden, nicht nur in eurer eigenen Existenz, sondern auch in eurem Leben insgesamt, gleichzeitig in jeder Dimension von Zeit und Raum. Ihr habt verschiedene Möglichkeiten, das Universum, das euch umgibt, zu harmonisieren, und eine davon ist ein ganz einfacher Prozess, den man das Ausdrücken eures Tones nennt. Ja, viele von euch sind mit einer Schwingung herein gekommen, mit einem spezifischen Ton, der eurem eigenen physischen Körper die Erinnerung bringt. Euer physischer Körper, ihr Lieben, befindet sich in Schwingung, und wenn er aufhört zu schwingen, dann seid ihr gegangen; dann existiert er in Wirklichkeit nicht mehr. Er schwingt innerhalb einer bestimmten Frequenz, die Menschen sehen, berühren und mit der sie arbeiten können, um das Spiel zu spielen, in dem ihr vorgebt, Menschen zu sein. Ihr habt das recht erfolgreich gemacht, mit einer Binde vor den Augen herum gehen, mit anderen zusammenstoßen und gegen die Wand laufen, auf der Suche nach der Tür.

## **Drückt euren Ton aus**

Ihr alle sucht nach dem Weg, der nach Hause führt. Ihr seht euch danach, euch an diesen Ton zu er-innern und tief in euch die Bestätigung zu fühlen. Nun seid ihr an dem Ort, wo ihr eure Energie ausdehnen und beginnen könnt, die anderen Dimensionen von Zeit und Raum zu fühlen. Warum würdet ihr das tun? Die meisten unter euch sind zögerlich, so etwas zu tun, weil das Niveau eurer Empfindsamkeit so hoch ist. Euer Vagusnerv ist manchmal so hoch sensibel, dass es für euch schwierig ist, dieses Licht und diese Energie richtig zu erden und so in eure Wirklichkeit zu bringen. Es gibt sogar Angst in dieser Hinsicht, und das ist faszinierend, denn jede Form von Energie gleicht sich selbst aus. Habt ihr jemals zwei Tassen Wasser genommen und sie mit einem Schlauch verbunden, so, dass eine höher als die andere ist? Innerhalb von Augenblicken gleichen sie sich aus. Die Wahrheit ist, dass alle energetischen Formen den angeborenen Weg des geringsten Widerstandes kennen. Nun, wie geht das vor sich? Energieformen sind alle miteinander verbunden, auch eure. Das ist es, was wir heute mit euch teilen wollen, einen Weg, wie ihr euren Ton finden und aussprechen könnt. Was ist euer Ton? Ist es eine musikalische Note, die ihr treffen müsst? Ist es eine bestimmte Schwingungsfrequenz, die wiederholt werden muss? Nun, manchmal ist es ein Ton. Bei anderen Gelegenheiten könnt ihr ihn wieder erschaffen indem ihr sprecht, Töne hervor bringt (toning), singt oder eine Schwingung erschafft, die nicht für das Gehör sondern für das Herz gemeint ist. Das ist der Ton, den ihr von Zuhause mitgebracht habt. Nun, wie drückt ihr euren Ton aus und channelt ihn? Jeder von euch hat ein einzigartiges Stück des Ganzen mitgebracht, das nur ihr am besten tragen konntet, und nun fügt ihr diese Teile zusammen und vereint sie wieder. Das ist ein total magischer Prozess für uns, den wir beobachten. Wir feuern euch bei jeder Gelegenheit an, und ihr habt bereits einen riesigen Unterschied ausgemacht, mehr, als ihr jemals sehen könnt. Die Welt ist verändert, und die Verantwortung dafür liegt bei euch.

## **Übt euch in eurer Leidenschaft**

Wie findet ihr diesen Ton? Nun, ganz einfach, ihr habt eine Leidenschaft. Viele von euch haben schon lange und intensiv diese Leidenschaft betrachtet, und doch sagt ihr, ich weiss noch immer nicht, was meine Leidenschaft ist. Nun, das bedeutet, dass ihr zuviel denkt; die

Leidenschaft befindet sich nicht in eurem Kopf, sie wohnt in eurem Herzen. Danach müsst ihr streben, um dieses Gefühl zu finden. Was muss ein Mensch also tun, um dieses Gefühl wieder zu erschaffen und von einem Moment zum anderen damit Verbindung aufzunehmen? Es braucht Übung, ihr Lieben, wie alles. Wie kommt ihr in den Himmel? Übung, Übung, Übung. Ganz einfach. Ihr lebt auf dem Planeten der Unvollkommenheit und werdet vollkommener in eurem Wunsch, unser spirituelles Zuhause zu erreichen. Lasst uns für einen Moment zu diesem Ton zurückkehren, denn das ist es, was ihr mitgebracht habt. Wenn ihr nur gekommen seid, um auf dem Planeten Erde einen Ton von euch zu geben, dann macht das, auf jeden Fall. Wenn ihr dafür an einer Straßenecke stehen müsst, um einfach nach Herzenslust zu singen, dann tut das. Heißt das, dass dies eure Leidenschaft ist? Ihr werdet es tun müssen, um das heraus zu finden. Wenn ihr sie dann gefunden habt, sagt ihr, ach nein, das ist nicht meine Leidenschaft, aber so ähnlich. Vielleicht werdet ihr etwas Kreatives machen; vielleicht werdet ihr etwas tun; vielleicht gründet ihr eine Band und beginnt, Aufnahmen zu machen. Vielleicht setzt ihr eure Stimme auf melodische Weise ein, um gleichzeitig durch viele Dimensionen hindurch eine Botschaft zu bringen. Es gibt ganz unterschiedliche Wege, wie ihr das tun könnt. Es gibt auch jene, die in einem zeitsensiblen Moment, an einer Verbindung oder einem Punkt, wo sich kritische Masse gebildet hat, platziert wurden. Wenn sich in der Welt, die euch umgibt alle diese Ereignisse und Spirit aufeinander ausrichten, dann habt ihr die Gelegenheit, alle die Dinge, die ihr euch wünscht, zu erschaffen. Dann, ihr Lieben, habt ihr das, was wir einen magischen Moment nennen. Ihr könnt euch ausdehnen in alle Dimensionen von Zeit und Raum, dann eure gesamte Macht genau in diesem Augenblick beanspruchen, um etwas auf der Straße, die vor euch liegt, zu erschaffen. Das ist der bewusste Schöpfer, der immer das Licht von Zuhause über der Schulter hat und es auch verwendet.

## **Drückt eure Erinnerung an Zuhause aus**

Zeit, sich an diesen Ton zu er-innern, ihr Lieben. Wir versuchen, euch zu diesen Erinnerungen zurück zu führen, die ihr absichtlich vergessen habt, damit ihr vorgeben könnt, dass ihr das Spiel als Mensch spielt. Tief drinnen seid ihr ein Geistwesen; in Wirklichkeit kennen wir euch gut und ihr kennt uns. Wir sind alle Teil voneinander, auf verschiedene Weisen, an die ihr euch erst er-innern werdet, wenn ihr diesen physischen Körper ablegt und in das energetische Kollektiv, das wir alle sind, zurück kommt. Das ist die Magie, die ihr erschafft. Ihr habt eine tiefsitzende Erinnerung an Zuhause; sie ist in eurem Ton enthalten. Was ist euer Ton, und was braucht es, damit ihr ihn hervor bringt und mit anderen teilt? Das Zögern ist groß, ihr Lieben. Weil ihr so feinfühlig seid, habt ihr manchmal Angst, wenn ihr euren Ton aussprecht, könnte er andere blockieren. Ihr macht euch Sorgen, dass sie ihren eigenen individuellen Ton nicht finden können, wenn ihr euren aussprecht, aber dafür seid ihr gekommen. In Wirklichkeit ist es so, wenn ihr beginnt, euch mit dem Teil von euch selbst zu verbinden, der eure Passion verkörpert, dann verbreitet sich das wie ein Waldbrand. Ihr Lieben, ihr müsst versuchen, das aus unserer Perspektive zu sehen. Wir sehen das manchmal, wenn ihr auf der Straße an jemandem vorbei geht und dem anderen nicht einmal in die Augen schaut oder irgendeine Art von Freundlichkeit austauscht. Und doch, wenn ihr auf der Straße an jemandem vorbei geht, dann entfacht ihr in dem anderen ein Licht mit den Gefühlen von Zuhause, mit diesem Ton. Ist das ein Geräusch oder ein Klang? Das kann es sein. Muss es so sein? Letztendlich dient er der Er-innerung an das Herz. Findet euren Ton, indem ihr ihn übt, damit spielt und weiter ausdehnt. Er ist, wie alles auf dem Planeten Erde, wie ein Muskel. Je mehr ihr übt und ihn trainiert, desto stärker wird er und umso mehr Kontrolle habt ihr über eure Schöpfungen. Ihr Lieben, es ist eine magische Zeit auf der Erde, und es ist für alle an der Zeit, sich an den magischen Ton zu er-innern. Wir haben ein ganz besonderes Teil mitgebracht. Willkommen. Wir sind so glücklich, dass ihr es bis hierher geschafft habt. Ihr beginnt nun, vom Traum in einen Zustand der Bewusstheit zu erwachen. Entdeckt euch selbst, wie ihr auf dem Planeten

Erde geht und dieses wunderschöne Spiel spielt, in dem ihr so tut, als wärt ihr Menschen, aber wir sehen euch. Wir wissen, wer ihr seid und heißen euch willkommen, mit der allergrößten Ehrerbietung der Essenz des Lebens und den Er-innerungen an Zuhause, die ihr alle in euch tragt. Er-innert euch an den Ton, ihr Lieben. Was immer dafür nötig ist, sprecht ihn oft aus. Unterlegt ihn mit Energie und teilt ihn. Bewegt ihn, und ihr werdet die Arbeit des Geistes machen. Das ist es, wofür ihr alle gekommen seid.

**Lehre dein Herz denken und deinen Kopf fühlen**

Nun, die meisten von euch werden das intellektualisieren und zuviel darüber nachdenken. Dies sind die Zeiten des Herzens, in denen ihr das Herz denken und den Kopf fühlen lehrt. Dies sind die Zeiten, in denen ihr aus dem Traum erwacht und euch in diesem wunderschönen physischen Körper entdeckt. Genießt die Reise, ihr Lieben. Ihr habt sie absichtlich geplant, damit ihr hier sein könnt, um den Planeten Erde genauso zu erleben, wie es geschieht, und um euch an euren Ton zu er-innern. Gut gemacht, ihr Lieben.

Es ist uns die allergrößte Ehre, euch so zu grüßen, euch zu kitzeln, damit ihr euch daran er-innert, dass es nur ein Spiel ist. Und, vor allem, spielt gut miteinander, ihr Lieben. Geht miteinander in der bestmöglichen Form um. Helft anderen, sich an ihren Ton zu er-innern, und euer eigener wird sogar noch stärker werden.

Espavo, ihr Lieben.

**Herzensverbindung**

**von Barbara Rother**

**Escape to a Lighter Side**



Manchmal sind wir alle so ernsthaft, ohne uns dessen bewusst zu sein. Wir sind alle so konzentriert auf Karriere, Familie und unser tägliches Leben, dass wir nur daran denken, was in der Zukunft liegt, statt das wahrzunehmen, was in diesem Moment vor uns ist. Wenn wir uns ganz präsent fühlen, können wir uns selbst daran er-innern, dass das Leben tatsächlich ein Spiel ist, und dass wir leichter werden müssen, um die Reise zu genießen. Das bringt uns zurück in den Fluss des Lebens.

Wann habt ihr zum letzten Mal aus dem Bauch gelacht? Ihr wisst schon, die Art Lachen, wo man vor lauter Lachen Tränen in den Augen hat. Als Kinder haben wir das oft erlebt, völlig sorglos, wie es schien. Auf dem Weg ins Erwachsenwerden verlieren wir diese Unschuld der Leichtigkeit. Lasst uns alle die Hand ausstrecken nach diesem Teil unseres Selbst und unsere Sorgen gerade lang genug los lassen, um das Lachen im Leben zu geniessen.

Kürzlich fing ich an, darüber nachzudenken, als wir einen Gast in unserer Sendung VirtualLight Broadcast hatten. Sandra Sedgbeer interviewte Maureen St. Germain. Im Laufe einer wunderbaren Diskussion liess Maureen ein tiefes Lachen hören, dass sofort ein Lächeln auf mein Gesicht brachte. Sie konnte denselben Sinn für Humor im Ausdruck ihrer Arbeit anwenden. Ich machte ihr danach ein Kompliment über ihr Lachen, und sie sagte, dass sie oft lacht.

Steve und die Gruppe sagen, dass Gelächter die Sprache von Engeln ist. Elrah hat den besten Sinn für Humor, den ich je bei einem Geistwesen erlebt habe! Die Gruppe sagt, wenn wir zu ernst werden, dann kitzeln sie uns und bringen uns zum Lachen. Unser höheres Selbst, so fühle ich das, ermutigt uns immer, leichtmütiger zu werden.

Es ist für uns eine besondere emotionale Befreiung, die wir spüren können, wenn wir unsere Mauern öffnen und von Herzen mitlachen. Es ist dasselbe Gefühl wie bei einem tiefen, schluchzenden Weinen. Danach fühlen wir die Leichtigkeit des Geistes. Wir haben alles Nötige los gelassen und sind bereit dazu, weiter zu gehen. Aufgestaute Emotionen hindern uns daran, auf unserem Pfad weiter zu gehen.

Ich hörte etwas über die sozialen Medien, das ich sehr interessant fand. Die Phrase LOL ( laughing out loud = laut lachend ) ist nicht mehr akzeptabel. Jetzt wäre es üblich, hehe zu schreiben oder haha. Wer macht diese Regeln? Lacht nach eurer eigenen Fasson.

Sobald wir das Leben leichter nehmen, fühlen wir uns lebendiger. Ich erzähle euch, wann ich vor einigen Jahren wusste, dass ich dabei war, mich von meiner Krankheit zu erholen. Ich fing langsam an zu lächeln und spürte, wie mein Sinn für Humor wieder kam. Ich begann, mit den anderen in meiner Umgebung zu scherzen. Ich spürte, dass ich zurück war in meinem Körper und freute mich auf das Glück eines gesunden Lebens.

Ich weiss, dass es schwer ist, den Humor im Umfeld zu entdecken, wenn das Leben unfair oder schwierig ist. Wann immer ihr könnt, findet Zuflucht auf einer leichtmütigeren Seite. Bewegung kann die Produktion von Endorphin steigern, was unseren Gemütszustand verbessert. Ich weiss, dass sich meine Laune schon durch einen kurzen Spaziergang hebt. Steve und ich, wir entspannen und abends beim Fernsehen. Wir sehen unterschiedliche Programme, aber ich habe am meisten Freude an Shows, bei denen ich laut lachen und den Humor mit Steve teilen kann. Es ist sehr wichtig, in jeder Beziehung Spass zu haben. Ich finde es schön, wenn meine Nacht mit Humor und Dankbarkeit zu Ende geht.

Wenn wir unser seelenvolles Lachen finden, dann zeigt sich der wahre Geist unseres Seins. Lasst alle um euch diese Freude hören. Lachen ist ansteckend. Sobald wir jemand lachen hören, ist das befreiend für uns, um endlich selbst zu lächeln. Am Anfang unserer Arbeit präsentierten Steve und ich im Rahmen unserer persönlichen Seminare eine Übung, die diesen Punkt veranschaulicht. Dabei legten sich alle Teilnehmer auf den Boden, wobei jeweils der Kopf des einen auf dem Bauch des anderen zum Liegen kam. Dann haben wir begonnen, die Leute zu kitzeln, bis das Gelächter wie eine Kettenreaktion ausbrach. Steve und ich lachten auch heftig. Nach der Übung waren alle in Hochstimmung.

Wir können unsere schlimmsten Kritiker sein. Wann immer ich einen menschlichen Moment habe oder etwas Lächerliches mache, dann versuche ich, über mich selbst zu lachen. Das erlaubt mir, ein Urteil über mich selbst loszulassen und das Bild, das ich habe, dass ich perfekt sein muss. Wir können hohe Erwartungen an uns selbst haben, aber es ist wichtig, sich zu er-innern, dass das Leben eine Erfahrung ist, aus der wir lernen, und die wir ganz erfüllen können, wenn wir Leichtigkeit im Herzen haben.

Zündet bewusst jeden Tag die Leidenschaft für Freude an und drückt sie aus mit Gelächter. Wisst, dass die Engel direkt neben euch sind, um mit euch gemeinsam zu lachen.

In Liebe und Licht,

Barbara

**Copyright Hinweis:**

**Copyright 2000-2015 Lightworker.** [www.lightworker.com](http://www.lightworker.com) Diese Information soll verbreitet werden und dies mag jederzeit ganz oder teilweise unter folgenden Bedingungen erfolgen: Die Verwendung dieses Materials zeigt, dass der Nutzer mit folgenden Bedingungen einverstanden ist: 1. Der Hinweis Copyright 2000 – 2015 Lightworker – [www.lightworker.com](http://www.lightworker.com) wird dem veröffentlichten Material hinzugefügt. 2. Der Nutzer stimmt zu das alle Rechte, einschließlich der Rechte an Übersetzungen verbleiben im Eigentum von Lightworker. Wenn Sie dieses Material übersetzen, behalten wir uns das Recht vor diese Übersetzung auf der Lightworkerinternetseite weiter zu verwenden – unter Hinweis auf Sie den Übersetzer, um sie der Allgemeinheit zur Verfügung zu stellen. Weitere Informationen über die Gruppe können auf [www.lightworker.com](http://www.lightworker.com) gefunden werden.