



Schamanisch-energetische Arbeit
Jürgen König

„Die Transformation besteht in der Öffnung des
Herzens, nicht in der Veränderung der Person“

Jack Kornfield

Anleitung zur Reise in die Obere Welt

Infos zur MP3/CD von www.energie-heilung.info/shop

Dauer: ca. 45 min

Was du brauchst:

ein kleiner Kieselstein oder ersatzweise ein Papierkügelchen



Reise in die Obere Welt zu deinen himmlischen Eltern und weisen Ahnen. Hole dir Rat für deinen Lebensweg und lerne die Welt der himmlischen Liebe kennen.

Beschreibung der Reise

In der Oberen Welt bekommst du Kontakt zu deiner seelischen Ebene. Dort lernst du mehr über deinen höheren Lebenssinn und deinen Lebensweg wie er bisher war und wo es möglicherweise hingeht. In deiner Essenz bist du lichtvoll und positiv. In der Oberen Welt nimmst du direkten Kontakt zu den leichten und klaren Bereichen deines Seins auf. Du formulierst zu Beginn eine Frage oder Absicht und bereist damit die Ebene der himmlischen Eltern und der Meister und Weisen.

Vorerfahrungen empfohlen!

Voraussetzung für eine erfolgreiche Reise in die Obere Welt ist eine grundlegende Reinigung deines Unterbewusstseins, die du durch Reisen in die Untere Welt oder andere Methoden erreichst. Bist du deine Heldenreise schon eine Weile gegangen und hast einige deiner dunklen Seiten überwunden oder beleuchtet, ist der nächste Schritt, den Kontakt zu den höheren Bereichen des Seins aufzunehmen. Dann kann sich das Lichtvolle in dir besser zeigen und in dein Leben integrieren.

So nimmst du die Hinweise, Erfahrungen und Geschenke mit in deinen Alltag, so dass auch du mehr und mehr deine lichtvolle, positive Essenz leben kannst. Die himmlischen Eltern sind deine erfahrenen Ratgeber, die schon dein ganzes Leben an deiner Seite sind. In der höchsten Ebene dieser Reise triffst du Meister und Weise und kannst in diesem Bereich jenseits der Zeit in deine mögliche Zukunft schauen. Die Zukunft ist nicht festgelegt, dennoch gibt es eine Tendenz die über die Reise sichtbar werden kann.

Für diese geführte schamanische Reise benötigst du einen ruhigen Platz zum Sitzen oder Liegen, einen kleinen Kieselstein und die Offenheit für dein Inneres! Lasse deine Seele zu dir sprechen, sie weiß genau was für dich wichtig ist im Leben.

Lese dir bitte die Anleitung vor dem ersten Anhören durch.



Anleitung:

Suche dir einen Platz an dem du für mindestens eine gute dreiviertel Stunde ungestört bist. Du kannst die Reise im Liegen oder Sitzen durchführen. Sorge dafür, dass du entspannt und ruhig in deiner Position verweilen kannst. Im Liegen lege deine Arme rechts und links neben deinen Körper, so dass dein Oberkörper nach oben geöffnet ist. Wenn du weißt, dass du im Liegen schnell einschläfst, kannst du auch im Sitzen der Reise folgen. Dazu sollten deine Füße guten Bodenkontakt haben und du kannst deinen Rücken anlehnen, dass du wirklich entspannt bist. In beiden Positionen solltest du dich wohl fühlen, dass du dich innerlich fallen lassen kannst.

Heiligen Raum eröffnen

Wenn du möchtest, kannst du einen heiligen Raum öffnen, indem du die vier Himmelsrichtungen anrufst und die Erde und den Himmel. Das gibt dir noch mehr Ruhe und Ausrichtung. Alberto Villoldo hat eine schöne Anrufung in die Welt gebracht ([Download PDF](#)). Du kannst den Raum mit Salbei oder Palo Santo räuchern und reinigen und eine Kerze anzünden.

Absicht formulieren

Es ist gut mit einer **konkreten Frage oder Absicht** in die Reise zu gehen. Dann sind die Antworten, die du erhältst, meist eindeutiger und klarer.

Um deine Absicht zu bekräftigen hilft dir ein Kieselstein, in den du deine Absicht dreimal kräftig hineinpustest, wenn du in der geführten Reise dazu aufgefordert wirst. Der Kieselstein sollte wirklich ein einfacher Kieselstein sein, kein besonderer Heilstein mit bestimmten Eigenschaften. Die einzige Aufgabe des Steins besteht darin, deine Absicht zwischenzuspeichern für die Dauer der Reise.

Nachdem du deine Absicht in den Stein gepustet hast, legt du den Stein auf deinen Körper, dort wo du das Gefühl hast, der Stein liegt hier richtig. Nach der Reise reinigst du den Stein, indem du kräftig hindurchpustest, mit der Absicht, den Stein wieder zu neutralisieren oder ihn unter fließendem Wasser abspülst. Wenn du ein Papierkügelchen verwendest, kannst du es auch in der Erde vergraben, verbrennen oder in einen Bach oder Fluss geben.

Auf der Reise

Während du der Anleitung folgst, bleibe entspannt und sei offen für das, was dir begegnet. Es kann sein, dass dein Geist in Alltagsgedanken abschweift. Wenn du das merkst, bringe dich wieder sanft in den Fluss der Anleitung. Es kann auch sein, dass dein Geist dir Dinge zeigt, die nicht zur Anleitung gehören. Das ist in Ordnung. Möglicherweise wird am Ende der Reise klar, wie sich das einfügt. Wenn es nicht weitergeht oder unangenehm wird, entscheide, ob du weiterreist, das Hindernis umgehst oder auch abbrichst.

Lerne deinem Inneren zu vertrauen. Auch wenn sich vordergründig mal nichts zeigt, reflektiere im Nachhinein gerne noch einmal darüber. Manchmal sind es subtile Gefühle und Eindrücke jenseits der visuellen Ebene, die eine Erfahrung der Seele vermitteln. Sei liebevoll und geduldig mit dir.

Du kannst dich mit deinen himmlischen Eltern und den Meistern und Weisen auch unterhalten und ihnen Fragen stellen. Manchmal bekommst du eine Antwort, manchmal auch nicht. Bleibe auch offen für die Erfahrung und die nichtverbale Kommunikation über Gefühle und Symbole. Probiere spielerisch aus und akzeptiere das Ergebnis. Die Seele hat eine Logik, die nicht immer sofort nachvollziehbar ist. Lass dich also überraschen und sei offen für das, was sich zeigt.



Sollte sich auch einmal nichts zeigen, bleibe dabei. Je öfter du gereist bist, umso mehr Erfahrungen sammelst du und erfährst immer mehr Aspekte von dir.

Nach der Reise

Nimm dir nach der Reise Zeit, um die Erfahrung nachwirken zu lassen und vollständig wieder im Alltagsbewusstsein anzukommen. Du kannst die Erfahrungen direkt aufschreiben oder vor deinem inneren Auge noch einmal wirken lassen. Idealerweise hast du etwas Zeit für dich nach der Reise eingeplant.

Die schamanische Reise dient der Aktivierung der Selbstheilungskräfte und ersetzt nicht die Diagnose oder Behandlung beim Arzt/Heilpraktiker. Du nutzt die Reise eigenverantwortlich. Die Reise ist nicht geeignet für Menschen, die an Erkrankungen des psychotischen Formenkreises leiden, die Drogen konsumieren oder Psychopharmaka einnehmen. Die Reise ist nicht geeignet, um sie beim Autofahren zu hören.