

RAWN'S SELBSTHEILUNGS ARCHAEOUS

Skript der Audio Version © 2002 von Rawn Clark

~Lektion Eins~ Die vollständige Wahrnehmung und Integrierung des physischen Körpers

Einführung :

Hallo, hier ist Rawn Clark und du hörst die Lektion eins des Selbstheilungs-Archaeus.

Ich nenne diese Technik einen Archaeus, da sie eine alchemistische Arbeit, bekannt als der Archaeus des Wassers, zum Vorbild hat. In dieser alchemistischen Arbeit nimmt man ein Quantum an Wasser und trennt es in seine Elemente durch den Vorgang der Destillation. Sind die Bestandteile getrennt und gereinigt, so werden diese wieder zusammengefügt, mit dem Ergebnis eines gestärkten Wassers, welches Eigenschaften besitzt, die es vorher nicht aufwies. Der Selbstheilungs-Archaeus folgt dem gleichen alchemistischen Muster der Trennung (Separation), Reinigung (Purifikation) und anschließend der Wiederausammenfügung (Reintegrierung), doch anstelle von Wasser ist unser Gegenstand der aus drei Wesenteilen bestehende menschliche Körper.

Wie bei Bardon beschreibt der Archaeus drei „Körper“, die mit den drei „Reichen“ des Mentalen, Astralen und Physischen korrespondieren. Die heilenden Wirkungen dieses Archaeus werden durch bewußte Beeinflussungen dieser drei Körper und ganz besonders durch deren Zusammenfügung (Integrierung) erzielt.

Bei jedem Arbeitsschritt innerhalb des Archaeus arbeitet man bewußt entlang den Pfaden der Einflußnahme und Kraft, welche die Natur selbst bereitstellt. Die Technik initiiert einer der wesentlichsten Prozesse in der Natur : Integrierung + Trennung (Separation) + Reintegrierung ... dem Rhythmus des Lebens selbst. Zu dieser fundamentalen Gleichung wird der eigene magische Wille des Praktizierenden gefügt, immer bezogen aus dem Blickwinkel der Heilung.

Lektion eins, zwei und drei beziehen sich auf die vollständige Wahrnehmung der jeweiligen Körper und deren gegenseitige Integrierung. Lektion eins zeigt die komplette Wahrnehmung, Entspannung und Integrierung des physischen Körpers; Lektion zwei die völlige Wahrnehmung des astralen Körpers sowie dessen bewußte Integrierung in den physischen Körper. Lektion drei erklärt die vollständige Wahrnehmung des mentalen Körpers und seine bewußtseinsmäßige Integrierung in den astralen und physischen Körper.

Die Lektionen vier und fünf betreffend die passive Trennung (Separation) dieser Körper von einander und deren nachfolgende Integrierung. Während der Phase der Trennung erreicht jeder Körper auf natürliche Weise einen Grad der Ruhe, der durch keine anderen Mittel erzielt werden kann. Der heilende Effekt, der durch diese tiefste Ruhe erreicht wird, ist einer der großen Vorteile innerhalb der Arbeit des Archaeus.

Lektion sechs befaßt sich mit der Reinigung und in-Balance- bringen jedes einzelnen Körpers sowie deren nachfolgende Reintegrierung. Dieses wird durch die Ladung eines jeden Körpers mit den vier Elementen in den analogen Körperregionen erzielt.

Die letzte Lektion sieben befaßt sich mit einer höheren Form der Integrierung, der des integrierten Selbst-Ausdruckes durch deine bewußt vereinigten und elementisch ausgeglichenen physischen, astralen und mentalen Körper. Der Archaeus ist so gestaltet, daß er in Verbindung mit „Der Weg zum wahren Adepten“ (DWZWA) durchgeführt werden kann. Mit den Lektionen eins, zwei und drei kann bei jeder Stufe innerhalb Bardons Werk aufgesetzt werden.

Lektion vier und fünf, die sich mit der Trennung befassen, sollten nur nach Abschluß von Stufe zwei (DWZWA) durchgeführt werden, die ja die Erlangung eines rudimentären Gleichgewichtes ermöglicht.

Lektion sechs, zu welcher die Beeinflussung durch die Elemente gehört, sollte nur dann angefangen werden, wenn bereits guter Fortschritt in Stufe vier (DWZWA), die Arbeit mit den Elementen betreffend, erreicht worden ist.

Und letztlich sollte die Lektion sieben nicht begonnen werden, bevor man am Anfang der Stufe sechs steht.

So, nun laßt uns mit der Praxis der Lektion eins beginnen, die vollständige Wahrnehmung, Entspannung und Integrierung der grobstofflichen Körpers betreffend.

Praxis :

Schließe die Augen und bringe dich in eine bequeme Lage. Am besten sitzt du aufrecht, die Hände sanft auf den Oberschenkeln ruhend; dieses wird helfen, der Versuchung zu widerstehen, während der Entspannungsphase einzuschlafen.

Befreie deinen Geist von allen ungewollten weltlichen Belangen und Gedanken. Nun richte deine Aufmerksamkeit auf deine Füße, werde gewahr, wie sich deine Füße anfühlen. Spüre die Zehen, die Fersen und den Rücken der Füße. Jetzt entlasse alle Anspannungen aus deinen Füßen.

Lenke deine Aufmerksamkeit nun aufwärts, zu deinen Waden. Gleichzeitig werde gewahr, wie sich deine Waden anfühlen und entspanne ihre Muskulatur.

Nun richte deine Aufmerksamkeit auf deine Schenkel. Nimm wahr, wie sie sich anfühlen und entspanne ihre Muskulatur.

Jetzt gehe zu deinem Gesäß und Becken und entspanne alle Muskeln in diesem Bereich. Entspanne Unterleib und Darm.

Deinen unteren Rückenbereich.

Deine obere Rückenpartie.

Entlasse alle Anspannungen von deiner Brust.

Entspanne deine Schultern, Arme und Hände.

Entspanne alle Muskeln in deinem Hals und Nacken.

Entspanne Kinn und Mund.

Entspanne deine Nase.

Deine Augen

Deine Wangen

Deine Ohren

Entspanne jetzt deine Kopfhaut.

Beobachte nun, wie entspannt dein gesamter Körper in diesem Augenblick ist.

Nun richte deine Aufmerksamkeit auf die Feuerregion, deinen Kopf, vom Ansatz deines Halses bis zum Scheitel. Empfinge alle verschiedenen Teile, aus denen diese Region besteht. Fühle die Haut, die deinen Kopf und Gesicht überzieht. Spüre die Augen, rechts und links, deine Nase und Stirn, deine Ohren, rechts und links, deine Zunge, Zähne und Lippen. Nimm Hals und Rachen wahr. Jetzt erspüre alle Teile deiner Kopfregion

zugleich. Bringe alle deine Empfindungen zusammen und fühle deine ganze Kopfregion als eine Einheit.

Lenke deine Wahrnehmung nun weiter herunter in die Luftregion, welche ist deine Brust, von den Schultern bis herunter zum Solar Plexus, einschließlich deiner Oberarme, rechts und links sowie der Ellenbogen. Nimm all die verschiedenen Teile wahr, aus denen diese Region besteht. Spüre die Haut, die deinen Rumpf bedeckt. Spüre die Haut, Muskeln und Knochen deines rechten Oberarms und der Schulter. Spüre die Haut, Muskeln und Knochen deines linken Oberarms und der Schulter. Spüre deine atmenden Lungen und dein schlagendes Herz. Spüre dein oberes Rückgrat, deine Rippen und den Brustkasten. Jetzt spüre alle Teile deiner Brustregion zugleich. Bringe alle deine Empfindungen deiner Brustregion zusammen zu einer Einheit.

Bewege deine Wahrnehmung nun weiter herunter in die Wasserregion, deinen Unterleib, vom Sternum bis zu den Genitalien sowie deinen Unterarmen, rechts und links, bis zu den Handgelenken. Spüre all die verschiedenen Teile, aus denen diese Region besteht. Spüre die Haut, die deinen Unterleib und unteren Rücken bedeckt. Spüre die Haut, Muskeln und Knochen deines rechten Unterarms. Spüre die Haut, Muskeln und Knochen deines linken Unterarms. Spüre deinen Magen, deine Eingeweide, deine Nieren und all die anderen Organe dieser Region. Spüre dein unteres Rückgrat sowie die die Bauchregion stützende Muskulatur. Bringe all diese Empfindungen zusammen und nimm deine Bauchregion als eine Einheit wahr.

Bewege jetzt deine Wahrnehmung weiter herunter in die Erdregion, deine Beine, reichend von deinen Hüften bis zu den Fußsohlen, einschließlich deiner Handgelenke und Hände. Spüre all die verschiedenen Teile, aus denen diese Region besteht. Spüre Haut, Muskeln und Knochen deiner rechten Hand. Spüre Haut, Muskeln und Knochen deiner linken Hand. Spüre Haut, Muskeln und Knochen deines Gesäßes sowie die Knochen deines unteren Beckens. Spüre deine Genitalien. Spüre Haut, Muskeln und Knochen deines rechten Oberschenkels, deines rechten Unterschenkels und deines rechten Fußes. Spüre Haut, Muskeln und Knochen deines linken Oberschenkels, deines linken Unterschenkels und Fußes. Nun nimm alle Teile deiner Beinregion gleichzeitig wahr. Bringe all deine Empfindungen zusammen, spüre die Beinregion als eine Einheit. Spüre die feste, unterstützende Erdnatur dieser Region als ein Ganzes. Es ist der feste Grund auf welchem du stehst.

Jetzt behalte die Wahrnehmung deiner erdigen Region bei und füge dieser die Wahrnehmung der wäßrigen Region deines Unterleibes hinzu. Spüre die Beinregion und die Unterleibsregion zugleich. Empfinge das wäßrige, verdauungsfördernde Wesen deiner Bauchregion und lasse sie über der dichten Erdregion deiner Beine fließen. Spüre, wie die Wassernatur deiner Bauchregion die oberen Schichten deiner Erdnatur durchdringt, auf diese Weise beide Naturen aneinander bindend.

Halte jetzt diese Wahrnehmung deiner vereinten Erd- und Wasser Regionen, die sich von den Fußsohlen bis zum Sternum ausdehnt und füge die Luftregion, den Brustbereich hinzu. Spüre deine Beinregion, deine Bauchregion und deine Brustregion gleichzeitig. Spüre die atmende leichte Natur deiner Brustregion und lasse diese über die flüssige Wasserregion deines Unterleibes schweben, welche wiederum über der dichten Erdregion deiner Beine fließt. Spüre, wie sich die luftige Natur deiner Brustregion mit den äußeren Lagen der wäßrigen Natur deiner Bauchregion vermischt, auf diese Weise beide Regionen verbindend. Spüre, wie diese drei Regionen verbunden sind, eine mit der anderen, ein vereinigtes Ganzes bildend.

Halte jetzt die Wahrnehmung der vereinten Erd-, Wasser- und Luftregion, welche sich von den Fußsohlen bis zu den Schultern erstreckt und füge die Feuerregion deines Kopfes zu dieser Wahrnehmung. Spüre die aktive, ausdrucksvolle Feuernatur deiner Kopfregion und lasse sie über der luftigen Natur deiner Brustregion tanzen, welche wiederum über der wäßrigen Natur deiner Bauchregion schwebt, die nun noch über der erdigen Natur deiner Beinregion fließt. Spüre, wie die Feuernatur deiner Kopfregion die obersten Schichten von der luftigen Natur deiner Brustregion aufzehrt, dadurch

diese zwei Regionen verbindend. Spüre, wie die vier Regionen, eine mit der anderen, verbunden sind, um einen Körper zu formen.

Spüre deinen ganzen Körper als Einheit.

Stelle dir jetzt vor, wie aus deiner unteren Wirbelsäule, deinen Handflächen und Fußsohlen Wurzeln in den Untergrund wachsen. Veranlasse sie sich tief in den Boden unter dir zu graben. Ziehe aus dem Boden unter dir diejenigen energetischen Nährstoffe, die dein Körper benötigt, hinein in die Erdregion deines Körpers. Spüre, wie die Wasserregion diese energetischen Nährstoffe zur Luftregion lenkt und weiter, wie die Luftregion damit die Feuerregion speist. Spüre, wie die Feuerregion, davon gesättigt, den Energieüberschuß zur Luftregion zurücksendet, welche diesen weiter zur Wasserregion leitet. Spüre, wie diese Energie von der Wasserregion weiter herunter zur Erdregion fließt, schließlich durch deine Wurzeln in den Boden unter deinen Füßen.

Entlasse jedweden Energieüberschuß, den du in deinem Körper spüren magst durch deine Wurzeln in den Boden.

Lenke nun deine Aufmerksamkeit von deinen Wurzeln zur Wahrnehmung deines ganzen Körpers. Spüre die Vereinigung aller vier Regionen.

Beginne jetzt mit deiner Rückkehr zur normalen Wahrnehmung. Bevor du deine Augen öffnest oder deinen Körper bewegst, lasse dir einen Augenblick Zeit, auf die Geräusche um dich herum zu achten, den Geruch der Luft wahrzunehmen etc. Mache nun einen tiefen Atemzug und atme dann sanft aus. Bewege jetzt deine Hände von deinen Oberschenkeln hinauf, entlang deines Unterleibes und Brust, bis hoch zum Gesicht und dann wieder zurück, deinen Körper auf diese Weise wieder zur normalen Wahrnehmung bringend. Öffne jetzt sanft deine Augen und langsam beginne deinen Körper zu bewegen.

Dieses beendet Lektion eins des Selbstheilungs Archæus, die vollständige Wahrnehmung, Entspannung und Integrierung des physischen Körpers betreffend.

Ich empfehle, daß du diese Tonträgerwiedergabe nur solange als Hilfe benutzt, wie du benötigst, um diese Technik zu erlernen. Hast du erst den Ablauf im Gedächtnis verinnerlicht und Erfolge mit Hilfe wiederholten Abspielens des Tonträgers erzielt, solltest du die Technik alleine, ohne Zuhilfenahme des Tonträgers versuchen. Es ist zwingend notwendig, daß du die Technik ohne die Unterstützung meiner Stimme ausführen kannst, wenn du zu den folgenden Lektionen weiterschreiten willst. Kannst du die Technik leicht ausführen, magst du zu Lektion zwei gehen, welche die vollständige Wahrnehmung und Integrierung des astralen Körpers betrifft.

Mein Bestes für dich!