

# **RAWN'S SELBSTHEILUNGS ARCHAEOUS**

**Skript der Audio Version © 2002 von Rawn Clark**

## **~Lektion Zwei~**

### **Die vollständige Wahrnehmung und Integrierung des astralen Körpers**

**Einführung :**

**Hallo, hier ist Rawn Clark und du hörst die Lektion zwei des Selbstheilungs-Archaeus. Unser Gegenstand in dieser Lektion ist die vollständige Wahrnehmung und Integrierung des astralen Körpers.**

**Im Gegensatz zum grobstofflichen Körper besteht der astrale Körper aus emotionaler Energie. Diese emotionelle Energie ist nicht mit wissenschaftlichen Instrumenten meßbar, wie es bei physischer Energie der Fall ist. Daher sollte der astrale Körper auch nicht mit der Aura verwechselt werden, da diese mit entsprechenden Instrumenten, trotz ihres schon sehr feinstofflichen Zustandes gemessen werden kann. Natürlicherweise wird eine Aura durch einen lebendigen physischen Körper erzeugt und obwohl sie das Wesen des astralen Körpers widerspiegelt ist sie doch nicht der astrale Leib selbst.**

**Der astrale Körper ist ein Bindeglied, der durch das hineintauchen des mentalen Körpers in die grobstoffliche Welt entsteht, sein Bestehen ist also abhängig von der Verbindung zwischen Mental und Grobstofflich. Ist der mentale Einfluß unterbunden, oder bei Zerstörung des physischen Gefährts, beginnt der astrale Körper sich aufzulösen. Die rohe astrale Substanz kristallisiert sich also nur dann zu einem astralen Körper, wenn ein herabsteigen des Mentalen in das Physische vorhanden ist.**

**Jeder astrale Körper spiegelt also den heruntersteigenden mentalen Einfluß, welcher ihn formt, wider, daher ist dein eigener natürlicher astraler Körper genauso einzigartig, wie dein grobstofflicher Körper. Keine zwei Körper sind sich genau gleich.**

**Der astrale Körper fungiert als ein zwei - Wege - Verbindungsglied zwischen dem mentalen und grobstofflichen Körper. Was auch immer in deinem mentalen Körper passiert, es wird widergespiegelt in deinem astralen Körper und gelangt durch diesen bis zu einem Einfluß innerhalb deines grobstofflichen Körpers. Umgekehrt wird dein astraler Körper und letztlich auch dein mentaler Körper von all dem beeinflußt, was deinem physischen Körper passiert.**

**Der Sitz der Wahrnehmung ist im mentalen Körper, aber der Sitz des Empfindungsvermögens liegt im astralen Körper. Wenn du eine Empfindung verspürst, so nimmst du sie zuerst mit deinen mentalen Sinnen wahr. Es ist dieses die Wahrnehmung der Grundbedeutung, die einer jeden Empfindung innewohnt. Diese Grundbedeutung wird dann durch deinen astralen Körper personalisiert und der Empfindung die entsprechende Bedeutung gegeben.**

**Die Bedeutung ist eine Sache emotionalen Inhaltes, die wir mit einem speziellen Ding, einer Idee, einem Ereignis etc. in Zusammenhang bringen. Welche Sache wir mit welcher Emotion in Verbindung bringen, hängt sowohl von unserer Erziehung ab, wie auch von unseren eigenständig entwickelten Gedanken und Erfahrungen. Die Zuordnung emotionaler Bedeutung zu unseren Wahrnehmungen ist ein sehr komplexer und hauptsächlich unbewußter Vorgang. Den Gewohnheitsmustern, denen eine Person in ihren Zuordnungen emotionaler Bedeutung folgt, ist das, was man unter ihrer Persönlichkeit versteht. Darum auch ist der astrale Körper im allgemeinen der Persönlichkeit gleichgesetzt. Wie auch immer, der astrale Körper ist mehr als bloß ein Gebilde emotionaler Reaktionen; er ist das Verbindungsglied zur astralen Welt.**

**Die erste Arbeit in der hermetischen Einweihung ist die Analyse und nachfolgende Umwandlung der Persönlichkeit. Das Verstehen der Dynamik seiner eigenen Persönlichkeit ermöglicht es dem Eingeweihten besser, die Grundbedeutung, die einer jeden Empfindung, einem Ereignis, Ding, oder Idee zugrunde liegt, zu erkennen. Vermagst du es, deine instinktiven emotionalen Interpretationen zu durchschauen, erkennst du, warum du in einer besonderen Weise reagierst; du bist sodann in die Lage versetzt „bewußt“ zu agieren, anstatt aus unbewußter Gewohnheit zu reagieren. Diese Umgestaltung der Persönlichkeit läßt diese aus dem Reich der völlig unbewußten, gewohnheitsbedingten Reaktion treten und zu einem Werkzeug bewußten Selbstausdruckes werden. Dieses Werkzeug zur Hand habend, vermag der Eingeweihte seine eigene Grundbedeutung mit Hilfe der bewußten Emotion deutlich zu äußern.**

**Eine Aufgabe in dieser Lektion des Archaeus ist die Wahrnehmung deines astralen Körpers. Dieses fügt einen neuen Aspekt zur Arbeit der Analyse und Umgestaltung der Persönlichkeit hinzu, nämlich den der zur Verfügungstellung eines sensorischen Bezugspunktes innerhalb eines Vorganges, der hauptsächlich über den Intellekt abläuft.**

**Der astrale Körper fühlt sich sehr ähnlich an wie der physische Körper, hat aber eine Schwingungsrate, die ungleich physischer Empfindung ist. Das Gefühl ist sehr ähnlich dem des körperlichen Empfindens einer Gänsehaut, oder jener prickelnden Empfindungen, die aufkommen, wenn einem etwas tief Bedeutsames widerfährt.**

**Da der astrale Körper so innig mit dem physischen Körper verbunden ist, nehmen die physischen Nerven den astralen Körper dergestalt wahr, als ob man unter einem sanften elektrischen Strom stünde. Es ist ähnlich dem Gefühl des Abstehens der Haare vom Körper, was durch ein elektrisches Feld hervorgerufen werden kann. Dieses zeigt aber nur, wie dein Gehirn in natürlicher Weise die bewußte Empfindung des astralen Körpers interpretiert.**

**Wie ich vorher schon sagte, besteht der astrale Körper nicht aus physischer Energie, daher ist das, was du mit deinem physischen Körper fühlst auch nicht der wirkliche astrale Körper. Es ist statt dessen eine physische Empfindung, die durch die Gewohnheit deines Gehirns hervorgerufen wird, bedeutende bewußte Wahrnehmungen in physische Empfindungen zu übersetzen. Empfängt dein Gehirn eine bestimmte Grundbedeutung, verbindet es diese natürlicherweise mit physischen Empfindungen; es antwortet durch das Aktivieren von Neuronen, welche jene physische Empfindung erzeugen, die ich eben beschrieben habe.**

**Diese Tatsache kann zu großer Verwirrung führen, da viele schlußfolgern werden, der astrale Körper sei ein energetischer oder elektrischer Körper. Somit erinnere dich bitte, wenn du deinen astralen Körper spürst, daß das was du als physische Empfindung fühlst, nur die Wirkung der Bewußtwerdung des astralen Körpers ist. Identifiziere es nicht mit dem astralen Körper selbst, schau lieber „über“ die physische Empfindung und versuche die Bedeutung zu erkennen, die dieser Empfindung zu Grunde liegt. Dort findest du den wirklichen astralen Körper.**

**Der physische Körper entspricht dem Erdelement und der astrale Körper dem des Wassers. Der astrale Körper, von seiner Natur her sehr rhythmisch und fluidisch seiend, tendiert dazu, sich jeder ihm begegnenden Schwingung anzupassen. Aus diesem Grunde haben auch alle durch das Hören wahrgenommenen Dinge einen besonders direkten Einfluß auf ihn. Ein sehr bewegendes Lied z.B. manipuliert ihn direkt, ruft bestimmte vorhersagbare Gefühle in ihm hervor. Da die Musik das wahrscheinlich beste Mittel ist, den astralen oder emotionalen Körper zu beeinflussen, werde ich einige Musikausschnitte als Hilfe während der Übung einspielen.**

**So, nun laßt uns zur Praxis der Lektion zwei kommen, der vollständigen Wahrnehmung und Integrierung des astralen Körpers.**

**Praxis :**

**Jede Lektion des Archaeus beginnt mit der Entspannung und Wahrnehmung des physischen Körpers. Unter der Annahme, daß du Lektion eins beherrscht, werden wir recht schnell durch die einleitende Entspannungsphase gehen.**

**Setze dich bequem zurecht, aufrecht, die Hände sanft auf den Oberschenkeln ruhend und befreie deinen Geist von allen ungerufenen weltlichen Belangen und Gedanken.**

**Richte deine Aufmerksamkeit nun auf die Erdregion deines physischen Körpers und entspanne schnell alle Muskel in dieser Region. Entlasse alle Anspannungen.**

**Bewege jetzt deine Aufmerksamkeit aufwärts in deine Wasserregion und entspanne die Muskeln in dieser Region. Entlasse alle Anspannungen.**

**Gehe jetzt mit deiner Aufmerksamkeit weiter aufwärts zu deiner Luftregion und entspanne alle Muskeln dieser Region. Entlasse alle Anspannungen.**

**Jetzt gehe mit deiner Aufmerksamkeit hinauf zur Feuerregion und entspanne alle Muskeln in dieser Region. Entlasse alle Anspannungen.**

**Nun spüre deine gesamte Kopfregion als ein Ganzes.**

**Füge dieser Empfindung jene der Brustregion hinzu und spüre beide zusammen.**

**Füge diesem die Empfindung der Bauchregion hinzu und spüre alle drei zugleich.**

**Schließlich füge deine Beinregion hinzu und spüre deinen ganzen physischen Körper als eine Einheit.**

**Projektiere deine Wurzeln in den Boden unter dir und entlasse jedes Teilchen Negativität, das du innehaben magst.**

**Lenke jetzt wieder deine Aufmerksamkeit darauf, deinen ganzen Körper als eine Einheit wahrzunehmen. Spüre die Dichtigkeit der Erdregion, die Fluidität der Wasserregion, die Leichtigkeit der Luftregion und die Elektrizität der Kopfregion. Spüre, wie diese vier Regionen sich gegenseitig durchdringen und ein untrennbares Ganzes bilden.**

**Richte jetzt deinen Blickpunkt auf deine Haut, die deinen ganzen Körper überzieht. Spüre die Oberfläche deines gesamten Körpers.**

**Lenke nun deine Aufmerksamkeit nach außen, etwa fünf Zentimeter. Spüre die schwingende Energie, die dann auftritt, wenn du deine Aufmerksamkeit derart leicht nach außen richtest.**

**Behalte die Empfindung dieser Energie. Richte deinen Geist ausschließlich auf das Empfinden dieser Energie. Dieses ist dein astraler Körper.**

**Richte jetzt den Blickpunkt deiner Aufmerksamkeit in die Gegend deiner physischen Erdregion. Spüre die energetische Festigkeit in dieser Region deines astralen Körpers. Hier sind deine Grundemotionen verankert, die rudimentären Emotionen und Anschauungen, aus denen alle weiteren Emotionen entspringen. Spüre ihre dichte Energie, die in der Erdregion deines astralen Körpers pulsiert.**

**[Erd Musik]**

**Richte nun den Blickpunkt deiner Aufmerksamkeit in die Gegend, die deine physische Wasserregion umgibt. Spüre die energetische Fluidität in diesem Bereich deines astralen Körpers. Hier sind deine Emotionen gelagert, die sich an die Grundemotionen anpassen, so daß diese zur äußeren Welt passen, es sind die Emotionen und**

**Anschauungen, die dein emotionelles Fundament in Handlungen umsetzt. Spüre ihre fluidische Energie, die in der Wasserregion deines astralen Körpers pulsiert.**

**[Wasser Musik]**

**Richte jetzt den Blickpunkt deiner Aufmerksamkeit auf die Gegend der Luftregion deines physischen Körpers. Spüre die energetische Leichtigkeit von diesem Teil deines astralen Körpers. Es sind hier die Emotionen, die deine Grundemotionen der äußeren Welt mitteilen, jene mehr oberflächlichen Emotionen und Anschauungen, die du jeden Tag ausdrückst. Spüre ihre wechselhafte Energie, die in der Luftregion deines astralen Körpers pulsiert.**

**[Luft Musik]**

**Richte jetzt den Blickpunkt deiner Aufmerksamkeit auf die Gegend, die deine physische Feuerregion umgibt. Spüre die energetische Expansivität in dieser Gegend deines astralen Körpers. Hier sind deine flüchtigsten und leidenschaftlichsten Emotionen verankert, kraftvolle Emotionen mit transformierender Ausdruckskraft. Spüre ihre strahlende Energie, welche in der Feuerregion deines astralen Körpers pulsiert.**

**[Feuer Musik]**

**Füge jetzt die Wahrnehmung der Luftregion deines astralen Körpers zu derjenigen der Feuerregion hinzu. Spüre, wie die Energien dieser zwei Regionen sich miteinander vermischen. Spüre die zwei Regionen als Einheit.**

**Füge nun die Wahrnehmung deiner Wasserregion zu der deiner verbundenen Feuer- und Luftregionen hinzu. Spüre, wie die Energie der Wasserregion sich mit den bereits verbundenen Energien der Feuer- und Luftregionen verbindet und eine Einheit bildet. Spüre die Einheit von diesen drei Regionen deines astralen Körpers.**

**Füge jetzt die Wahrnehmung der Erdregion deines astralen Körpers zu der, der bereits verbundenen Wasser –Luft - und Feuerregion. Spüre, wie sich die Energie der Erdregion mit der Energie von Wasser, Luft und Feuer vermischt. Spüre, wie die Erdregion deinen astralen Körper festigt, deinen ganzen astralen Körper als Einheit zusammenhält.**

**Nimm die schwingende Energie deines ganzen astralen Körpers wahr.**

**Lasse nun deine Wahrnehmung wieder dahingehend einschrumpfen, daß du nur noch die Haut, die deinen physischen Leib überzieht, wahrnimmst. Ziehe die Energie deines astralen Körpers nach innen, immer weiter, lasse sie deinen gesamten physischen Körper bis zu seinem innersten durchdringen. Ziehe die Energie deines astralen Körpers hinab bis in das Mark deiner Knochen.**

**Spüre die strahlende Energie, die deinen gesamten physischen Körper erfüllt. Spüre die feurige Energie, die die Kopfregion deines physischen Körpers durchdringt. Die luftige Energie durchdringt die Brustregion deines physischen Körpers. Die wäßrige Energie durchdringt die Bauchregion deines physischen Körpers. Und die erdige Energie durchdringt die Beinregion deines physischen Körpers.**

**Projektiere jetzt deine Wurzeln tief in den Boden unter dir und entlasse alle überschüssige Energie die du fühlen magst. Alles was geneigt ist abzufließen entlasse einfach. Dränge es nicht, lasse es einfach von selbst abfließen. Es ist dein physischer Leib selbst, der weiß, was er zurückbehalten mag und wieviel zu entlassen ist, somit vertraue seinem Wissen.**

**Komme nun wieder dazu, deinen physischen Körper wahrzunehmen. Spüre die Festigkeit und Schwere deiner Beinregion, die Fluidität deiner Bauchregion, die Leichtigkeit deiner Brustregion und die Elektrizität deiner Kopfregion.**

**Spüre alle vier Regionen gleichzeitig als ein vereinigtes Ganzes.**

**Beginne jetzt mit deiner Rückkehr zur normalen Wahrnehmung. Vor dem öffnen deiner Augen oder körperlicher Bewegung, lasse dir einen Augenblick Zeit, auf die dich umgebenden Geräusche zu achten, die Luft zu riechen etc.**

**Mache nun einen tiefen Atemzug und atme sanft aus.**

**Bewege jetzt deine Hände entlang deiner Oberschenkel, aufwärts über Bauch und Brust bis zu deinem Gesicht und wieder zurück, deinen Körper wieder zu normaler Wahrnehmung bringend.**

**Öffne jetzt sanft die Augen und beginne dich zu bewegen.**

**Dieses beendet Lektion zwei des Selbstheilungs Archaeus, die komplette Wahrnehmung und Integrierung des astralen Körpers betreffend.**

**Ich schlage vor, daß du diese Aufnahme nur solange als Führer nimmst, wie du brauchst, um diese Technik zu erlernen. Hast du erst die Abfolge im Gedächtnis und hast durch mehrmaliges Abspielen der Aufnahme Erfolge erzielt, solltest du die Technik ohne Hilfe dieser Aufnahme probieren. Es ist zwingend notwendig, daß du lernst die Technik ohne die Hilfe meiner anleitenden Stimme auszuführen, wenn du zu den nächsten Lektionen weiterschreiten möchtest.**

**Kannst du diese Technik leicht ausführen, magst du zu Lektion drei weitergehen, der vollständigen Wahrnehmung und Integrierung des mentalen Körpers**

**Meine besten Wünsche mit dir!**