

# **RAWN'S SELBSTHEILUNGS ARCHAEOUS**

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

## **~Lektion Fünf~**

### **Die passive Trennung und Ruhephase des solitären mentalen Körpers**

#### **Einführung :**

**Hallo, hier ist Rawn Clark und du hörst die Lektion fünf des Selbstheilungs-Archaeus. Wie in der vorhergehenden Lektion ist diese nur für jene geeignet, die Stufe 2 aus „Der Weg zum wahren Adepten“ beherrschen.**

**Unser Gegenstand in dieser Lektion ist die passive Trennung des solitären Mentalkörpers. In Lektion vier trennten wir unseren astra- mentalen Körper von der physischen Schale und mit der jetzigen Lektion werden wir eine weitere Trennung durchführen, indem wir uns von der astralen Schale lösen. Dieses hat eine Beschränkung unserer Aufmerksamkeit allein auf die Luft- und Feuer region unseres Mentalkörpers zur Folge. Ich nenne ihn den solitären Mentalkörper, denn in diesem Zustand ist er von seiner astralen und physischen Kleidung befreit. Es ist dieses der am meisten bewegliche und flexibelste unserer drei zeitlich begrenzten Körper.**

**Der solitäre Mentalkörper, einzig aus der Luft –und Feuerregion bestehend, ist in seiner Natur zweifältig und gleichzusetzen mit dem Individuellen Selbst, oder in kabbalistischer Terminologie, dem Tiphareth -Selbst. Diese besondere Ebene des Selbst ist fähig zur direkten Wahrnehmung des niederen, persönlichen Selbst und zur direkten Wahrnehmung des höheren Selbst. Wie du weißt, repräsentiert die Luftregion unseres Mentalkörpers die Ebene der direkten Wahrnehmung der Gedanken und Ideen. Dieses ist der abwärts gerichtete Fokus des Individuellen Selbst, jener Teil des Selbst, der beteiligt und verwickelt in die physischen Aspekte der Existenz ist. Auf der anderen Seite repräsentiert die Feuerregion die direkte Wahrnehmung der Grundbedeutung, welches ohne die Gedanken und Ideenformen geschieht. Diese Region des Mentalkörpers ist der aufwärts gerichtete Aspekt des Individuellen Selbst, der Teil des Selbst, der ununterbrochen den Einfluß des Großen Selbst empfängt.**

**Wir werden in dieser Lektion die gleichen Techniken verwenden, wie sie uns schon aus Lektion vier bekannt sind. Zuerst werden wir unseren Mentalkörper auf seine bloßen Wasser-, Luft- und Feuerregionen beschränken und damit unseren astra- mentalen Körper von der physischen Hülle trennen. Wie schon bekannt, enthüllt dieser Vorgang das Silberband, was das ist, was von der Erdregion des Mentalkörpers verbleibt. Wir werden darauf unseren Mentalkörper weiter auf seine Luft- und Feuerregion beschränken und unseren solitären Mentalkörper von der astralen Schale lösen. Dieses enthüllt ein zweites Band, das lavendelfarbig und mit der astralen Schale verbunden ist, entsprechend dem, was von der Wasserregion des Mentalkörpers verbleibt.**

**Der Grund, warum wir diese besondere Form der Trennung durchführen besteht darin, daß wir auf diesem Wege die vollständige Trennung und Ruhephase unserer drei Körper erzielen. Sowie jeder unserer Körper ruht, kehren sie zu einem ursprünglichen Zustand der Gesundheit zurück. Die Handlung sie getrennt ausruhen zu lassen verringert deutlich die Einflußnahme von einer Ebene auf die nächste, was zu einer Vertiefung der Ruhephase führt. Ohne die aktiven Eindrücke astraler Energie ruht der physische Körper tiefer und vollständiger aus, als es im Schlafzustand möglich ist. Gleich so der Astralkörper, getrennt von den physischen und mentalen Eindrücken, ruht derart, wie es im Laufe eines normalen menschlichen Lebens kaum zu erzielen ist. Und der Mentalkörper, auf diesem Wege von den Zwängen physischer und astraler Natur befreit, kann zu einem Zustand sehr tiefer Ruhe gebracht werden.**

**Wenn der solitäre Mentalkörper getrennt ist, verbleibt der Astralkörper normalerweise innerhalb der physischen Hülle, anstatt von ihr getrennt zu sein. Das bedeutet, daß die Verbindung zwischen der astralen und physischen Ebene der Wahrnehmung nicht vermindert ist und beide Körper relativ integriert verbleiben. Gewöhnlich enthüllt die Trennung nur ein purpurfarbenes Band, anstelle von zwei Bändern, bei der dreifachen Trennung. Der Grund, warum solch ein Band dunkler in seiner Farbe ist, liegt darin, daß es die Erd- und Wasserregion ist, was vom Mentalkörper verbleibt, beides wurzelnd in der astral - physischen Schale. Wie dem sei, bei der dreifachen Trennung wird das Purpurband zu einem zweifachen Band, dem Silberband mit der Erdregion korrespondierend und dem Lavendelband mit der Wasserregion in Beziehung stehend. Da das Lavendelband sehr fluidisch ist, kann es leicht unendlich gedehnt werden.**

**Die Art, in der die Farbe, Dicke und Leuchtkraft des Lavendelbandes erscheint, variiert bei jedem und hängt vom Betrachtungspunkt des einzelnen ab. Ist zum Beispiel die Wahrnehmung ausschließlich auf die Feuerregion des solitären Mentalkörpers gerichtet, wird das Lavendelband so dünn wie ein Haar und klar wie Wasser sein und es gibt keine andere Wahrnehmung, als die der Grundbedeutung. Es gibt innerhalb dieses Zustandes keine Beschreibung durch Worte, Gedanken, emotionale Bedeutung, oder Empfindung jedweder Art. Du wirst in diesem Zustand nicht in der Lage sein, eine Stimme zu hören, oder fühlen können, wenn ich deinen physischen Leib berühren würde.**

**Wenn andererseits die Wahrnehmung ausschließlich auf die Feuer - und Luftregion gerichtet ist, begleiten Gedanken und Worte die Wahrnehmung. In solch einem Fall hat das Lavendelband die Dicke einer Kette und eine lavendelgelbe Farbe.**

**In der Lektion fünf wirst du mit deiner Aufmerksamkeit hauptsächlich auf die Feuer- und Luftregion gelenkt werden und mit den physischen Ohren meine anleitende Stimme wahrnehmen können, was durch den vermittelnden Astralkörper geschieht. Da es eine Menge an Informationen sind, die dein Lavendelband passieren, wird es die Dicke eines Fingers haben, durchscheinend wie Milch sein von strahlender Lavendel Farbe.**

**Um nun tiefere Zustände der Trennung des solitären Mentalkörpers zu erzielen, wo keine Wahrnehmung unter der Gedankenebene herrscht, mußt du diese Lektion ohne Abspielen dieser Tonaufnahme durchführen. Nichtsdestotrotz wird dich diese Aufnahme zufriedenstellend mit der Technik, wenn auch mit ihren Beschränkungen, bekannt machen und du wirst einen bedeutenden Grad der Trennung, Ruhe und Heilung erfahren.**

**So, laßt uns nun zur Praxis selbst kommen.**

**Praxis :**

**Bevor wir anfangen, versichere dich, daß du ungestört bleibst. Wenn du dieses nicht schon getan hast, halte diese Aufnahme an, verschließe die Tür und schalte Telefon und Licht aus.**

**Setze dich bequem zurecht, entweder aufrecht sitzend, deine Hände auf den Oberschenkeln ruhend, oder auf dem Rücken liegend. Befreie deinen Geist von allen ungewollten weltlichen Belangen und Gedanken.**

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

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

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

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

**Spüre jetzt die Gesamtheit deiner Kopfreion.**

**Füge die Brustregion hinzu und spüre beide zugleich.**

**Füge die Bauchregion hinzu und spüre alle drei zugleich.**

**Letztlich füge die Erdregion hinzu und empfinde deinen gesamten physischen Körper zugleich.**

**Sende deine Wurzeln in den Boden unter dir und entlasse jedes Teilchen Negativität, welches dir anhaften mag.**

**Richte deinen Blickpunkt nun wieder darauf, deinen Körper als Gesamtheit zu spüren.**

**Gehe nun mit deinem Bewußtsein leicht nach außen, bis du die schwingende Energie deines Astralkörpers spürst. Konzentriere dich nur auf deinen Astralkörper und die Wahrnehmung der emotionalen Bedeutung. Willentlich nimm deine Aufmerksamkeit von der Erdregion deines Mentalkörpers fort und konzentriere dich nur auf die Wasserregion deines Mentalkörpers.**

**Konzentriere dich auf die emotionale Bedeutung der dichten Energie, die du in der Erdregion deines Astralkörpers spürst.**

**Jetzt gehe aufwärts zu der Wasserregion deines Astralkörpers und nimm die Bedeutung der fluidischen Energie wahr, die du dort spürst.**

**Jetzt gehe aufwärts zu der Luftregion deines Astralkörpers und nimm die Bedeutung der leichten Energie wahr, die du dort spürst.**

**Jetzt gehe aufwärts zu der Feuerregion deines Astralkörpers und nimm die Bedeutung der strahlenden Energie wahr, die du dort spürst.**

**Halte die Wahrnehmung der Feuerregion deines Astralkörpers und füge die Wahrnehmung der Luftregion hinzu. Spüre beide Regionen deines Astralkörpers als verbundene Einheit.**

**Halte diese Wahrnehmung der verbundenen Feuer- und Luftregion deines Astralkörpers und füge die Wahrnehmung der Wasserregion hinzu. Spüre alle drei Regionen deines Astralkörpers als miteinander verbundene Einheit.**

**Halte diese Wahrnehmung der verbundenen Feuer - Luft- und Wasserregion deines Astralkörpers und füge die Wahrnehmung der Erdregion hinzu. Spüre alle vier Regionen deines Astralkörpers als miteinander verbundene Einheit.**

**Lenke deine ganze Aufmerksamkeit auf die Empfindung deines gesamten Astralkörpers.**

**Halte diese Wahrnehmung der Wasserregion deines Mentalkörpers und füge die Wahrnehmung der Luftregion deines Mentalkörpers hinzu. Lasse die direkte Wahrnehmung der Gedanken und Ideen einfließen in die direkte Wahrnehmung der emotionalen Bedeutung und spüre diese beiden Regionen deines Mentalkörpers als verbundenes Ganzes.**

**Halte diese Wahrnehmung der verbundenen Wasser- und Luftregion deines Mentalkörpers und füge die Wahrnehmung der Feuerregion deines Mentalkörpers hinzu. Lasse die direkte Wahrnehmung der Grundbedeutung in deine Gedanken und Ideen und emotionale Bedeutung einfließen und spüre diese drei Regionen deines Mentalkörpers als verbundenes Ganzes.**

**Nun spüre die Dimensionen deines astra-mental Körper und stelle dir vor, es sei deine astra-mentale Haut.**

**Jetzt, ohne deinen physischen Leib zu bewegen, stehe langsam in deinem astra-mental Körper auf.**

**Stehvöllig ruhig in deinem astra-mental Körper und beobachte die Empfindungen, die du wahrnimmst. Spüre die dichte Energie der Erdregion deines Astralkörpers, die fluidische Energie der Wasserregion, die leichte Energie der Luftregion und die strahlende Energie der Feuerregion. Spüre alle vier Regionen deines Astralkörpers als vereinigtes Ganzes; stehe aufrecht, unabhängig von der physischen Schale.**

**Drehe dich nun langsam soweit nach rechts, bis du deine physische Hülle erblicken kannst, beobachte ihren Zustand der Ruhe.**

**Setze dich nun zu Füßen deiner physischen Schale. Beobachte das Silberband, das dich mit der Physis verbindet.**

**Schließe jetzt die Augen und richte deine Aufmerksamkeit nach innen.**

**Willentlich nimm deine Aufmerksamkeit von der Wasserregion deines Mentalkörpers fort und konzentriere ausschließlich auf die Luft und Feuerregion. Spüre die leichte Energie der Gedanken und Ideen der Luftregion und die strahlende Energie der Grundbedeutung der Feuerregion.**

**Spüre, wie die Gedanken und Ideen eine Art mentaler Haut erzeugen, die der strahlenden Energie der Grundbedeutung als Behältnis dient. Fühle deine mentale Haut. Fühle, wie frei und ungebunden sie ist von der astralen und physischen.**

**Erfülle die Luft- und Feuerregion deines Mentalkörpers mit dem Gedanken, daß du nun frei und ungebunden von der astralen Hülle bist.**

**Nun, ohne deine astrale Schale zu bewegen, gleite sanft aus dieser heraus, so daß du wenige Zentimeter über dieser bist. Fokussiere deine Aufmerksamkeit ausschließlich innerhalb deiner vereinigten Luft- und Feuerregionen deines solitären Mentalkörpers.**

**Fühle deine mentale Haut und konzentriere dich auf deine Unabhängigkeit von der astralen Schale.**

**Öffne nun deine mentalen Augen und schaue auf deine leeren astralen und physischen Hüllen hinab. Konzentriere dich auf deine Getrenntheit und Unabhängigkeit von ihnen.**

**Schaue das Lavendelband, welches dich mit der astralen Schale verbindet. Schaue nun das Silberband, welches deinen Astralkörper mit dem physischen verbindet.**

**Schaue, wie entspannt beide Schalen sind.**

**Schließe jetzt deine mentalen Augen und blicke nach innen. Beobachte die Gedanken und Ideen, die du jetzt gerade wahrnimmst.**

**Nimm nun den Fokus deiner Aufmerksamkeit von deiner Luft - und Feuerregion fort . Tauche in die direkte Wahrnehmung der Grundbedeutung ein.**

**STILLE ...**

**Kehre nun langsam zu der Wahrnehmung der Gedanken und Ideen zurück. Lasse deine direkte Wahrnehmung der Grundbedeutung in deine Luftregion deines Mentalkörpers einziehen und als Gedanken Gestalt annehmen.**

**Fühle deine mentale Haut und die Vereinigung der Luft - und Feuerregion deines solitären Mentalkörpers.**

**Öffne jetzt deine mentalen Augen und nimm den gut ausgeruhten Zustand deiner astralen und physischen Schalen wahr. Tauche willentlich in deine astrale Schale ein und gehe sanft mit deiner Aufmerksamkeit zurück in die Wasserregion deines Mentalkörpers und damit zur direkten Wahrnehmung der emotionalen Bedeutung.**

**Breite deinen solitären Mentalkörper in deinem gesamten astra- mentalen Körper aus und spüre seine Haut. Spüre deinen ganzen astra- mentalen Körper als vereinigt Ganzes.**

**Lenke deine Aufmerksamkeit auf die Erdregion deines Astralkörpers und integriere die Energie deines solitären Mentalkörpers darin.**

**Lenke deine Aufmerksamkeit auf die Wasserregion deines Astralkörpers und integriere die Energie deines solitären Mentalkörpers darin.**

**Lenke deine Aufmerksamkeit auf die Luftregion deines Astralkörpers und integriere die Energie deines solitären Mentalkörpers darin.**

**Lenke deine Aufmerksamkeit auf die Feuerregion deines Astralkörpers und integriere die Energie deines solitären Mentalkörpers darin.**

**Spüre alle vier Regionen deines Astralkörpers als vereinigt Ganzes. Füge dazu die Wahrnehmung der Luftregion deines Mentalkörpers und empfinde die Wasser - und Luftregionen deines Mentalkörpers als vereinigt Ganzes.**

**Füge nun die Feuerregion deines Mentalkörpers hinzu und spüre alle drei Regionen deines astra- mentalen Körpers als vereinigt Ganzes.**

**Öffne nun deine astra- mentalen Augen und nimm den Zustand tiefer Ruhe deines physischen Leibes wahr. Spüre, wie deine astra- mentale Haut unabhängig von der physischen Haut ist.**

**Schließe nun deine astra- mentalen Augen und entspanne den physischen Leib. Lasse deinen astra- mentalen Körper deine gesamte Physis ausfüllen und kehre sanft zur Wahrnehmung der Erdregion deines Mentalkörpers und damit zur physischen Wahrnehmung zurück. Werde deiner physischen Haut gewahr, der Muskeln und Knochen und integriere die schwingende Energie deiner astra- mentalen Haut in jede Zelle deines physischen Körpers.**

**Hebe deine Aufmerksamkeit zu der Erdregion deines physischen Körpers und integriere die dichte Energie der Erdregion des Astralkörpers darin.**

**Hebe deine Aufmerksamkeit zu der Wasserregion deines physischen Körpers und integriere ähnlich die fluidische Energie der Wasserregion des Astralkörpers darin.**

**Hebe deine Aufmerksamkeit zu der Luftregion deines physischen Körpers und integriere ähnlich die leichte Energie der Luftregion des Astralkörpers darin.**

**Hebe deine Aufmerksamkeit zu der Feuerregion deines physischen Körpers und integriere ähnlich die strahlende Energie der Feuerregion des Astralkörpers darin.**

**Halte diese Wahrnehmung der verbundenen astra – und physischen Feuerregionen und füge die Wahrnehmung der verbundenen astra – und physischen Luftregionen hinzu. Spüre diese zwei elementischen Regionen als verbundenes Ganzes.**

**Halte diese Wahrnehmung der verbundenen astra – und physischen Feuer- und Luftregionen und füge die Wahrnehmung der verbundenen astra – und physischen Wasserregionen hinzu. Spüre diese drei elementischen Regionen als verbundenes Ganzes.**

**Halte diese Wahrnehmung der verbundenen astra – und physischen Feuer – ,Luft – und Wasserregionen und füge die Wahrnehmung der verbundenen astra – und physischen Erdregionen hinzu. Spüre diese vier elementischen Regionen als verbundenes Ganzes.**

**Spüre deinen gesamten Physischen – Astral – Mentalkörper als integrierte Einheit.**

**Sende jetzt deine Wurzeln tief in den Boden unter dir und entlasse alle überschüssige Energie, die du in dir spüren magst.**

**Nimm deine Aufmerksamkeit von deinen Wurzeln fort und kehre dazu zurück, deinen physischen Körper zu fühlen.**

**Beginne nun mit deiner Rückkehr zur normalen Wahrnehmung. Bevor du die Augen öffnest, lasse dir einen Augenblick Zeit, um auf die Geräusche um dich her zu achten, die Gerüche wahrzunehmen etc.**

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

**Bewege nun deine Hände entlang deiner Oberschenkel, zu deinem Bauch, zur Brust und weiter hinauf bis zum Gesicht und gleich so zurück, dich auf diese Weise zu normalem Bewußtsein bringend.**

**Öffne jetzt deine Augen und beginne dich normal zu bewegen.**

**Dieses beendet die Lektion fünf des Selbstheilungs Archaeus, die passive Trennung des solitären mentalen 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 sechs, die Heilung der drei Körper durch deren Balancierung, weitergehen.**

**Meine besten Wünsche mit dir !**