


Doris Ambrosius

ES REICHT!

Die  Schlüssel zu einem selbstbestimmten
und würdevollen Leben im Herzensbewusstsein

Engelsdorfer Verlag
Leipzig
2021

Bibliografische Information durch die
Deutsche Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in
der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <https://dnb.de> abrufbar

ISBN 978-3-96940-188-0

Copyright (2020) Engelsdorfer Verlag
Alle Rechte bei der Autorin

Titelbild © Doris Ambrosius

Hergestellt in Germany (EU)

9,70 Euro (D)

Ich danke Dir Veit Lindau für die wunderbare Ausbildung „Energizer & Hüter“. Vieles, was vorher noch im Dunkeln lag, wurde mir plötzlich unmissverständlich klar und vor allem festigte sich die Gewissheit, dass alles gut werden wird.

Dir widme ich dieses Büchlein, denn Du hast erheblich dazu beigetragen, dass ich bin wo ich bin, und dieses Buch schreiben konnte und auch weiß, in welchen Größen es weitergehen wird. Denn die Aussage „Wie im Kleinen, so im Großen“ hast Du für mich greifbar gemacht. Und vor allem auch das Licht.

In Liebe Doris

INHALT

Vorwort	5
Doch eine Matrix?	11
Das Gefühl erklären, aber wie?.....	16
Wie ist das möglich?	21
Auf alles übertragbar?	29
Der Topf der Möglichkeiten ist unendlich	41
Unser Wille ist tatsächlich die Lösung	55
Gut und Böse.....	60
Sucht.....	70
Müssen	80
Würde.....	89
Sich einlassen.....	95

VORWORT

Dies ist kein „Friede-, Freude-, Eierkuchenbuch“. Nein, es geht ans Eingemachte. Es geht um uns. Darum, wer wir sind, wer wir sein wollen und warum das nicht immer so klappt, wie wir es wünschen. Wie gut kennen Sie sich wirklich? Kommt es vor, dass Sie Dinge in ihrem Leben ändern würden wollen, wissen aber nicht genau wie? Glauben Sie, dass das Leben, das Schicksal Sie hin und her schaukelt, oder ist Ihnen schon einmal der Gedanke gekommen, dass wir selbst der Verursacher sind? Warum geht man in die eine oder in die andere Richtung? Was sind die Auslöser? Warum verstößt man plötzlich gegen seine eigenen Werte, obwohl man das gar nicht wollte? Welche Konsequenzen zieht das nach sich? Ist es möglich, sein Leben selbst in die Hand zu nehmen und selbstbestimmt zu leben? Ist es möglich, in allem würdevoll zu handeln? Meine Antwort auf die beiden letzten Frage ist: Ja! Eine grundlegende Voraussetzung dafür ist Herzensbewusstsein. Wie kam ich zu dieser Erkenntnis und wie lernte ich, es so einzusetzen, dass sich eine gefühlte Vision in Materie umsetzt?

Zwei Worte veränderten mein Leben:

„Es reicht!“

Ich danke Dir, Veit, sehr für dieses Geschenk während einer Deiner Meditationen. Nach und nach rissen in mir alle Türen auf, die mit Schleiern verborgen schienen. Schreiend sprang ich aus all den inneren Zellen, die mich die ganzen Jahre gefangen hielten. Zum Vorschein kam ein wundervolles We-

sen, welches leben will, welches frei sein will, welches lieben will: Mein wahres Ich.

Nein, kein Ego, welches gewinnen, welches recht haben, welches besitzen oder kontrollieren muss.

Pure Freiheit, pures Glück, pure Liebe. Erst jetzt ist wirkliches Leben möglich. Das begleitende ernüchternde Gefühl, dass mein körperliches Leben schon Halbzeit oder diese vermutlich schon überschritten hat, lässt Wut und Ernüchterung in mir aufsteigen. Und die Frage „Warum erst jetzt?“

Die Antwort ist, dass wir es nicht besser wissen. Wir werden von Geburt an derart konditioniert, so dass sich eine Art Muster aufbaut, in dem es erstmal nur richtig und falsch gibt. Meist einstudiert, erlernt und vor allem nachgeahmt. Ungefragt, ungeprüft, leider meist auch unbemerkt, übernehmen wir Charakterzüge unserer Eltern oder anderen Vorbildern und Erziehungspersonen und auch dessen dazugehörige Interpretationen, die uns „eingepflegt“ wurden, wie einem Computer. Unser Körper und unser Gehirn brauchen dieses „Einpflegen“ wie ein Softwareprogramm auch erst einmal, um auf dieser Welt zurechtzukommen. Doch wie gern hätte ich schon viel früher allerlei Dinge genauer hinterfragt. Muster aus der Kindheit abgelegt, mich selbst „herausgeschält“ und das Leben gelebt, welches mir entspricht und mir reine Freude schenkt. Denn das halte ich für den Sinn des Lebens. Freude erleben, teilen, erschaffen, geben und nehmen.

Mein spätes Aufwachen macht mich wütend. Aber spät ist besser als nie. Wenn dieses kleine Büchlein helfen kann, dass Sie früher Ihren eigenen, persönlichen Weg gehen können, dann ist alles getan. Gehen kann nur jeder selbst. Jedenfalls ist mir sehr klar geworden, dass es ein Leben mit Bewusstsein oder eines ohne Bewusstsein gibt. Ich habe mich für das

Leben mit Bewusstsein entschieden und kann Ihnen davon berichten, wie das geht.

„Es reicht!“ mit Hilfe dieser Worte können wir erkennen, wo und wie wir gegen unsere eigenen Werte verstoßen. Das macht uns unglücklich. Wir fühlen ganz genau, was für uns persönlich richtig und falsch ist, was uns gut tut und was uns runterzieht. Jedes Mal, wenn wir gegen unsere wichtigsten Werte handeln, fühlen wir uns schlecht. Gemeint ist zum einen das, was wir selbst tun oder auch unterlassen, obwohl eine Handlung oder ein Wort angebracht wäre. Und zum anderen das, was wir mit uns machen lassen. Für das allmähliche Erkennen brauchte es einige Jahre meines Lebens, allerlei Ausbildungen sowie den Mut aufzubringen, trotz vieler erlebter Enttäuschungen immer wieder darauf zu vertrauen, dass alles seine Richtigkeit hat und das alles zu mir kommt, was zu mir gehört. Und es ist in Ordnung, wenn das, was nicht zu mir gehört, geht. Ich bin frei, seitdem ich nicht mehr versuche, etwas zu halten, was eigentlich gar nicht richtig will.

Doch was gehört zu mir? Und wie finde ich es? Besser gesagt, wie findet es mich? Einfach etwas wünschen und genug dran glauben? Problematisch ist nur, dass der direkte Wunsch gedacht, aber als Mangel gefühlt wird. In die Materie formt sich aber das, was wir fühlen. Lesen Sie den Satz gern noch einmal. In die Materie formt sich aber das, was wir fühlen. Das werde ich Ihnen anhand vieler Praxisbeispiele erklären. Haben Sie sich schon einmal mit Quantenphysik (die Lehre des Allerkleinsten) beschäftigt? Wie verhalten sich Elementarteilchen, wie Atome und andere kleinste Objekte? Viele Gesetze der Quantenphysik haben unseren bekannten Menschenverstand ins Wanken gebracht und fordern Ingenieure heraus, sich dieses Wissen technisch nutzbar zu machen. Für mich erklärte es sich schon durch viele Praxisbeispiele, die ich ihnen in den folgenden Kapiteln schildern werde.

Demnach ist jedenfalls das Atom nicht das kleinste Teilchen, wie wir immer dachten. Und irgendwie ist nichts wirklich statisch fest. Letztendlich besteht alles aus sogenannten „Strings“, das heißt aus Schwingungen. Ich würde es auch mit dem Wort Gefühl beschreiben. Für die Übertragung kann unter anderem Wasser dienen. Wir Menschen bestehe aus zirka 70% Wasser. Nun dürfen Sie gerne weiter „spinnen“, wenn Sie möchten.

Trotz all der vielen „Beweise“ und Theorien der Quantenphysik können sich die meisten Menschen nicht einmal vorstellen, dass „der gefühlte Geist der Materie voraus geht“. Was aber ist genau mit Geist gemeint? Und wer ist der Beobachter und der Entscheider in uns?

Es ist ein wirklich großer Unterschied, ob die Dinge einfach so passieren und unbewusst hingenommen werden, oder ob es ganz bewusst gesteuert und bemerkt wird, wie sich die Materie formt und alles sich so entwickelt, dass das Gewollte eintritt, ja sogar eintreten muss. Das ist so auffällig, dass ich sehr vorsichtig geworden bin, was das „Materialisieren“ angeht, denn die Details sind manchmal anders als gedacht oder es fällt auf, dass wichtige Ausschnitte beim geistigen Formen vergessen wurden.

Ich habe gelernt, dass es wichtig ist, gar nicht so detailliert zu formen, sondern die „Grundidee“ in die Materialisierung zu schicken. Die Details, die dann kommen, sind die vielen tollen und bunten Geschenke des Lebens. Wir ziehen dann alles an, was der gefühlten Vision hilft, sich zu materialisieren. Aber lassen wir es mit der Theorie, wagen wir uns lieber an die Praxis.

Und hierbei kommt 100%iges Vertrauen ins Spiel und das Loslassen der Vision in dem Wissen, dass sie eintritt. Denn der Beobachter verändert das Ergebnis. Wenn Sie sich näher mit der Quantenphysik beschäftigen sollten, werden sie ge-

nau diesen Satz bei den Ergebnissen finden. Immer wieder Kontrollieren, ungeduldig Nachfragen und Nachschauen, Beobachten halt, führt zur Veränderung der gefühlten Schwingungen ... hinein in den gefühlten Mangel. Wird es langsam klarer? Es ist dann der Mangel, der sich materialisiert. Ähnlich geschieht es leider auch mit Ängsten. Auch wenn ich das sehr ungerecht finde, so hat man aber auch Zeit gegenzusteuern, ggf. mit fachlicher Hilfe.

Ich teile meine Erfahrung in der Hoffnung, dass es uns gelingt, nicht nur für uns alleine, sondern für alle Lebewesen eine bessere Zukunft zu erschaffen. Meine Überzeugung gründet auf echte Erlebnisse, nicht auf Erzählungen oder Geschichten eines Buches. Ich weiß, dass es geht, und auch wie. Was nicht bedeutet, dass es mir ausnahmslos gelingt, denn auch ich bin genauso ein Mensch, wie Sie auch, mit Fehlern, Ecken und Kanten, auch wenn diese ganz schön rund sind.

Blickt man zurück in die Geschichte der Menschheit, dann wird einem ganz anders, wenn man es unter den gleich geschilderten Blickwinkeln betrachtet. Dann fällt die kollektive Schöpfung vieler Dinge noch viel mehr auf. Ein Hitler zum Beispiel wurde nicht einfach alleine ein Hitler. Die ganze Ära wurde das, was das Kollektiv erschuf im „gefühlten“ Geiste und dann artete alles aus, und war kaum noch aufzuhalten. Aber kein Mensch wird böse geboren. Und schauen Sie sich um in der Welt. Wer genau hinsieht, dem fällt es wie Schuppen von den Augen. Erkenntnis kann schmerzhaft sein, außer wenn man sich an einen berühmten Satz erinnert: „...“, denn sie wissen nicht, was sie tun.“ Ich bin der Meinung, wenn es in die eine Richtung funktioniert, dann auch in die andere. Dafür muss Bewusstsein her.

Ich beginne aber lieber erstmal mit den kleinen, einfachen Dingen.

