

	3. Dimension	4. Dimension	5. Dimension
spirituell	<p>Schlafen</p> <p>Unbewusstheit, Trennung</p> <p>Keine Verbindung zu meiner spirituellen Herkunft, vom höheren Selbst abgeschnitten</p> <p>Spirituelle Inhalte sind suspekt oder werden abgelehnt</p>	<p>Aufwachen</p> <p>Entstehendes Bewusstsein für meine spirituelle Natur, schwanken zwischen Trennung und Einheitsbewusstsein</p> <p>Spiritualität ist von meiner weltlichen Existenz getrennt, mein höheres Ich ist (noch) nicht in Körper integriert</p> <p>Aktive Meditation, um ins Jetzt zu kommen</p> <p>Suche im Aussen nach spirituellen Lehrern, Entdecken spiritueller Dogmen und Riten, Out-of-body-experiences möglich, Manipulation möglich (false light, false darkness, schützen vor „dunklen Energien“)</p>	<p>Wach sein</p> <p>Einheitsbewusstsein, Intuition</p> <p>Spirituelle Natur / höheres Ich ist im Körper integriert (Embodiment)</p> <p>Meditation als Normalzustand</p> <p>Keine Suche im Aussen mehr: Der eigene Körper und die eigenen Gefühle sind die einzigen Referenzpunkte</p> <p>Keine Dogmen und Riten mehr</p>
energetisch	<p>Herzzentrum ist dicht</p> <p>Bezug von Energie von aussen bzw. von anderen (durch Feedback, Bestätigung, Aufmerksamkeit etc.)</p>	<p>Herz ist offen für alle Energien</p> <p>Nehme ungefiltert alles auf (häufige Reaktion: abkapseln, schützen, zumachen)</p> <p>Andocken ans Einheitsbewusstsein durch Channeling</p>	<p>Herz ist offen</p> <p>Energiesystem ist voll trainiert; ich weiss, was von mir und was von anderen kommt und kann es jederzeit automatisch transformieren</p>
körperlich	<p>Ungleichgewicht</p> <p>Stress, Burnout, Allergien, Krankheiten</p> <p>Zusammenhang zwischen Emotionen und Krankheit wird nicht hergestellt</p>	<p>Bewusstsein wächst, dass Krankheiten aus Ungleichgewicht entstehen</p> <p>→ Suche nach Heilung im Aussen, dann Entdecken der Selbstheilungskräfte</p> <p>Aufwachsymptome: Schlafstörungen, Herzrhythmusstörungen, Tinnitus, Grippe-symptome, „blurry eyes“, Kopfweh, Auftauchen alter chronischer Schmerzen etc.</p>	<p>Alles ist im Gleichgewicht und heil, es gibt keine Krankheiten</p> <p>Gelegentliche Aufwachsymptome, Müdigkeit</p>
emotional	<p>Angst / Mangel / Misstrauen</p> <p>Ablehnung von (negativen) Emotionen</p> <p>Flucht, Kampf, Erstarren = normale Reflexe</p>	<p>Stetes Hin- und Herschwanken in Polaritäten (Angst – Glück, Misstrauen – Vertrauen etc.)</p> <p>Aufwachprozess beginnt, oft ausgelöst durch heftiges Ereignis → Dark night of the soul / Herzöffnung</p> <p>Annehmen von Emotionen zur Transformation von Energien (fühlen und umwandeln in Liebe, Humor und Dankbarkeit)</p>	<p>Liebe / Fülle / Vertrauen</p> <p>Innere Ruhe, die durch nichts im Aussen erschüttert werden kann</p> <p>Emotionen werden losgekoppelt von Schmerz und ohne Interpretation erlebt (Verletzlichkeit als Stärke)</p>
mental	<p>Der Kopf führt, das Ego regiert</p> <p>Kopf denkt linear (Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft)</p> <p>Opfer-Täter-Bewusstsein</p> <p>Leben im gesellschaftlichen System</p>	<p>Schwanken zwischen Kopf und Herz</p> <p>Wunsch, das System zu verändern, politisches oder anderes Engagement, Einstieg in Kollektivängste, Wut (auf andere projiziert)</p>	<p>Das Herz führt</p> <p>Kopf denkt parallel (alles ist Jetzt, es gibt verschiedene, gleichzeitig existierende Realitäten)</p>