



## KOSMOSOPHIA GONG SITZUNG ZUR TIEFENREINIGUNG UND HARMONISIERUNG DES SOLARPLEXUS CHAKRAS: 3

In der ersten Sitzung behandelten wir die rechte Seite des Chakras und unsere Beziehung zu unserem Vater und unseren männlichen Vorfahren. In der zweiten Sitzung die linke Seite und unsere Beziehung zu unserer Mutter und unseren weiblichen Vorfahren. In dieser dritten Sitzung wird unsere Absicht die Tiefenreinigung und Harmonisierung des gesamten Solarplexuschakras, die Neutralisierung des vererbten energetischen Ballasts sowie die bewusste Öffnung der Rückseite des Chakras sein, um die energetische Unterstützung des Kosmos und die innere Führung zu erhalten.

In dieser Phase unseres spirituellen Wachstums ist die Zeit gekommen, bewusst auf allen Ebenen zu leben. In der Praxis bedeutet dies, im Hier und Jetzt voll präsent zu sein. Es bedeutet auch, fokussiert und zentriert zu sein. Wir übernehmen die volle Verantwortung für das, was wir denken, fühlen, sagen und tun und für die Qualität der Energie, die durch uns fließt. Diese erfrischende Klarheit und positive kreative Kraft sind Eigenschaften eines gesunden, ausgewogenen Solarplexuschakras.

Wenn das Chakra verschwommen ist, neigen wir dazu, in unserer Kommunikation und Handlung abgelenkt und verschwommen zu sein. Wir sind etwas unorganisiert und zerstreut. Wir spüren Widerstand gegen Aufgaben, die Disziplin und Willenskraft erfordern. Wir neigen dazu, zu zaudern und haben Schwierigkeiten den inneren Schweinehund zu überwinden und Dinge zu erledigen.

Wenn wir im Mutterleib sind, können wir alle energetischen Ladungen, Traumata und die anderen energetischen Störungen im Energiefeld unserer Mutter spüren. Das alles wird an uns weitergegeben. Wir erben es. Mit anderen Worten, wir werden alle mit dem energetischem Ballast der Vorfahren geboren. Ein schwaches und wackeliges Solarplexuschakra kann zu einem großen Teil vererbt werden. Die schweren emotionalen Ladungen, die uns unsere Lebensenergie rauben, sind vielleicht gar nicht unsere, sondern alte Energien, die uns von unseren Vorfahren weitergegeben wurden. Eine Absicht in dieser Gong-Sitzung ist, dass diese alten Ahnenenergien ein für alle Mal neutralisiert werden.

Eine weitere Absicht ist es, bewusst die Rückseite unseres Solarplexuschakras zu öffnen, um die kosmischen Energien zu empfangen, die uns in unseren Bemühungen unterstützen. Wir können uns unser Chakra als einen Trichter vorstellen, der ständig und mühelos Energie durch den Rücken aufnimmt. Das erlaubt uns, im Fluss mit dem Kosmos zu sein, die wunderbare Leichtigkeit des Seins zu genießen, spontan, fröhlich und frei zu sein. Wenn die Rückseite des Chakras geschlossen ist, erfordert alles was wir tun eine Anstrengung und wir haben das Gefühl, dass wir keine Unterstützung haben. Uns fehlt der Glaube an uns selbst und an unsere Fähigkeit, das zu manifestieren, was wir in unserem Leben wollen. Wir neigen zu Resignation und Passivität. Manchmal geben wir einfach auf. Deshalb ist es so wichtig, die Rückseite aller unserer Chakren konsequent zu öffnen, damit wir uns verbunden und ermächtigt fühlen können.

Das Solarplexuschakra ist das Zentrum der Willenskraft. Für die meisten Menschen wird dies als Befriedigung der Wünsche der Persönlichkeit interpretiert. Für den erwachten Menschen bedeutet es jedoch, unseren Willen mit dem Willen unseres Höheren Selbst in Einklang zu bringen, sodass unsere Handlungen immer im Einklang mit dem Kosmos stehen. Dies ist perfekte, losgelöste Handlung und sie ist mühelos und spontan. Die Taoisten nennen es *Wu Wei* oder Nicht-Handeln. Die Identifikation mit der Persönlichkeit ist weggefallen. Dorthin führt uns unsere Reise.