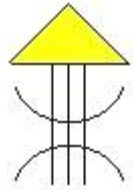


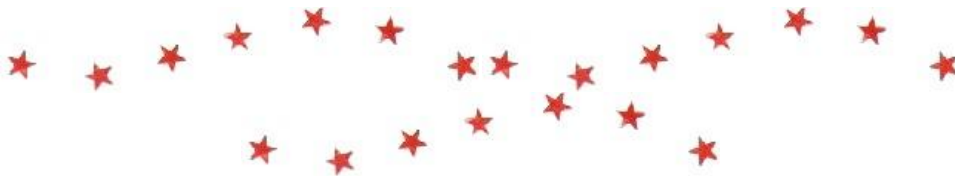


M A R I A  
- M A R Y A M -  
PURA MARYAM SOPHYAH  
www.puramaryam.de / Berlin



## Raum und Zeit

### Energearbeit überwindet Zeit und Raum (Anleitung)



**DIE ILLUSION DES ERDENSEINS: ES GIBT KEINEN RAUM.  
ALLES IST - GLEICHZEITIG - ÜBERALL - AM SELBEN ORT - HIER - JETZT.**

In diesen Anleitungen findest Du nützliche Übungen für die Arbeit mit Gedanken und Gefühlen, die Dir gleichzeitig durch eigenes Erleben bewusst machen, dass RAUM und ZEIT nur für den Körper konkrete Bedingung sind, während unser Gefühl und unser Geist frei sind und damit Teil der EWIGKEIT.

Du kannst mit jedem Menschen in Kontakt treten, allein mit Deiner Gedankenkraft, aber auch und vor allem MIT DEINEM HERZEN! Dazu kannst Du lernen, BEDINGUNGSLOSE LIEBE zu fühlen und zu erzeugen und dann damit zu arbeiten. Du kannst auf diese Weise auch in die Gefühle gehen, die Bestandteil der BEDINGUNGSLOSEN LIEBE sind (z.B. FRIEDEN, RUHE, BARMHERZIGKEIT, MITGEFÜHL...) und damit arbeiten. Für alle diese Übungen ist ein LICHTKEGEL unbedingt zu empfehlen.

Du kannst Dir oder anderen, die Dich darum bitten, mit diesen Übungen helfen. Frage andere betroffene Menschen vorher, ob Du ihnen mit einer der folgenden Übungen helfen darfst. Vielleicht möchten sie mit ihren Problemen ganz allein fertig werden. Das musst Du unbedingt achten, auch wenn Du noch so gern helfen möchtest.

Deine Absichten und Motive sollten dabei ganz rein sein, ohne eigennützige Hintergedanken und Hoffnung auf persönlichen Vorteil (wie: Der untreue Geliebte soll sich wieder Dir zuwenden) sonst würdest Du manipulieren - und das hat immer ganz schlimme negative Auswirkungen auf Dich selbst und erzeugt KARMA. Gehe NIEMALS mit der Absicht der Beeinflussung mit Deinen Gedanken und Gefühlen auf einen anderen Menschen - das würde nur Dir selbst schaden und KARMA erzeugen, aber nicht in Deinem Sinne funktionieren! Versuche auch NIEMALS, einen anderen Menschen, z.B. einen Vorgesetzten oder gar Politiker gedanklich zu beeinflussen, das funktioniert NICHT. Statt dessen schaffst Du Dir aber ein schlimmes KARMA wegen Missbrauchs Deiner Geistigen Fähigkeiten - und bekommst außerdem eine Resonanz zur Finsternis.

Helfe niemals, um damit be(ge)liebt, geachtet oder anerkannt zu werden, das wird nicht funktionieren. Schlechte Saat bringt immer schlechte Ernte!

Denk daran: ALLES WAS IHR TUT, WIRD REGISTRIERT - und AN ALLEM, WAS IHR TUT, WERDET IHR GEMESSEN.

Du solltest in jedem Fall vorher zu GOTT beten und IHN/SIE um Schutz, Hilfe und Unterstützung bitten. Das schafft die besten Voraussetzungen.

## **Du kannst nun, *ohne zu Wünschen und zu Wollen*, also ohne eine bestimmte Absicht damit zu verbinden,...**

- 1.** ...Deine Lieben, Deine Freunde und Bekannten **BEDINGUNGSLOS LIEBEN** (dies hat Heilwirkung und löst alles Karma zwischen Euch auf, vermittelt aber auch **WÄRME** und **GEBORGENHEIT**). Damit hältst Du den Anderen nicht fest, denn **BEDINGUNGSLOSE LIEBE** kann nicht festhalten, sondern lässt alle **FREI**;
- 2.** ...Jemanden, der trauert, **LIEBEN**, und diese Person wird **TROST** empfinden;
- 3.** ...Jemanden, der sich sehr ärgert, **LIEBEN**, und diese Person wird **RUHE** finden;
- 4.** ...Jemanden, dem Du wehgetan hast, **LIEBEN**, und zwischen Euch wird alles wieder **HARMONISCH**. **VERGIB** von **HERZEN** und bitte auch den anderen um **VERGEBUNG**. Tue das ganz in Ruhe, bis alle dunklen Energien, die sich dabei lösen, weg sind, d.h., dass Du dann auch ganz aufrichtig **VERGEBEN** kannst; danach erst gehe zum anderen und sprich ihn persönlich an - das ist immer **GUT**, weil es für Dich eine Überwindung bedeutet, die **WICHTIG** für Dein **INNERES WACHSTUM** ist. Aber das Karma zwischen Euch ist dann aufgelöst, und der Andere wird Dir auch nicht mehr böse sein.

Du kannst auf diese Weise auch **ALLE PROBLEME** aus der Vergangenheit ausräumen, auch wenn der/die Andere nicht mehr erreichbar ist oder bereits verstorben. Damit kannst Du Dein Gewissen befreien. Dir werden viele, viele Menschen einfallen, die Du einstmals verletzt hast, oder die Dich einstmals verletzt hatten, ohne dass Du jemals **VERGEBEN** konntest.

**DAS IST BESTE KARMA - AUFLÖSUNG!** Lass Dir damit Zeit, es ist gut, dies in Ruhe zu tun und es wird auch eine Weile dauern.

Du wirst konkret spüren, dass Du leichter und freier wirst und die Beziehungen zu den Anderen frei von ungunen Gefühlen, schlechtem Gewissen und inneren Bindungen werden.

- 5.** ...In dringenden Fällen jemandem durch Deine Gedanken eine Nachricht schicken: Wenn Du z.B. ihn warnen musst oder eine Verabredung hast und weißt, Du wirst zu spät kommen, kannst aber nicht mehr anrufen. Dann sprich zu der anderen Person in Gedanken und aus dem **HERZEN** (d.h. sei mit Deinem Bewusstsein auf Deinem **HERZ-Chakra**) und vermittele mit einfachen **KLAREN** Worten, dass Du später kommst. Wiederhole das einige Male, stelle Dir vor, wie Du mit dem anderen laut sprichst und wie der Andere Deine Botschaft versteht. Anfangs hilft es, wenn Du dabei eine deutliche passende Handbewegung machst und alles in leuchtenden bunten Farben siehst. Je dringender der Kontakt ist, desto deutlicher wird der Andere Deine Botschaft empfangen.
- 6.** ...mit Deinem Herz-Chakra in Resonanz zum **FRIEDEN** gehen und **FRIEDEN** auf alle Welt ausstrahlen. Es ist wichtig, dies in Deinem Bewusstsein auch so konkret und einfach zu formulieren. Setz Dich dazu eine Weile hin und lass den **FRIEDEN** ausstrahlen. Der **FRIEDEN** wird dahin gehen, wo er gebraucht wird. Du kannst natürlich auch **FRIEDEN** in Kriegsgebiete oder Kampfhandlungen schicken, aber ich würde dabei die **BEDINGUNGSLOSE LIEBE** aussenden, deren Bestandteil der **FRIEDEN** ja ist. Dabei kann Dir nichts geschehen, denn Du bekommst immer nur das, was Du aussendest - bist also dabei durch die **LIEBE** geschützt!
- 7.** ...unterwegs **LIEBE** oder **FREUDE** aus Deinem **HERZ-Chakra** auf alle Menschen' ausstrahlen, besonders in der U-Bahn oder im Bus. Manchmal kannst Du erkennen, wie die Stimmung sich sofort verändert und die Mienen sich aufhellen...
- 8.** ...**LIEBE** und **GELASSENHEIT**, **KONZENTRATION** oder **RUHE** usw. in die Zukunft schicken, z.B. wenn Du einen wichtigen Termin hast, vor dem Du Angst hast: Dann setze Dich hin, gehe in die **RUHE** usw. und strahle die **RUHE** in die Situation für die Zeitdauer Deines Termins, also lenke Dein Bewusstsein genau in die Zeit (am..., von ... bis ... Uhr beim Zahnarzt/Prüfung/ oder so ähnlich), und Du wirst dann, während des Termins, einen Unterschied spüren. Es könnte sein, dass alles harmonisch und ruhig abläuft, dass Du, statt nervös zu sein konzentriert und gelassen bist...
- 9.** ...mit einem Freund oder einer Freundin üben, in telepathischem Kontakt miteinander zu sein und/oder Euch gegenseitig **LIEBE** zu senden. Habt Euren Spaß dabei und tut es mit Leichtigkeit. ...und vieles mehr!

**Wenn Du damit etwas Übung hast, wirst Du bald selbst genau ERKENNEN und WISSEN, dass RAUM UND ZEIT nur ILLUSION sind!**