

Willkommen zu Tag 17!

Heute möchte ich mit euch eine von Abrahams Übungen teilen. Sie machen immer Spaß.

Der Konzentrationskreis

"Der Zweck des Konzentrationskreises besteht darin, sich erleichtert zu fühlen."

Das Folgende ist ein Auszug einer Antwort Abrahams an jemanden, der eine Frage über seine schlechten Augen stellte. Es stammt von einem Mitschnitt, der im Dezember 1995 in Los Angeles aufgenommen wurde. Sie nannten es den „Konzentrationskreis“.

Zeichne einen Kreis auf ein Blatt Papier. Mache ihn ungefähr zweimal so groß wie deine Faust. Und dann schreibe in kleinen Buchstaben, so wie du auf einem Uhrzeigerblatt schreiben würdest, ungefähr dort, wo 12:00 Uhr ist:

Ich liebe meinen physischen Körper

Dann schreibe an einer anderen Stelle ein wenig weiter im Uhrzeigersinn:

Mein Körper hat mich so gut behandelt.

Dann schreibe an einer anderen Stelle ein wenig weiter im Uhrzeigersinn:

Dieser physische Mechanismus ist wunderbar!

Dann schreibe an einer anderen Stelle ein wenig weiter im Uhrzeigersinn:

Dieser physische Körper ist eine geniale Ingenieurleistung.

Dann schreibe an einer anderen Stelle ein wenig weiter im Uhrzeigersinn:

Die nichtphysische Welt hat sich mit diesem Körper wirklich übertroffen.

Dann schreibe an einer anderen Stelle ein wenig weiter im Uhrzeigersinn:

Erstaunlich diese Muskeln, Gefäße, Organe, Nerven.

Dann schreibe an einer anderen Stelle ein wenig weiter im Uhrzeigersinn:

Dieser Körper gedeiht.

Dann schreibe an einer anderen Stelle ein wenig weiter im Uhrzeigersinn:

Ich fühle mich gut in meinem Körper.

Dann komme zurück zum ersten Satz, den du geschrieben hast, lies ihn und mache einen Pfeil von den Worten in Richtung Zentrum des Kreises.

Und dann den nächsten Satz, lies ihn & ziehe ihn ins Zentrum usw.

Und direkt im Zentrum des Kreises schreibe:

MIT MEINEM KÖRPER IST ALLES IN ORDNUNG.

Wir nennen das einen Konzentrationskreis, denn in der Zeit, in der du deine Gedanken über den physischen Körper niedergeschrieben hast, waren es reine Gedanken. Nirgends eine widersprechende Schwingung. Daher antwortet das Gesetz der Anziehung jetzt auf eine reine Schwingung und in diesen zwei Minuten wirst du das Gleiche erreichen, als wenn du 5 Jahre lang Augenübungen machen würdest. Erinnerung dich nur daran, was du tun willst.

Zeichne jetzt irgendwo auf deinem Papier einen kleinen Kreis. Dieser kleine Kreis ist deine Schöpferschachtel, es ist deine Schöpferwerkstatt, und in diesen Kreis schreibe das Wort „**Reinigung**“. Denn das ist es, was diese Schöpferschachtel für dich machen wird, sie wird dir helfen deine eigenen Gedanken in Beziehung auf alle Wünsche, die du haben magst, zu reinigen. Dann warte was passiert.

Die Methode des Konzentrationskreises dient der Reinigung deiner Schwingungen über ein bestimmtes Thema. Erinnerst euch, Abraham hat gesagt: „Wollt es und schwingt es und es ist.“ Unsere Aufgabe ist es, unsere Schwingung immer höher, schneller und reiner zu machen. Und alle Methoden von Abraham sind so konzipiert, dass sie dies auf die eine oder andere Art tun. Abraham hat jedoch in verschiedenen Bändern gesagt, dass sich der Konzentrationskreis ganz besonders dazu eignet, eine widersprüchliche Schwingung in Gleichklang zu bringen.

Abraham sagt auch sehr oft, dass es einfacher ist, eine reine Schwingung durch allgemeine Aussagen zu erreichen, als durch sehr spezifische. Jede Aussage innerhalb eines Konzentrationskreises muss in uns überprüft werden, damit wir erkennen können, ob wir uns gut fühlen, wenn wir sie niederschreiben. Andernfalls ändere sie in eine andere Aussage, bei der du dich gut fühlst. Indem wir eine allgemeine Aussage nach der anderen in den Kreis schreiben, gelangen wir nach und nach zu genaueren Aussagen, und wir werden uns immer noch gut fühlen. Es ist nicht wirklich entscheidend, wie viele Aussagen du aufschreibst, Abraham hat Beispiele mit nur 6 Aussagen gebracht. Ich habe es mit 20 bis 25 versucht. Schreib so viele wie du dir spielerisch, einfach, freudig ausdenken kannst, und erkläre sie für vollständig, denn so empfindest du das!

Ich glaube - und mein Inneres Wesen hat das bestätigt - dass der Konzentrationskreis, zumindest für mich, eine besondere Kraft aufweist, WEIL er die Sicht verändert. Im **Kreisformat** zu denken ist eine steigernde Aktivität, sie scheint die Energie schneller und vollständiger auszurichten, die Kreativität und den Fluss der Ideen anzuregen. Vielleicht hat das damit zu tun, dass die Abfolge der Gedanken in einem Kreis ein stärkeres elektromagnetisches Feld erzeugt, das die Energie einfacher ausrichtet und mehr Ordnung und Fluss erzeugt. Vielleicht verbindet die Kreisbewegung die beiden Seiten des Gehirns auch schneller?

Abraham hat erklärt, dass der Zweck des Konzentrationskreises darin besteht, ein Denken anzunehmen, das du haben möchtest aber noch nicht hast. Sie haben gesagt, dass du das Ergebnis bereits kennst, wenn du beginnst. Ich habe das so verstanden, dass die Überzeugung, nach der du suchst, jener Satz ist, der **am Ende** in der Mitte stehen wird.

Jene Sätze, die du an die Außenseite des Kreises schreibst, sollten die sein, von denen du bereits überzeugt bist oder bei denen du wenig Widerstand empfindest und die die Überzeugung unterstützen, die du suchst. Bei diesem Seminar brachten sie ein Beispiel über den Mann, der eine Tournee als Schlagzeuger einer Band machen wollte. Sie empfahlen ihm Aussagen wie: „Die Menschen hören mich gerne spielen“ (der Mann stimmte zu), und „ich liebe es mit anderen zu spielen“, und „ich freue mich für andere zu spielen“ (stimmte beiden zu). Sie haben ein paar Aussagen gestrichen, denen er nicht zustimmte und sie sagten auch, dass es eine gab, bei der er zustimmend nickte aber „nein“ vibrierte (sie haben uns nicht gesagt welche). Sie haben vorgeschlagen, dass er mit den Aussagen spielen möge.

Ein anderes Beispiel eines Konzentrationskreises, um die Energie in einer Weise auszurichten, um mehr Überfluss in Form von Geld zu erlauben... direkt aus dem Mund von Esther und Abraham.

1. Alles wird für mich immer besser und besser.
2. Ich weiß, dass das Universum in allen Dingen Überfluss besitzt.
3. Wenn ich lerne, mich auf die Dinge, die ich möchte, auszurichten, werden sie zu mir kommen.
4. Ich verfüge über viele Arten des Überflusses! Ich fühle mich lebendiger und voll Energie.
5. Es gibt die verschiedensten Wege, wie das Geld zu mir kommt. Ich habe nicht einmal damit begonnen, an der Oberfläche all dieser Möglichkeiten zu kratzen.
6. Ich weiß, dass Überfluss reichlich vorhanden ist, und ich finde immer mehr Wege, durch die er mir zufließt. Ich kann es schon fühlen.
7. Es ist erheiternd die Dinge zu finden, die ich will, und es ist so zufriedenstellend zu wissen, dass das Universum einen Weg finden wird, sie zu überbringen.
8. Alle Dinge, die ich mir wünsche, fließen mir zu.
9. Schreibe im Zentrum: ÜBERFLUSS IST REICHLICH VORHANDEN!
10. Ich weiß, dass das Geld zu mir unterwegs ist, denn ich erlebe es so.

Aufgabe:

Nimm einen Wunsch, den du in deinem Leben hast, vielleicht einen, der sich noch nicht schnell realisieren ließ. Nimm dir mindestens 15 Minuten Zeit, in der du mit deinem Konzentrationskreis mit diesem Thema herumspielst. Das Schreiben konzentriert deine Aufmerksamkeit und erlaubt es dir, beständiger positiv zu bleiben, als wenn du nur über deine Wünsche nachdenkst. Habe Spaß dabei! Mache es so ausführlich, wie du möchtest. Solange sich die Einzelheiten für dich positiv anfühlen, machst du das sehr gut!

Heutige Energieanhebung

Ermutige heute jemanden mit deinen Worten... eine Fremden oder einen Freund.

Tagesperspektive

Schreibe heute 6 neue Dinge in dein Reisetagebuch. Genieße es!

Die heutige Meditation

Genieße heute deine Zeit der Stille mindestens 8 Minuten sollten es dir Wert sein.

Der heutige Meilenstein

„Ich suche in jeder Erfahrung etwas Positives“.



Heutiges Abraham-Zitat

Innerhalb jedes Teils des Universums ist etwas, was gewollt ist und etwas, was darin fehlt. Indem du auf den positiven Aspekt von allem, dem du deine Aufmerksamkeit gibst, schaust, erhältst du die Verbindung zum Wohlgefühl.“

Genieße die Reise! Heather