

Die Ekstase und das Herz

Hathor durch [Tom Kenyon](#) , Übersetzung: [SHANA](#)

(© 2010 Tom Kenyon. All rights reserved.

You may make copies of this message and distribute in any media as long as you change nothing, credit the author, and include this copyright notice and web address.)

Wir möchten mit euch in diesem Abschnitt bezüglich der Erzeugung der Ekstase durch Konzentration auf das Herz sprechen. In diesem Fall sprechen wir nicht vom Herzchakra, wir beziehen uns auf das physische Herz, den Herzmuskel selbst.

Diese Technik bezieht euren Fokus oder die Aufmerksamkeit mit ein, verbunden mit dem Gefühl von Dankbarkeit, oder Anerkennung wenn ihr es vorzieht dieses Wort zu verwenden. Sobald ihr eure Aufmerksamkeit auf das Herz richtet, könnt ihr einen Fluss der subtilen Energie beobachten.

Von unserer Perspektive aus funktioniert euer Fokus der Aufmerksamkeit ganz wie ein zentraler Punkt einer Energieturbulenz. Dieses ist besonders innerhalb eures physischen Körpers und dem Energiefeld, das euren Körper umgibt (Aura), zu erkennen. Eure Fähigkeit, den Fokus eurer Aufmerksamkeit zu schaffen, ist nicht nur eine intellektuelle Aktivität. Es ist eine Aktivität auf vielen Ebenen des Bewusstseins. Wo auch immer ihr eure Aufmerksamkeit innerhalb eures Körpers hinlenkt, entsteht ein unmittelbarer Fluss der feinen Energie zu jenem Punkt, oder Gebiet, der eine belebende Wirkung auf die Zellen eures Körpers hat, oder auf die leuchtenden optischen Fasern, die euer Energiekörper enthält.

**Euer Fokus schafft tatsächlich eine verformende Wirkung in den subatomaren Ebenen, die ihr Quantenfeldeffekte nennen könnt.** Diese Feldwirkungen schaffen charakteristischen Fluss von Energie, Geometrie und Harmonie innerhalb von euch.

Das Quantenumfeld durch die Kraft eures Fokus zu verändern, ist eine wichtige Fähigkeit, die wir euch bitten, zu beherrschen. Diese Anwendung ist zur Entwicklung der Ekstase sehr wichtig.

In dieser Methode verwendet ihr diese Fähigkeit, den **Fokus oder die Aufmerksamkeit verbunden mit dem Gefühl der Anerkennung oder der Dankbarkeit, zu halten.**

Diese beiden Gefühle haben eine zusammenhängende Wirkung auf euer Energiefeld und auf die rhythmisch magnetische Ausstrahlung eures physischen Herzens. Diese Kombination, Fokus und Gefühl, hängt zusammen und kann dazu verwendet werden, hohe Zustände der

Ekstase zu erzeugen.

Wie wir bereits gesagt haben, die **Erzeugung ekstatischer Bewusstseinszustände ein wichtiger evolutionärer Katalysator.**

Wir schlagen vor, dass ihr lernt, Ekstasezustände während eures Tages zu schaffen. Wir wissen, dass für viele von euch in eurem täglichen Leben dies zu bearbeiten, fast nicht möglich ist, doch wir bitten euch, Zeiten während eures Tages zu finden, in denen ihr diese

**Zustände für mindestens einige Minuten hintereinander zu erreichen**

, üben könnt. Ein wenig Zeit in der Ekstase zu verbringen ist besser, als gar keine.

**Diese Praxis stellt eine harmonische Beziehung zur Erde auf, die ein lebendes Sein / Wesen ist, und zu den harmonischen Wellen der katalytischen Entwicklung, die eure Galaxie durchfließen.**

Bei dieser Technik richtet ihr eure Aufmerksamkeit auf das **physische Herz**. Da ihr eure Aufmerksamkeit auf diesen Bereich richtet,

**erzeugt ihr das Gefühl der Anerkennung und der Dankbarkeit.**

Es ist nicht der Gedanke, sondern das

**Gefühl**

. In dieser Methode aktiviert der Gedanke die subtile Energie, die benötigt wird, um Ekstase in eurem Gefühl zu erzeugen, denn nur so werden die Energiewirbel in euch aktiviert.

Während ihr euch auf das physische Herz konzentriert und das Gefühl der Anerkennung und Dankbarkeit erzeugt, beginnt eine Welle von Energie zu fließen, getragen durch den Körper von den Magnetfeldern des Herzens, die nach außen strömen, um euren ganzen Körper zu umfassen. **So wie der Fluss der Energie durch den Körper geht, gibt es ein spontanes Entstehen von Ekstase – zellulärer Ekstase.**

Experimentiert mit dieser Technik. Spürt, was in eurem Körper geschieht, während ihr euch auf euer Herz fokussiert und Dankbarkeit erzeugt. Fühlt physisch, was sich auf der Zellebene tut, während eine Trillion (oder so) Zellen eures Körpers diese zusammenhängende Energie von Dankbarkeit oder von Wertschätzung empfangen. Sobald ihr die Fähigkeit ausgebildet habt wie oben beschrieben, und sobald ihr in der Lage seid, Ekstase zu erzeugen, wann immer ihr es wünscht, werdet ihr beginnen, mit eurer Energie zu experimentieren, was wieder Auswirkungen auf den Energiekörper hat.

Beim Arbeiten mit dieser Methode ist eure Aufmerksamkeit wieder auf dem Herzen und erzeugt Gefühle der Anerkennung und der Dankbarkeit. Und wenn ihr beginnt das Glücksgefühl in eurem Körper zu spüren, lenkt ihr eure Aufmerksamkeit in das Feld um euren Körper. Dieses Feld sieht einem leuchtenden Ei ähnlich. Der breitere Teil dieser leuchtenden Form ist oben um die Schultern herum und der schmalere Teil um die Füße. Es gibt eine zentrale Linie oder Achse, die durch die Mitte dieses Feldes und durch euren physischen Körper läuft – durch den Kopf und durch das Perineum hinunter. Diese Linie ist die zentrale Achse des Magnetfeldes, welches der feine Energiekörper einschließt. Dieser Körper, oder Feld, dehnt sich über den Kopf und unter die Füße um einige Meter aus. In sehr geladenen Energiestadien können sich die Achse und der Energiekörper sich noch sehr viel weiter ausdehnen.

Indem ihr eure **Aufmerksamkeit zu dieser zentralen Achse und dann zum euch umgebenden Feld leitet**, erlaubt ihr, dass sich die Ekstase aus dem physischen Körper in das Feld bewegt. Dies ist sehr positiv und verursacht starke harmonische Muster, die euch in Resonanz mit den Wellenformen beschleunigter Entwicklung, die durch eure Galaxie fließen, bringen.

Unterschätzt nicht die Energie dieser Technik. **Obwohl sie sehr einfach ist, ist sie tief und sehr wirkungsvoll. Sie bringt euch in einen höheren Zustand der Resonanz und Frequenz.**

Und dies ist aus unserer Perspektive entscheidend, um die Energieportale und Transformationsenergien zu passieren, die eure Erde jetzt erlebt und auch noch weiterhin erfahren wird. Es gibt Sachen, die wir euch über eure Natur und euer Schicksal sagen möchten, aber sie würden höchstwahrscheinlich nicht von euch verstanden werden, es sei denn, ihr wähet mindestens im Zustand der Ekstase.

Dies ist so, weil der Bezugspunkt für Bewusstsein nicht nur durch Glauben, sondern auch durch **emotionale Harmonie** hergestellt wird. Und ohne dass ihr in diesem Zustand der Ekstase seid, wäre es wie ein Versuch, einer blinden Person einen Sonnenaufgang zu beschreiben, die nicht die Fähigkeit hat, direkt wahrzunehmen, über was ihr sprecht. Für eine solche Person wäre es eine Phantasiewelt, die ihr beschreibt. Aber wenn plötzlich diese Person sehen könnte, könnte er oder sie die Sonne direkt überprüfen und spüren, dass eure Beschreibung von der Welt genau war. Und, was einmal geglaubt wurde im Reich der Mythen zu sein, wird jetzt geschehen, wird jetzt verstanden werden.

So verlassen wir euch heute mit dem was wie ein Mythos scheint, aber wir halten es für offensichtlich. Ihr seid Schöpferwesen mitten drin, Schöpferwesen im Schaffen eurer Zukunft und der Zukunft der Generationen, die noch kommen. Ihr haltet in euren Herzen einen Schlüssel zum Mysterium von Mysterien. Und die Schwelle, die Öffnung in dieses Geheimnis ist durch eure Kapazität durch Ekstase einzugeben. Seid mutig und findet euren Weg, eure Lebensweise in den erhöhten Zustand des Seins. Wisst aber auch, die Ekstase ist nicht das Ende des Weges. Es ist einfach der Anfang.

Versucht die Methode, die wir hier für euch gegeben haben. Experimentiert damit. Wir haben diese Methode früh gegeben, und was wir bald geben, baut darauf auf. Gebt Ekstase ein, wann auch immer ihr könnt. Wisst, wenn ihr es so macht, tretet ihr in den Umgang mit allen aufgestiegenen Wesen und Meistern ein, die gedient haben und der Menschheit weiterhin dienen. Wisst auch, dass ihr, wenn ihr es so macht, in Kommunikation mit eurem Selbst eintretet.

In Freude und Lachen

Die Hathoren