

# DER LICHTKRIEGER

BEFREIE DEINE VOLLE SELBSTVERANTWORTUNG –  
BEENDE DEINE INNERE OPFERHALTUNG



# LEKTION | 3 DEIN LICHTSCHWERT

## DEINE AUFGABEN FÜR DIE WOCHE

- lies das PDF aufmerksam durch.
- Übung 1: Trage 3 – 5 Bereiche deiner Komfortzone in die untenstehende Tabelle ein.
- Bau dir Pausen in deinen Alltag ein.
- Übung 2: Macht 1- 3 Videocalls mit deinem Trio zur Lichtschwertpraxis.
- **Wenn Verständnisfragen auftauchen, stell sie gerne in die Telegram-Gruppe.**

# WAS IST UNSER LICHTSCHWERT

Jetzt beginnt die dritte Phase unseres Kurses.

Nach dem Aufräumen im Innen und Außen-, der Klärung darüber, dass wahres Wachstum immer mit Durchdringung UND Weichwerdung verbunden ist und dass wir mit dem Erkenntnisschatz aus dem Weichen Sein wieder nach Draussen gehen, um noch kraftvoller Initiative zu ergreifen und unser Leben und unsere Ziele zu durchdringen, kommen wir jetzt zum innersten Kern, was es bedeutet ein Lichtkrieger zu sein.

Was den Lichtkrieger wirklich ausmacht, ist seine Fähigkeit, das strahlende Lichtschwert seines fokussierten Bewusstseins zu ziehen und es mit Klarheit in die Wörter und Identifikationen hinein zu führen, die nicht wahrhaftig für den Lichtkrieger sind.

Der Lichtkrieger steht für unser wahrhaftiges, großes und freies Selbst im Gegensatz zu unserem kleinen Ich, welches mit etlichen egobehafteten Strukturen identifiziert ist, welche der Entfaltung unseres wahren Ich's im Weg stehen. In erster Linie ist es die Identifikation mit unserer Komfortzone, welche unserem Großen Selbst am meisten im Weg steht. Diese Komfortzone lässt sich in viele Einzelbereiche unterteilen. Diese Bereiche sind z.B.:

- Geld und Besitztümer wie Auto, Haus, Möbel und Prestigeobjekte.
- Dein Lifestyle, Sport und die soziale Schicht, in der du dich bewegst.
- Ein Selbstbild, das für die anderen angelegt wurde. Entweder um zu gefallen, zu imponieren, oder um den Widerstand zum „Normalsein“ zum Ausdruck zu bringen.
- Innere Stimmen die sich ewig kritisch, perfektionistisch, abwertend, problemfokussiert, sorgenvoll, wütend oder ängstlich im Kreis drehen.
- Einschränkende, angestrengte und zurückhaltende Verhaltensweisen.
- Prinzipien wie Leistung, Sicherheit, Normalität, ewiges Wachstum, etc.
- Deine Rolle als Mann an der Seite deiner Frau und in der Sexualität.
- Deine Rolle als Vater.
- Unsere Rolle, als Kind unserer Eltern.
- Dein Beruf/Unternehmen und die Rolle, die du darin einnimmst.
- Deine Worte und deine Art zu sprechen.
- Deine Fähigkeiten, Instrumente und dein anderweitiges Ausdrucksvermögen.
- Die Werke, die du erschaffst.
- Die Rolle, die du im Zusammensein mit Freunden und in der Gesellschaft einnimmst.
- Die Botschaft, die du in die Welt sendest.
- Dein Name und deine Herkunft.

Hier gilt es mit Besonnenheit und Klarheit zu unterscheiden, welche dieser Identifikationen stehen wirklich deinem wahren Selbst im Weg, welche sind gerade gut und stören nicht und welche sind intrinsisch so wahrhaftig, dass sie ein natürlicher Teil deines wahren Selbst sind. Und als drittes und besonders wichtig, welchen Bereich deiner Komfortzone willst du jetzt gerade loslassen, welcher Bereich stört dich so sehr, dass er dir ständig bewusst ist und du weißt genau, wenn du diesen Teil loslässt, verändert sich sofort dein Leben im großen Ausmaß. Meistens ist dies auch der Teil deiner Komfortzone, bei dem du am meisten Angst hast, ihn loszulassen.

Wähle 2 bis 5 Bereiche aus, darunter auch einen Bereich, mit dem du dich sehr identifizierst.

Trage diese Bereiche in folgende Tabelle ein:

1. Bereich: z.B. Die Sucht, dich übermäßig voll zu essen.

2. Bereich:

3. Bereich:

4. Bereich:

5. Bereich:

## DIE HEILIGE LICHTSCHWERTPRAXIS

Setzt euch zu Beginn aufrecht hin, atmet groß und fließend und geht in den inneren Zustand von Klarheit und Stille, wie wenn du bei der Wahrhaftigen Kommunikation für den sich Mitteilenden den Raum hältst.

Dann nennt Mann A den Bereich seiner Komfortzone, welchen er als unwahrhaftig und störend empfindet und den er jetzt in die Praxis bringen will.

Die Anderen ziehen das Lichtschwert ihres Bewusstseins und stellen Mann A in diesem Bereich seiner Komfortzone herzwundene und **konfrontierende Fragen**. Die Fragen werden nicht von oben herab, hämisch oder verletzend ausgesprochen. Die Fragenden nehmen den Platz des großen Selbst von Mann A ein und fragen aus dieser Perspektive heraus.

Formuliere erst eine Frage, wenn die Energie der Frage in dir präsent ist und transportiere sie mit Energie, Kraft und Autorität.

Nach einer kurzen Pause zum wirken lassen, kann der Nächste oder auch der Gleiche die nächste Frage stellen, bis es sich insgesamt rund anfühlt und dann gebt ihr Mann A den Raum, die Fragen wirken zu lassen.

Z.B. kann das Thema des Bereiches von Mann A der Drang, sich übermäßig voll zu essen, sein.

Eventuelle dazu Fragen könnten sein:

- Glaubst du, du bist die Gier nach immer mehr Essen?!
- Ist es wahrhaftig für dich, immer mehr als genug zu essen?!
- Ist die Befriedigung einen vollen Bauch zu haben, wirklich die Befriedigung, die du erreichen willst?!
- Glaubst du, das du der Speck an deinem Bauch bist, magst du es diesen Speck im Spiegel zu sehen!?
- Bist du wirklich glücklich, wenn du dich vollgeschlagen hast?!
- Fühlt es sich richtig an für dich, schwerer zu sein, als nötig?!

Zuerst spürt Mann A den Fragen nach und gibt seine wahrhaftige Antwort darauf, **ohne sich dabei zu erklären oder zu verteidigen** und teilt mit, wie die Fragen ihn berührt haben. Was sie in dir ausgelöst haben.

Es kann passieren, dass durch die Konfrontation dieser Fragen noch ein tieferer Bereich nach vorne kommt, der sozusagen noch näher an der Wurzel ist. Dann wiederholen wir den Frageteil mit diesem Bereich erneut bis zum letzten Punkt.

Dann teilt Mann A seine **Intuition**: was du eventuell gespürt hast, was wahrhaftig zu dir gehört, dein wahres Bedürfnis ist, was dich wahrhaftig ausmacht und was du loslassen willst.

Zum Schluss noch eine Medizinrunde für Alle.

Tief Durchatmen und der Nächste ist dran.