

# Lichterkette Daily Light Juli 2024

Auf <https://www.earthlykingdom.org/dailylight> veröffentliche ich täglich ein Licht für diese Welt. Nur ein brennendes Licht kann weitere Lichter anzünden. Das Licht ist für alle da. Gebt mein Licht weiter, verwendet meine Texte um auch euren Freunden, Brüdern und Schwestern zu helfen. Verteilt es großzügig.

Um die Weitergabe des täglichen Lichts zu vereinfachen und effizienter zu gestalten habe ich mit diesem Dokument eine Lichterkette mit allen Lichtern des Monats Juli 2024 gebildet. Ihr könnt also statt den Link auf den Blog auch einfach diese PDF Datei weitergeben und mit euren Freunden teilen.



Großzügigkeit ist die 1. Paramita. Es ist mir eine Freude diese Arbeit ehrenamtlich zu machen und mit diesen täglichen Lichtern Impulse für Menschen zu liefern die sich selbst finden möchten. Ich wünsche euch viel Freude bei der Vertiefung.

Mögen die Texte aber nicht nur im Kopf und im Verständnis Platz finden sondern auch ins Herz rutschen. Sie werden von mir von Herz zu Herz vermittelt.

Für die Weitergabe des Lichts bedanke ich mich bei euch.

Euer

Bernhard Mähr = Karma Dorje = Avatar von Horus der Alte

# Auf dem Weg zur Fackel

Der Monat Juni ist vorbei. Mitte Juli 2024 wird das Licht vom Juni in einer Lichterkette zusammengefasst damit das Licht leichter weitergegeben werden kann. Ihr findet die Lichterketten unter: [Das Licht weitergeben – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](https://earthlykingdom.org/blog/daily-light). Bis ca. 15. Juli habt ihr also noch Zeit Kommentare zu den Lichtern des Juni hinzuzufügen, die dann auch im PDF Dokument der Lichterkette landen. Außerdem entstehen ganze Fackeln aus den Lichtern und Lichterketten. Fackeln entstehen wenn nicht nur eine Person etwas macht sondern wenn das Licht weitergereicht wird und mehrere Personen das Licht entzünden. Auf diesem Blog sind auf der Seite der Lichtweitergabe zwei Fackeln bereits angeführt: Die Fackel des e-books von Sihing Marco auf das hier mehrfach immer wieder verwiesen wird und die Fackel des recht neuen Podcasts von Oya. Zusammen mit diesem Blog bildet das also eine leuchtstarke Fackel der Weisheit und des Lichts.

Zum Blog Post vom 19. Juni mit dem Titel [Beobachter statt Ego – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](https://earthlykingdom.org/blog/daily-light) ist am 21. Juni auf der Fackel der Weisheitsquelle ein ähnlicher Podcast erschienen der das Thema ergänzt und auf den ich nun hinweisen möchte. Die Fähigkeit Beobachter zu sein ist ein kraftvolles Werkzeug:

<https://open.spotify.com/episode/5oTqnY6sQgYM5DGIDNap2d?si=08WZPUZQSOK9y3bIX-tyZw>

Dieser Podcast gibt nochmal wesentlich wieder dass wir als Beobachter nicht urteilen, ein wesentliches Schlüsselprinzip bei der Reise zu unserem Bewusstsein wie ich auch auf dem Blog Beitrag [Vier Gesetze des Erfolgs – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](https://earthlykingdom.org/blog/daily-light) beschrieben habe. Das zweite Schlüsselprinzip ist die vollständige Akzeptanz. Als Beobachter aus dieser Reflexion und aus diesem Bewusstsein heraus kreieren wir, schaffen Neues und erzielen damit Erfolge.

Zu dem die vergangene Woche erstellten Licht über Stille und den Lotussitz passt auch die Folge des Podcasts zur Kraft der Meditation und ihre Rolle im spirituellen Wachstum die ich hier ebenfalls gerne teile. Auf diese Weise entsteht die Fackel.

<https://open.spotify.com/episode/08zo5Wt97tIDwJeDaURr3s?si=j6hoNHfFTiiojhBEnm5oJA>

Es entstehen also nicht nur Lichter und jeden Tag ein neues Licht sondern auch ganze Lichterketten und Fackeln der Weisheit. Auf diesem Weg zu den Fackeln treffen wir uns regelmäßig jeden Sonntag via Zoom um im Kernteam einen Austausch stattfinden zu lassen. Gebt das Licht weiter, möge es vielen helfen.

---

Posted

1. July 2024

in

Universelles Licht

by

Bernhard Maehr

Tags:

## Comments

2 responses to “Auf dem Weg zur Fackel”



Marco Aversente

1. July 2024

Sehr Schön die Synergie der Dynastie (Familie)

Danke Geschwister

[Reply](#)



Marco Aversente

1. July 2024

Hammer Fackel.....

Wir von <http://www.Ffms.de>, Mindset-Evolutions.de, <http://www.Frontsidesolutions.de>,

Taifu.de, Shaolin Europa und Weisheitsquelle sind in der Fackel in Juni Neu Geboren.

SatChitAnanda als Licht die Sieht erstmal um dann gesehen zu werden.

## Amitabha Mantra (Pures Land) in Sanskrit

Amitayus Dharani

Namo Ratna Trayaya,

Namah Arya Amitabhaya,

Tathagataya, Arhate

SamyakSambuddhaya. Tadyatha:

Aum, Amrite, Amritodbhave,

Amrita Sam-bhave,

Amrita Garbhe,

Amrita Siddhe,

Amrita Teje,

Amrita Vikrante,

Amrita Vikranta, Gamine,

Amrita Gagana, Kirti Kare,

Amrita Dumdubhi, Svare,

Sarvartha, Sadhane,

Sarva Karma, Klesha,

Kshayam, Kare, Svaha.

Aum, Bhrum, Hum.

Erklärungen zum Mantra

Namo Ratna Trayaya

Namo bedeutet Huldigung

Ratna bedeutet Juwel

Tray bedeutet Drei

Namo Ratna Trayaya ist also die Huldigung an die drei Juwelen

Namah Arya Amitabhaya

Arya bedeutet nobel

Amitabhaya ist der Buddha Name von Amitabha, dem Buddha des grenzenlosen Lichts

Hier wird also dem Buddha des grenzenlosen Lichts gehuldigt

Tathagataya, Arhate

Tathagata bedeutet: Deswegen soll einer kommen

Arhate bedeutet der Erleuchtete

SamyakSambuddhaya. Tadyatha:

Samyaksambuddhaya bedeutet vollständig erleuchteter Buddha

Tadyatha bedeutet: Es geht so, bedeutet das Mantra von Amitabha Buddha geht so

Aum, Amrite, Amritodbhave,

Aum – Der Urklang OM

Amrite, Amritodbhave bezieht sich auf die Unsterblichkeit die man erreicht

Amrita bedeutet Nirvana – es folgen also die verschiedensten Beschreibungen von Nirvana, immer Amrita gefolgt von einem Wort

Amrita Dumdubhi, Svare passt dabei zum Thema das wir letzte Woche hatten, Dumdubhi bedeutet Trommel, Svara bedeutet Ton – Es geht hier also um den Ton der Trommeln des Nirvana

Sarvartha, Sadhane – Sarvatha bedeutet in jedem Fall, auf alle Arten, Sadhane bedeutet Verwirklichung oder Erleuchtung

Sarva Karma, Klesha,

Sarva bedeutet alles, Karma ist Ursache / Wirkung der Tat, Kleshas bezieht sich auf das Leiden, die Not, das Elend

Kshayam, Kare, Svaha.

Kshaya bezieht sich auf die Auslöschung, das Erlöschen dieses Leids

Kare bedeutet: er/sie macht

Svaha bedeutet soviel wie: So sei es

Aum, Bhrum, Hum.

Ich verneige mich vor dem Buddha Grenzenloses Licht

OM AMI DHE WA HRIH

Ich verbeuge mich vor dem Buddha Befreiter Lotus

OM BHRUM AYU HUM NI JAH

Falls ihr euch darüberhinaus für Sanskrit Wörter interessiert findet ihr ein Wörterbuch auf: [Kirtan Mantra Wörterbuch – Yogawiki \(yoga-vidya.de\)](http://Kirtan Mantra Wörterbuch – Yogawiki (yoga-vidya.de))

Möge euch das Licht dieses Amithaba Mantra leiten, möge das Licht in euch wirken, möge die Lichtschule von Amithaba, dem Buddha des grenzenlosen Lichtes die Taten leiten, und möge das Karma das Leid verursacht erlöschen.

---

Posted

2. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

## **Vergänglichkeit und Nicht-Identifikation**

Die Dinge dieser Welt sind der Vergänglichkeit unterworfen. Jedes Ding hat sein Ablaufdatum, die Dinge sind auch aus Holz, Holz war einmal ein Baum, der Baum ist tot und auch das Holz wird irgendwann uns nicht mehr dienlich sein. Weil die Dinge vergänglich sind sollten wir uns nicht mit ihnen identifizieren. Die Identifikation mit den Dingen dieser Welt würde uns an die Oberfläche des Ozeans und damit an die Wellen binden, denn an der Oberfläche entstehen durch die Vergänglichkeit Wellen, alles ist in Bewegung, die Dinge ändern sich.

Stattdessen sollten wir uns an die Tiefe des Ozeans binden, an die Buddha Natur. Dann sind wir nicht den Wellen so stark ausgesetzt. Die Wellen können uns nichts anhaben. Ob nun ein Ding schön aussieht oder durch die Vergänglichkeit vergeht macht uns dann nicht mehr so viel aus weil wir wissen und akzeptiert haben dass dieses Ding auch irgendwann wieder gehen muss. Hier ein Bild aus meiner Wohnung. Es zeigt einen Lichtschalter und einen Türstock sowie die Vergänglichkeit dieser Dinge. Der Lichtschalter und die Wand am Lichtschalter waren einmal weiß, genau wie der Türstock. Über die Jahre ändern sich die Dinge, es ziehen bei einer Wohnanlage neue Bewohner ein, alte Bewohner gehen wieder.



Wir können also versuchen mit der Vergänglichkeit in die Akzeptanz zu gehen. Nichts hält ewig. Alles wird irgendwann den Geist aufgeben. Auch die Natur tut ihr Übriges und sorgt dafür dass die Dinge der Vergänglichkeit unterworfen sind.

Hier ein Beispiel am Fenster wo der Hagel und die sich ablösende Farbe klar erkennbar sind. Auch das Fenster wird nicht ewig halten, irgendwann dient es uns nicht mehr. Wir sollten daraus keinen Ärger aufbauen, das ist so wie es ist.

Hier ein Beispiel wie die Natur mit Hagel dem Holzfenster zusetzt. Wer sich wundert, dass das Fenster so dreckig ist, dem sei erklärt, dass das Fenster erst wieder geputzt wird wenn der Hagelschaden und die Farbe neu gestrichen wurden. Die Schäden wurden natürlich der Hausverwaltung gemeldet.



Wenn wir dauernd daran denken wie viel eine Wohnung einmal gekostet hat dann würden wir uns möglicherweise damit identifizieren weil wir für das Geld

gearbeitet haben. Deshalb ist es möglicherweise hilfreich, die einmaligen Kosten auf eine monatliche Zahlung umzurechnen, also durch die Anzahl Jahre und Monate pro Jahr durch zu dividieren und so auf einen monatlichen Betrag zu kommen. Danach können wir diesen monatlichen Betrag mit der Miete vergleichen die wir für die gleiche Zeit bezahlen müssten. Manchmal ist es so dass es brennt oder dass Flutkatastrophen und Muren ein Haus zerstören. Dann ist das Ende der Bausubstanz erreicht und das Gebäude muss abgerissen werden. In solchen Fällen ziehen wir dann oft Résumé ob die Entscheidung richtig war.

Auch Streit ist in dieser Wohnung nicht ohne Folgen geblieben. Hier sehen wir ein Beispiel wie die Wohnungseingangstüre aussieht. Erkennbar ist das Schloss seit Jahren abgebrochen. Die Türe hält also nur noch zu wenn sie von Innen wie von Außen zugesperrt wird. Der Schaden ist natürlich der Hausverwaltung gemeldet.



Diese Wohnung ist jetzt 15 Jahre alt. Wir müssen also bei der Berechnung durch 15 dividieren und das dann durch 12 dividieren um auf monatliche Beträge zu

kommen. Die Schäden am Fenster sind auch seit einem Jahr bereits der Hausverwaltung gemeldet aber der Maler hat offenbar noch keine Lust.

Richtig ist auf jeden Fall sich nicht zu identifizieren, da wir sonst Ärger, Sorgen, Hoffnungen uvm. auf die Dinge übertragen mit denen wir uns identifizieren. Das sollten wir bleiben lassen, dann sind wir auch auf dem Pfad zum Ende des Leids.

---

Posted

3. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

## **Pause und Mitgefühl**

Ich mache mit viel Mitgefühl einen Tag Pause auf diesem Blog. Lassen wir los und lassen wir den Dingen ihren Lauf. OM MANI PEME HUNG.

---

Posted

4. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

## **Warum Europa Trump braucht**

Präsident Trump ist ein Geschenk Gottes. Er hat bereits versprochen, wenn er im weißen Haus sitzt wird innerhalb eines Tages Frieden einkehren in der Ukraine.

Nicht nur das, Trump ist ein wahrer Christ und stellt sich den dunklen Mächten der Dunkelmaurerpyramide weshalb er auch von den Medien so vehement bekämpft wurde. Das macht ihm aber nichts aus, er kämpft einfach weiter.

Schaut euch einmal folgende Seite auf Ländlekurs an:

[laendlekurs.com/welcomespirit/index.html](http://laendlekurs.com/welcomespirit/index.html)

Alaya Vijnana ist das Speicherbewusstsein. Aufgrund des Speicherbewusstseins wissen wir genau was der Auftritt von Trump bedeutet. Trump wird ein Segen sein für diese Welt. Es ist allerhöchste Zeit zurückzufinden zu einer gerechten Welt.

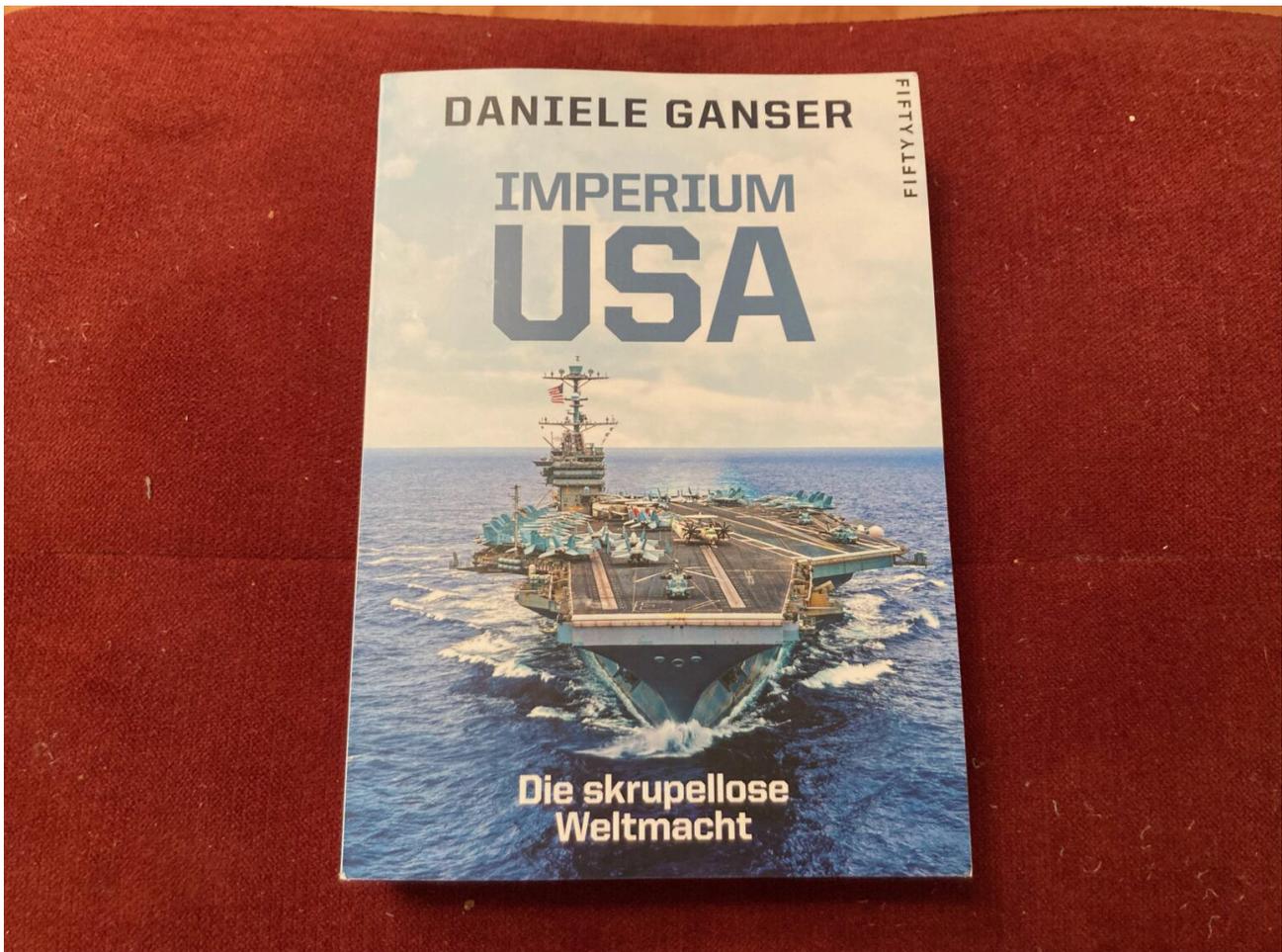
Die Christen glauben dass eine letzte Posaune (last Trumpet) erklingen wird bevor der wahre Messias auf dieser Welt erscheint. Ich glaube dass Präsident Trump nicht zufällig Trump heißt. Schaut euch die folgende Seite an auf Ländlekurs an:

[laendlekurs.com/lasttrump/index.html](http://laendlekurs.com/lasttrump/index.html)

Wenn wir verhindern wollen dass die Eskalation mit Russland zu weit geht brauchen wir dringend Präsident Trump zurück im weißen Haus. Europa braucht Trump, nur so können wir in Europa den Frieden mit Russland bewahren, davon bin ich überzeugt. Und ja, Präsident Trump will den Einfluss der USA auf das eigene Land begrenzen. Das ist nicht unbedingt schlecht, die USA hat einen sehr zerstörerischen Einfluss auf der gesamten Welt. Trump ist ein Segen Gottes wenn er diesen Einfluss begrenzt und es der Welt ermöglicht Friedenslösungen zu erarbeiten. Wir brauchen Frieden rund um Israel und Frieden in der Ukraine.

Gott will Trump zurückhaben im weißen Haus, davon bin ich überzeugt.

Falls ihr nicht glaubt was für einen schädlichen Einfluss die USA auf der ganzen Welt habt so lest doch einmal folgendes Buch von Daniele Ganser. Dann geht euch ein Licht auf, dass Trump nichts besseres tun kann als den Einfluss der USA auf das eigene Land zu beschränken und die Zustände in den USA zu verbessern.



Es hat auch überhaupt keinen Sinn dass die USA auf der ganzen Welt die Weltpolizei spielt, die Israel Lobbyisten in den USA den Ton angeben um die Katastrophe rund um Israel weiter zu eskalieren und in den USA ein alter Mann Präsident ist der die Hälfte seiner Zeit altersbedingte Schwierigkeiten hat im Geist.

Wollen wir eine Friedensbewegung starten so brauchen wir den Zusammenschluss gegen diese dunklen Kräfte. Ich habe das Gefühl die dunklen Kräfte mobilisieren ihre letzten Eskalationsreserven vor der Wahl in den USA weil sie fürchten dass Trump eine radikale Friedensbewegung auf dieser Welt initiieren wird. Dabei kann uns nichts besseres passieren als dass Trump für Frieden sorgt.

---

Posted

5. July 2024

in

Universelles Licht

by

Bernhard Maehr

## Unterstützung bei der Nichtidentifikation

Ab und zu müssen wir uns selbst unterstützen bei der Nicht – Identifikation. Wenn wir eine Wohnung haben verbinden wir viele Erinnerungen damit und viel davon ist an das Ich gekoppelt. Wir müssen dann Handlungen setzen um die Nicht – Identifikation zu erreichen. Schöpfen wir dann also unseren Handlungsspielraum aus. Setzen wir gezielt jene Handlungen die uns bei der Auflösung der Identifikation unterstützen. Verändern wir irgend etwas. Umziehen ist ein Segen.

Wenn wir beim Umziehen sortieren was wir behalten wollen und was wir wegwerfen dann bringen wir Ordnung in den Vergangenheitsknäuel der auch jede Menge Restenergie mit sich tragen kann. Diese Restenergien sollten wir mit unseren Ressourcen abbauen. Sie sind sonst eine ständige Belastung für uns.

Schaffen wir Raum für Neues. Bringen wir uns gezielt in die Lage Distanz zum Alten zu schaffen dann erkennen wir auch womit wir uns identifiziert haben.

Veränderungen tun uns auch oft gut. In diesem Sinne und mit diesem Licht wünsche ich viel Freude mit den anstehenden Veränderungen.

---

Posted

6. July 2024

in

Universelles Licht

by

Bernhard Maehr

## Woche KW 27 / 2024

Wir fassen die Woche nochmals kurz zusammen und ziehen Résumé.

Die Woche startete mit dem gemeinsamen Licht einer gemeinsamen Fackel. Wir sind dann in das Amitabha Mantra eingestiegen und haben uns dem Thema Vergänglichkeit gewidmet da Vergänglichkeit in allen Dingen steckt, auch in den großen Dingen wie Eigentumswohnungen, Autos, usw. Wenn wir uns mit diesen Dingen identifizieren werden wir wie mit den Wellen des Ozeans von Hoch zu Tief gespült, erleben also das Auf- und Ab der Gefühlswelt voll mit. Stattdessen sollten wir uns mit der Tiefe des Ozeans identifizieren, mit der Buddha Natur.

Diese Buddha – Natur hat bei mir diese Woche festgestellt, dass das Innere nicht mehr zum Äußeren passt was die Eigentumswohnung angeht. Das Äußere gibt eine Sammlung über fast 40 Jahre wieder die mit allerlei Erinnerungen vollgeladen ist. Das Außen spiegelt also zurück zum Inneren, das Innere jedoch hat die Leinen losgemacht und möchte zu neuen Ufern segeln. Jede Erinnerung trägt auch Restenergie mit sich. Erinnerungen mit Restenergie aufgeladen haben immer das Risiko dass sie einen weiteren Film im Geist starten. Wenn sich diese Filme wieder mit dem Ich verbinden haben wir das nächste ungewollte Problem einer Identifikation. Deswegen ist es hier auch Zeit klar Schiff zu machen.

Mit viel Mitgefühl gab es einen Tag Pause an dem von mir auch die nötigen Handlungen gesetzt wurden. Und schlussendlich wurde diese Woche auch noch die Notwendigkeit von Trump und die Bedeutung von Trump für diese Welt erklärt. Wir segeln also interessanten Zeiten entgegen. Es wird eine Zeit der Erneuerung, eine Wiedergeburt im neuen Sein. Deswegen war es auch wichtig klar NEIN zu sagen auf die Versuche der Kompromittierung mit dem Alten.

Es ging um dreckige Finger. Die Finger sind stets gewaschen und sauber. Es ging auch um Verdrängung der Menschen, jedoch ist Verdrängung nie eine gute Ursache um mit einer Illusion die Täuschung und daraus ergebend falsche Vorwürfe anderen an den Kopf zu werfen. Der Buddha sagt zu einer solchen Vorgehensweise stets sehr streng NEIN DANKE. Und schlussendlich geht es bei meinem Leben um eine Möglichkeit einer professionellen, bezahlten Putzdienstleistung ohne Möglichkeit der Kompromittierung mit irgendwelchem Zeugs. Diese Dinge werden aufgelöst, dann ist es Zeit für den Weg ins Neue.

Das Neue wird auch von einem völlig neuen Lebensstil geprägt sein. Kein Stein bleibt dabei auf dem Alten. Jedes Eck wird umgedreht, geprüft und falls notwendig entsorgt. Dadurch wird die Tasse leer und es ist möglich sie mit Neuem zu füllen. Mit einer vollen Tasse können wir nichts Neues lernen.

---

Posted

7. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

# Übung: Die 5 Vertiefungen

Es gibt eine sehr einfache Übung die uns hilft Raum für Achtsamkeit, Ruhe, Klarheit und Präsenz zu schaffen. Wir sitzen aufrecht und atmen tief ein und aus.

Bei diesem Atmen sagen wir uns je ein Wort beim Einatmen und Ausatmen für einige Minuten im Geist vor. Hier eine Reihenfolge von Worten die zum Erfolg führen und den Geist in die volle Präsenz und ins Gewahrsein bringen. Beim vierten Übungsschritt stellen wir uns beim Einatmen kein Wort vor sondern lächeln mit unserem Gesicht. Jeden Schritt mehrere Minuten lang atmen und dann zum nächsten Schritt übergehen und mit den nächsten Worten atmen bis zu Schritt 5 führt zur Ruhekraft. Danach kehrt man zum natürlichen Atemrhythmus zurück und integriert die Erkenntnisse in den Alltag. Die Übung schafft Klarheit.

1. Einatmen: ein Ausatmen: aus
  2. Einatmen: tief Ausatmen: lang
  3. Einatmen: ruhig Ausatmen: leicht
  4. Einatmen: lächeln Ausatmen: frei
  5. Einatmen: jetzt Ausatmen: wunderbar
- 

Posted

8. July 2024

in

[Universelles Licht](#)

by

Bernhard Maehr

## Wissen – Erfolgskonzept

Heute habe ich aus dem beschriebenen Handlungsweg meinerseits, die Identifikation mit der Wohnung aufzugeben, ein Foto für euch von meinem Erfolgskonzept. Es handelt sich um OBI – Umzugskartons voll mit Papier (Bücher, Ordner, Schriften, Hefte, ...) – alles Wissen das mich die letzten 30 Jahre auf den Erfolgsweg gebracht hat. Mein Erfolgskonzept bestand darin, bisher nichts davon wegzuwerfen und immer wieder nachschlagen zu können bis alles verinnerlicht wurde, in meine Haltung und meine tägliche Arbeit geflossen ist, verwirklicht ist.



Es sind in Summe 10 OBI – Schachteln randvoll mit Papier, das Erfolgskonzept gehört zu jenem das ich zunächst aufbewahren werde, jedoch habe ich auch vor

dieses Erfolgskonzept in Ruhe zu überarbeiten / zu sortieren damit mich ein überarbeitetes Erfolgskonzept noch erfolgreicher machen kann. Ich arbeite sehr viel mit dem Kopf deshalb ist das Erfolgskonzept auch auf Papier erlernbar.

In den Kartons ist alles von Schule bis Studium und weiterführender Literatur in Büchern sowie die Bücher und Schriften zu Spiritualität und zu meiner Persönlichkeitsentwicklung. Das kommt jetzt erstmal ins Lager und wird dort in Ruhe überarbeitet und sortiert. Daraus entsteht ein 10 – Jahresplan für die nächsten 10 Jahre sobald dieser erste Plan der Auflösung dieser Identifikation mit dem Hauptwohnsitz abgeschlossen ist. Die Kraft des Löwen der Visitenkarte begleitet mich unterdessen bei der Umsetzung dieses orientierten Vorgehens.

---

Posted

9. July 2024

in

[Universelles Licht](#)

by

Bernhard Maehr

Tags:

## Comments

One response to “Wissen – Erfolgskonzept”



Bernhard Maehr

9. July 2024

Jetzt bin ich übrigens auch schon dabei abzuklären, dass ich einen Teil der Freizeit am Wochenende vor dem Scanner verbringen darf um das gesamte Erfolgskonzept auf PDF zu bringen und digital zu archivieren. Dann kann ich zumindest einen Teil des Erfolgskonzeptes auf Papier (nicht die Bücher) loswerden.

Meine Schulfreunde haben nach der Schule ein großes Feuer gemacht und alle Schulsachen verbrannt. So gehe ich aber nicht mit Wissen um.

## Einfach und Elegant

Einfachheit ist Trumpf, wir brauchen elegante Lösungen für das Leben. Es gibt so viele Dinge, wir häufen sie an, wozu? Was brauchen wir zum Leben? Was müssen wir alles tun um diese Dinge anzuhäufen? Warum identifizieren wir uns mit diesen Dingen? Was bedeuten sie für uns? Können wir auch ohne sie leben? Sind

sie womöglich Statussymbole? Wozu brauchen wir Statussymbole?

Unterstreichen sie unsere Macht? Wollen wir andere beeindrucken? Was sagen Statussymbole über uns aus? All dies sind Fragen die man sich unbedingt stellen sollte. Ein einfaches Leben das gleichzeitig voller eleganter Lösungen steckt macht viel mehr Freude!

In einem einfachen Leben vertrauen wir darauf, dass wir das Ego nicht brauchen. Stattdessen tun wir immer mehr und immer öfter etwas für andere was sich im Endeffekt so auswirkt, dass sich unser Umfeld in Resonanz zu unserem Besten bewegt. Geben wir also etwas hinein in die Beziehungen ohne Erwartungen auf Gegenleistungen. Schaffen wir mit Großzügigkeit Lösungen für andere. Verschenken wir Dinge mit denen andere noch viel Freude haben können. Die buddhistische Weisheit sieht im Verschenken einen Gewinn und wenn nur eines dabei entsteht: Es entsteht mehr Platz. Und tatsächlich ist auch Platz teuer erkaufte.

Jedes Lager, jede Wohnfläche, all das kostet uns Geld. Es will also wohlüberlegt sein welche Haltung wir entwickeln zu den Dingen. Räumen wir auf in unserem Leben und schaffen wir neue, elegante Lösungen um Neuem Platz zu schaffen.

---

Posted

10. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

## **Mitgefühl und Weisheit**

Die Grundlage des buddhistischen Weges ist Mitgefühl und Weisheit.

OM MANI PEME HUNG

---

Posted

11. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

# Ruhekraft und Tee

Übt euch in Achtsamkeit bei der Zubereitung des Tees und beim Genuss. Unachtsamkeit vergiftet den Geist. Möge eine Schale Tee euch der Einfachheit näher bringen, Einfachheit bringt Klarheit, Fokus und Kraft. Möge die Kraft des Löwen mit euch sein. Verbindet euch mit dem Löwen und spürt seine Kraft.

---

Posted

12. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

# Voller Fokus auf die Aufgabe

Ihr habt vermutlich festgestellt, dass die letzten Tage die veröffentlichten Blog Beiträge sehr kurz geworden sind. Dies liegt daran, dass ich mich voll auf meine aktuelle Aufgabe, der Auflösung der Identifikation mit meinem Wohnsitz, fokussiere. Diese Aufgabe ist mit einigem an Arbeit verbunden, denn ich wohne und lebe nach der Auflösung der Identifikation anders, einfacher und elegant.

Diese Aufgabe wird in einigen Wochen abgeschlossen sein und dann werde ich aus dieser neuen Erfahrung heraus zu euch sprechen können. Mit dem Wohnsitz sind sehr viele Erinnerungen verbunden, durch die Auflösung der Identifikation wird auch die Tasse diesbezüglich geleert. Danach bin ich offen für Neues.

Möge also der Löwe kraftvoll zupacken und die Vorstellung gekonnt umsetzen.

---

Posted

13. July 2024

in

Christianity, Universelles Licht

by

Bernhard Maehr

Tags:

## Comments

One response to “Voller Fokus auf die Aufgabe”



Marco Aversente

13. July 2024

Om. Svaha

## Woche KW 28 / 2024

Wir starteten diese Woche mit einer Übung um die Ruhekraft zu erreichen. Dann habe ich euch teilhaben lassen an den Bildern aus meinen Überlegungen die Identifikation mit der Wohnung aufzugeben. Ich habe euch mein Erfolgskonzept, das Wissen, vorgestellt. Der Plan führt mich zu einem einfachen Leben. Dazu helfen elegante Lösungen dieses einfache Leben umzusetzen. Wir haben uns dann am Donnerstag erinnert, dass Mitgefühl und Weisheit die Basis bilden.

Die Woche schließt ab mit weiteren Überlegungen zu Einfachheit und Eleganz sowie zur Ruhekraft und Achtsamkeit. In der Kürze liegt die Würze denn der Fokus liegt aktuell voll auf der Aufgabe der Auflösung meiner Identifikation mit der Wohnung. Dies ist mit einiger Arbeit verbunden, in einigen Wochen ist der Plan abgeschlossen. Dann kann ich aus meinen Erfahrungen heraus sprechen.

---

Posted

14. July 2024

in

[Universelles Licht](#)

by

Bernhard Maehr

## Orientierung für die Woche

Diese Woche wird ebenfalls wieder ganz im Fokus meiner aktuellen Aufgabe liegen, der Umzug ins Lager steht in zwei Wochen an. Bis dahin wird alles in Schachteln gepackt, die Möbel zerlegt und geplant was davon weggeworfen werden kann. Die Palme vor der ich viele Meditationen gemacht habe bekommt einen Platz im Empfangsbereich der Firma bei der ich arbeite. Sie ist inzwischen

auf 190cm gewachsen. Die Dinge unterliegen der Veränderung, deshalb sollten wir nicht an ihnen anhaften. Lösen wir also auch diese Woche wieder Identifikationen auf, eventuell habt auch ihr noch unerkannte Identifikationen die erst richtig in Erscheinung treten wenn ihr euch das vergegenwärtigt wie die Dinge sind. Wie ist das also in eurem Geist? Woran hält sich dieser Geist fest?



Wenn ich dieses Bild oben betrachte, dann ergeben sich nicht nur Erinnerungen an die Meditationen vor der Palme sondern auch die Eckbank rechts trägt

Erinnerungen mit sich, denn diese Eckbank begleitet mich nun bereits seit ca. 25 Jahren und hat mehrere Umzüge hinter sich. Ich werde sie auch behalten.

Die Couch auf der linken Seite wird entsorgt. Sie hat ihren Dienst getan. Wenn wir die Dinge so betrachten bildet sich auch oft der eine oder andere Film aus Erinnerungen. Packen wir diese Filme in eine Schublade, einen Tresor, den wir nur öffnen um uns dann gezielt diesen Filmen zu widmen und die Restaktivität / Restenergie die dort noch enthalten ist abzubauen. Sind dabei belastende Engramme in unserem Geist so sollten wir diese auf jeden Fall aufarbeiten um den Geist von alten Belastungen zu befreien. Dann ist er auch für Neues viel offener.

---

Posted

15. July 2024

in

Universelles Licht

by

Bernhard Maehr

## Science of Well Being

Some time ago I did an online seminar at Yale university about the science of well being. To become happy you have to do your rewirements. Knowing is half the battle, the other half is to do it and get into action. Also important is to do some savoring. This is best done by stepping out of the experience in the power of the presence. Another method is gratitude. Write a diary about what you show your gratitude for. With that you get beyond the annoying features of your mind. We get used to stuff which is called hedonic adaptation. The car you buy today does not make you as happy in a week, a month or a year from now. There are more annoying features of the mind and knowing them helps you to overcome them:

- Our intuitions are often wrong
- Our Estimates are wrong, expectations are so bad, we do miswanting
- We do not think in absolutes but we practice social comparison
- We get used to stuff (hedonic adaptation)
- We are bad at predictions and we do not realize it

To overcome these annoying features of the mind one must exercise and sleep.

Here are some options to overcome the annoying features of the mind:

- Rethink awesome stuff / invest in experiences
- Overcome hedonic adaptation: Savoring, Negative Visualisation, Make this day your last, Gratitude
- Reset your reference point: Re-experience, Concrete observe, Avoid social comparison, Interrupt Consumption (Break), Increase Variety

Also important for your well being is the following:

- Meditation, Good Job (matching your signature strengths), Intrinsic Motivation
  - Situations and Experiences
- 

Posted

16. July 2024

in

Universal Light

by

Bernhard Maehr

## **Meditation und die DNA**

Sihing Marco schreibt in seinem E-Book folgendes:

Ein entscheidender Faktor für die transformative Wirkung der Meditation ist die Neuroplastizität. Diese beschreibt die Fähigkeit des Gehirns, sich neu zu organisieren und neue neuronale Verbindungen zu bilden. Durch regelmäßiges Meditieren kann die Dichte der grauen Substanz in Hirnregionen, die für Gedächtnis, Lernen und Selbstwahrnehmung verantwortlich sind, erhöht werden.

Darüber hinaus wird immer mehr erforscht, wie Meditation epigenetische Prozesse beeinflusst, das heißt, wie Gene aktiviert oder deaktiviert werden. Es wird vermutet, dass Meditation positive Auswirkungen auf die Genexpression haben kann, was sich wiederum in einem verbesserten Gesundheitszustand und einer erhöhten Stressresistenz zeigt.

(Vgl. e-book Sihing Marco [www.mindset-evolutions.de](http://www.mindset-evolutions.de), S. 229)

In einem anderen Buch namens "Quantensprung in die 5. Dimension – Heilung, Transformation und Aufstieg" werden die Licht – Prozesse auf der Erde auch beschrieben als das Aktivieren der ursprünglichen 12 Chakren und 12 DNA Stränge. Jeder Mensch besitzt diese 12 DNA Stränge bereits, aber sie wurden von negativen Wesen deaktiviert, und nach der Zeitepoche von Atlantis und der

Maya – Zivilisation fielen wir in die dritte Dimension zurück und konnten uns seither nicht mehr daran erinnern. Dadurch war die negative Macht in der Lage uns zu kontrollieren – so beschreibt es jedenfalls die Autorin dieses Buches.

Es gibt also sehr wahrscheinlich auch einen direkten Zusammenhang zwischen unserem spirituellen Fortschritt auf unserem Weg und unserer DNA. Die Wissenschaft hat noch lange nicht alle Mysterien diesbezüglich erforscht. Wir würden uns wundern zu was wir Menschen alles Zugang bekommen können.

Viele unserer Gene scheinen zu schlafen und müssten von uns gezielt aktiviert werden. So auch die Trialität-Gene und die Genie-Gene. Die Trialität-Gene sind die Gene der dunklen Seite, des Herzlichts und des göttlichen Lichts das alles wieder zu einer Einheit werden lässt. Die Genie-Gene enthalten göttliche, grenzenlose Ideen, sie sind ein Teil des Gehirns, der für die Erinnerung und Kreativität verantwortlich ist. Aktiviert verschwindet die Illusion der Dualität, wir sind dann in der Einheit zwischen Dunkelheit und Licht. Richte den Fokus auf das Licht.

Und sprich die folgenden Worte:

Ich aktiviere meine Trialität-Gene und meine Genie-Gene, jetzt. So sei es!

Viel Erfolg mit diesem Licht. Möge euer Körper in der Transformation mitziehen.

---

Posted

17. July 2024

in

[Universelles Licht](#)

by

Bernhard Maehr

Tags:

## Comments

One response to “Meditation und die DNA”



Marco Aversente

[17. July 2024](#)

Meditation schenkt uns neue Dimensionen

# Die Lichterkette vom Juni

Es ist soweit, die Lichterkette von Juni 2024 ist veröffentlicht. Als PDF kann das gesamte Licht vom Juni weitergegeben werden. Ihr findet die Lichterketten auf:

[Das Licht weitergeben – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](#)

Teilt das Licht mit anderen, bringt neue Gesichter in unsere Bewegung. Dann löst sich auch die Sinn – Frage, denn der Sinn von geschriebenem Text ist dass dieser Text von anderen gelesen wird und diese Menschen ihrerseits ihr Wissen beitragen. Dadurch entsteht eine gemeinsame Wissensbewegung die ich als Fackel bezeichne. Das Weitergeben von Wissen ist Großzügigkeit. Mit der Großzügigkeit, der 1. Paramita, starten wir am Besten in neue Verbindungen zu anderen Menschen. Wir erkennen uns in Verbindung zu anderen Menschen, in Ananda. So möge die größere Fackel die kleineren Fackeln entzünden, lasst das Licht nicht erlöschen. In einer Welt voller Hass, Gewalt und Zorn ist das Licht wichtig, das Licht gibt Hoffnung. Die Lehre ist korrekt, die korrekte Anwendung ist eine heilsame Kunst. In dieser Kunst macht die Übung den Meister – so lernen wir.

---

Posted

18. July 2024

in

[Buddhismus](#)

by

Bernhard Maehr

## Das Attentat auf Trump

An dem gescheiterten Attentat auf Trump sehen wir dass die Gegenseite der dunklen Mächte mit allen Mitteln versucht die Abwärtsspirale und Eskalationsspirale weiter nach unten zu drehen. Dieser Weg führt zu Gewalt und Chaos. Jedoch ist das Karma und die Bedeutung von Trump entsprechend so, dass dieses Attentat nicht erfolgreich war, man würde auch sagen der Seelenweg ist noch lange nicht zu Ende. Trump spielt noch eine wichtige Rolle auf dieser Weltenbühne in dieser Endzeit. Wir bekommen hier die Vorboten zu sehen.

Die nächsten Wochen und Monate über den Sommer und in den Herbst hinein werden also spannend bleiben. Für Christen entstehen immer mehr Zeichen der Endzeit. Christen glauben ja, dass ihr Leidensweg von Gott abgekürzt wird indem

er die Gläubigen im Himmel versammelt bevor auf der Erde sprichwörtlich die Apokalypse stattfinden soll. Im Buddhismus glauben wir dass wir unser Schicksal selbst bestimmen, das bedeutet wir setzen jetzt, hier und heute die Samen für unsere Zukunft. Ein solcher Same ist Trump, der wenn er an der Macht ist ein Werkzeug gegen die dunklen Mächte darstellen wird. Somit ist zumindest für die Zeit von 2025 – 2029 dann voraussichtlich erstmal der Plan der dunklen Mächte vereitelt. Ab 2029 kann die Sache dann natürlich wieder anders aussehen. Dann ist voraussichtlich die zweite Amtszeit von Trump auch zu Ende. 2029 ist in vielerlei Hinsicht ein wesentliches Jahr. 2029 ist auch die Ankunft des Urchaos Asteroiden Apophis. Apophis wird 2036 erneut an der Erde vorbeifliegen.

Betrachten wird 2029 bis 2036 so sind das genau 7 Jahre wie auch in der Bibel 7 Jahre beschrieben sind. Diese 7 Jahre werden dort noch aufgeteilt in zwei Hälften, die ersten 3 1/2 Jahre und die zweiten 3 1/2 Jahre. Aus Sicht des Buddhismus ist also noch genug Zeit bis 2029 die richtigen Samen zu setzen für unsere Zukunft.

Aus meiner Sicht sehen die richtigen Samen so aus, dass wir einen Schulterschluss bilden zwischen allen Lichtarbeitern, Christen, Buddhisten – jenen die sich eine neue Erde in Frieden vorstellen. Mit einer geeinten Front können wir uns gegenseitig unterstützen – auch gegen das geplante Sklavensystem des Antichristen, das mit dem Mark of the Beast eingeläutet werden wird. Aus der Akasha Chronik heraus kennen wir die Geschichte bereits. Die Verbindungen die wir jetzt aufbauen helfen uns über diese 7 Jahre, sie schaffen Steine aus dem Weg.

---

Posted

19. July 2024

in

Universelles Licht

by

Bernhard Maehr

## **Die Rede von Trump**

Auf dem Parteitag der Republikaner hat Trump eine flammende Rede gehalten. Trump erzählte seine Sicht auf das Attentat wie er es erlebt hat. Er erzählte auch dass er das Gefühl hatte dass Gott auf seiner Seite war. Es war ein historisches Ereignis in den USA. Und es war der Höhepunkt eines 4 Tage langen Festivals.

Gleichzeitig wird der Rücktritt von Joe Biden erwartet. Viele sagen Biden kann diese Wahl nicht mehr gewinnen. Der Wahlkampf in den USA ist spannend.

Wird Trump wirklich an nur einem Tag die Kriege beenden? Ist so etwas machbar? Es sind nur noch einige Monate und gewinnt er die Wahlen darf er seine Versprechen unter Beweis stellen. Es wäre für Europa ein Aufatmen wenn diese Konflikte in der Ukraine zur Ruhe kommen. Und auch bei den Konflikten rund um Israel spielt die USA eine entscheidende Rolle. Die Erwartungen sind also hoch.

Trump wirkte wie neu geboren. Es ist durchaus möglich, dass ihn das Attentat zusätzlich verändert hat, er wirkt aber auch entschlossener denn je und auch siegessicher. Die aktuellen Umfragen in den USA geben ihm da durchaus recht.

Die Ereignisse rund um die USA sind nicht umsonst derartig im Fokus, nimmt doch die USA eine wesentliche Stellung ein wenn es um den Frieden oder Krieg auf dieser Welt geht. Als größte Militärmacht hängt sehr viel von den Entscheidungen von Washington D.C ab. Möge diese Welt eine Trendwende erfahren und Frieden und Wohlstand das Leben der Menschen bestimmen.

---

Posted

20. July 2024

in

Universelles Licht

by

Bernhard Maehr

## **2029 oder 2049 – Endzeit**

Diese Woche kam der Hinweis, dass man sich mehr um Quellen sorgt bezüglich des Geschriebenen über die Endzeit. Zunächst sei mir der Hinweis gestattet dass es wenig bringt sich Sorgen zu machen. Viel sinnvoller ist es selbst bereits Samen zu setzen damit die Zukunft so aussieht wie man sie sich vorstellt. Basis des Glaubens rund um 2029 oder wie wir sehen werden ev. 2049 stellt die Bibel dar.

Hier also die Herleitung, es geht um einen Feigenbaum und eine Generation des Feigenbaumes. In Matthäus 24:32 liest man wie folgt über die Apokalypse:

32 An dem Feigenbaum lernt ein Gleichnis: Wenn seine Zweige jetzt saftig werden und Blätter treiben, so wisst ihr, dass der Sommer nahe ist. 33 Ebenso auch: Wenn ihr das alles seht, so wisst, dass er nahe vor der Tür ist. 34 Wahrlich,

ich sage euch: Dieses Geschlecht wird nicht vergehen, bis dies alles geschieht. 35 Himmel und Erde werden vergehen; aber meine Worte werden nicht vergehen. 36 Von dem Tage aber und von der Stunde weiß niemand, auch die Engel im Himmel nicht, auch der Sohn nicht, sondern allein der Vater. 37 Denn wie es in den Tagen Noahs war, so wird es sein beim Kommen des Menschensohns. 38 Denn wie sie waren in den Tagen vor der Sintflut – sie aßen, sie tranken, sie heirateten und ließen heiraten bis an den Tag, an dem Noah in die Arche hineinging; 39 und sie beachteten es nicht, bis die Sintflut kam und raffte sie alle dahin –, so wird es auch sein beim Kommen des Menschensohns. 40 Dann werden zwei auf dem Felde sein; der eine wird angenommen, der andere wird preisgegeben. 41 Zwei Frauen werden mahlen mit der Mühle; die eine wird angenommen, die andere wird preisgegeben. 42 Darum wachet; denn ihr wisst nicht, an welchem Tag euer Herr kommt. 43 Das sollt ihr aber wissen: Wenn ein Hausherr wüsste, zu welcher Stunde in der Nacht der Dieb kommt, so würde er ja wachen und nicht in sein Haus einbrechen lassen. 44 Darum seid auch ihr bereit! Denn der Menschensohn kommt zu einer Stunde, da ihr's nicht meint.

Jeremia 24:1-6 gibt genauer Auskunft über diesen Feigenbaum:

Siehe, der HERR zeigte mir zwei Feigenkörbe, aufgestellt vor dem Tempel des HERRN, nachdem Nebukadnezar, der König von Babel, den Jechonja[1], den Sohn Jojakims, den König von Juda, aus Jerusalem weggeführt hatte samt den Großen Judas und den Zimmerleuten und Schmieden und sie nach Babel gebracht hatte. 2 In dem einen Korbe waren sehr gute Feigen, wie die ersten reifen Feigen sind; im andern Korbe waren sehr schlechte Feigen, dass man sie nicht essen konnte, so schlecht waren sie. 3 Und der HERR sprach zu mir: Jeremia, was siehst du? Ich sprach: Feigen; die guten Feigen sind sehr gut, und die schlechten sind sehr schlecht, dass man sie nicht essen kann, so schlecht sind sie. 4 Da geschah des HERRN Wort zu mir: 5 So spricht der HERR, der Gott Israels: Wie auf diese guten Feigen, so will ich gnädig blicken auf die Weggeführten aus Juda, die ich von dieser Stätte habe fortziehen lassen in der Chaldäer Land. 6 Ich will mein Auge gnädig auf sie richten und sie wieder in dies Land bringen und will sie bauen und nicht niederreißen, ich will sie pflanzen und nicht ausreißen.

Das Gleichnis des Feigenbaumes bezieht sich also auf Israel und zwar genauer auf die Staatsgründung von Israel, diese war im Jahr 1948. Der christliche Gott spricht hier also von dieser Generation von 1948, der Generation des Feigenbaumes. Die alles entscheidende Frage lautet nun: Wie alt wird diese Generation?

2029 wird das erste Jahr sein, an dem diese Generation 80 Jahre überschritten hat. Es wird außerdem das Jahr sein an dem Apophis, der Urchaos Asteroid, an der Erde vorbeifliegt. Es gibt aber auch erste Hinweise, dass Gott möglicherweise mit 100 Jahren rechnet. Dann wäre das Jahr 2049 das erste Jahr an dem die Generation 100 Jahre überschritten hat. Älter als 100 Jahre wird kaum jemand.

Zu dieser These der 100 Jahre bis 2049 gibt es auch einen Hinweis wie folgt. Ich denke hier wurde das Jahr 2049 geschrieben. Was denkt ihr? Zählt dieser Gott auf 100 Jahre bei der Generation des Feigenbaumes? Wann kommt Jesus erneut?



Mehr zu diesen Zeichen findet ihr auch auf: [Strong Long-Lasting Light – Jens and Odem – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](https://www.dailykingdom.org/blog/strong-long-lasting-light-jens-and-odem/)

Der Artikel der Sorge bereitete findet sich auf: [Das Attentat auf Trump – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](#)

---

Posted

21. July 2024

in

[Christentum](#)

by

Bernhard Maehr

Tags:

## Comments

One response to “2029 oder 2049 – Endzeit”



Bernhard Maehr

21. July 2024

Wir müssen erkennen, dass voraussichtlich auch die Mikrochip – Lösung des Mark of the Beast, einem Chip in der rechten Hand, wie er in der Bibel beschrieben ist sehr wahrscheinlich eine Lösung des Establishments sein wird.

Dieses Establishment sitzt schon jetzt in den Machtpositionen der Politik und sagt offen heraus, dass es sich nicht um das Interesse des Volkes kümmert, dass unabhängig der Meinung des Volkes der Krieg in der Ukraine weiter unterstützt werden muss, dass das Establishment im Prinzip nur sich selbst dient und ihre Macht erhält aber nicht dem Volk dient.

Genau hier gibt es eine neue Bewegung aus den USA angeführt von Trump, die sogenannte MAGA (Make America Great Again) – Bewegung. Trump ist eine Gegenbewegung zu diesem Establishment. Er zieht sein eigenes Ding durch und genau weil er auch gegen das Establishment arbeitet hatte er solch einen Kampf mit den Mainstream – Medien während seiner ersten Amtszeit.

Jedoch können auch wir in Europa erkennen dass uns das Establishment nicht mehr dient. Diese Machtelite arbeitet gegen uns. In einer Demokratie ist also der gesunde Weg diese Unzufriedenheit mit dem Establishment zu lösen die legitime Wahl von Trump. Genau deshalb stellen sich im Internet vermehrt die Menschen die Frage ob die USA vor einem Bürgerkrieg steht. Wäre das Attentat auf Trump erfolgreich gewesen so wäre dem Volk das legitime Mittel durch Wahlen gegen das Establishment zu wählen genommen worden. Auf einem solchen Pfad hätte das durchaus zu noch mehr Gewalt in den USA führen können, einer Art von Revolution.

Wir leben in gefährlichen Zeiten. Es ist klug wachsam zu bleiben und die Bewegungen dieser auf Dualität beruhenden Realität im Auge zu behalten. Die Dualität zwischen MAGA und dem Establishment wird auch die nächsten Monate die USA und damit die Weltpolitik weiter prägen. Das Establishment gibt seine Macht nicht freiwillig ab. Und gefühlt fährt es uns vorher an die Wand bevor eine Umkehr, die von großen Bevölkerungsteilen gefordert wird, stattfindet.

# Auf den Kopf gestellt

In unserer Gesellschaft lebt jeder von uns mit Werten. Hoffentlich sind diese Werte wohlüberlegt und werden aktiv vertreten. Wenn wir Werte aktiv vertreten dann möchten wir sie konservieren, wir werden als konservativ wahrgenommen.

Konservativ zu sein bezüglich der eigenen Werte ist durchaus lohnenswert. Als ich an der Universität im Unterricht zu Gender Mainstreaming eine Arbeit schreiben sollte war ich einer der wenigen der eine konservative, christlich soziale, Antithese zu Gender Mainstreaming geschrieben habe. Mein Mut hat sich gelohnt, ich kann zu meinen verfassten Werten stehen und muss mich auch mit meinem Abschluss nicht verstecken, denn ich habe eine gute Note für diese Antithese bekommen.

An dieser Einstellung hat sich bis heute nichts geändert, aus meiner Sicht stellen Gender Mainstreaming und noch schlimmer die LGBTQ Bewegung meine persönlichen konservativen Werte wie auch die Familienwerte auf den Kopf während die Einwanderer mit dem Islam genau wie in meiner Antithese beschrieben die islamischen Werte ihrer Religion über ihren Teil der Gesellschaft stülpen. Für diesen islamischen Teil gelten die Werte des Islam und nicht Gender Mainstreaming oder der LGBTQ – Alphabet – Quatsch (wobei mich vor allem die mediale Anpreisung bzw. Bewerbung von LGBTQ stört) der uns eingeredet wird.

Dieses Alphabet – Thema sollte aus meiner Sicht eine Randerscheinung unserer Gesellschaft bleiben und nicht so derartig "mainstream" der Jugend auf die Augen gedrückt werden. Es ist nicht notwendig dies im Ethikunterricht in unseren Schulen zum Hauptthema zu machen. Es gäbe bedeutend wichtigere Themen.

Dass es sich um konservative, christlich soziale Werte handelt gibt folgendes Gebot aus der Bibel wieder aus Mose 3: 18-22.

22 Du sollst nicht bei einem Mann liegen wie bei einer Frau; es ist ein Gräuel.

Was müssen wir konservativen Menschen also tun wenn uns die links – linke Politik beständig über Jahrzehnte unsere Werte auf den Kopf stellt? Wir müssen zunächst erkennen, dass es eine Perversion ist, dass wie im Satanismus üblich das Gute auf den Kopf gestellt, also pervertiert wird und das neu erzeugte dann als gut dargestellt wird. Die abrahamitischen Religionen erkennen Satan als den Meister dieser Perversion und Illusion. Denn es ist eine Illusion sich so vom Absoluten, seit Jahrtausenden Unveränderten zu entfernen und dann zu meinen man sei gesellschaftlich auf einem heilsamen Weg. Wenn wir Buddhisten über unsere Werte meditieren anstatt uns von der digitalen Social Media Illusion

vereinnahmen zu lassen kommen wir auch rechtzeitig zu den gleichen Erkenntnissen wie die Christen. Dafür ist es auch nie zu spät, es lohnt sich.

Wollen wir dann als konservative Kraft einen Samen zur Heilung setzen so sorgen wir am besten dafür, dass die erkannte Perversion erneut auf den Kopf gestellt wird. Es ist wie eine 180° Drehung des Kreuzes auf den Kopf passiert, wird das Kreuz um weitere 180° erneut gedreht so steht das Kreuz wieder aufrecht.

Ein Großteil des Unsinnns schwappt aus den USA hier nach Europa zusammen mit dem gesamten Kommerz bei dem wir bereits erkannt haben dass eine Anpassung an eine zutiefst erkrankte Gesellschaft kein Zeichen von Gesundheit ist. Um ein gesundes Leben zu führen müssen wir uns also nicht an eine kranke Gesellschaft anpassen. Unsere Aufgabe ist es vielmehr Samen zu setzen für eine Heilung dieser Gesellschaft und dazu müssen wir auch NEIN sagen zur Perversion die uns über Medien und auch schon über das Schulsystem ständig verkauft wird. Der Islam praktiziert dieses NEIN und vertritt beständig die Werte der Propheten.

Wir haben gestern Sonntag über die Geistesgifte gesprochen. Die drei Geistesgifte sind Hass, Gier und Verblendung. In diesem Beitrag wurde vor allem das Geistesgift der Verblendung angesprochen. Wenn wir den Menschen helfen diese Verblendung zu erkennen handeln wir nach unseren Werten und sagen ebenfalls NEIN. Auf diese Weise bilden wir eine Front und einen Schulterschluss.

Und wir können diese Gegenthese auch jederzeit verwenden und sie wenn nötig auch einbringen in den Ethikunterricht der Schulen. Meinungsfreiheit lebt davon, dass wir auch die wertvolle konservative Sicht die seit Jahrtausenden Gültigkeit hatte weiter hoch ansehen und schätzen. Mit dieser konservativen Sicht haben wir uns einfach nicht an die kranke Gesellschaft angepasst, ein Zeichen unserer Gesundheit die wir auch bewahren wollen. Mit der Meditation erkennen wir das Kranke und das krank machende in unserer Gesellschaft und nehmen Abstand.

“Es ist kein Zeichen geistiger Gesundheit, gut an eine zutiefst kranke Gesellschaft angepasst zu sein.” – Jiddu Krishnamurti

Während dem Corona Virus erschien auch ein interessanter Beitrag über die Frage ob Gott Amerika straft. Dieser Beitrag kommt zu dem Schluss dass dem so war und zeigt auf wo sich unsere kranke Gesellschaft auf dem falschen Weg befindet und eben auch schon aus Führungspositionen Gottes Zorn (Wrath) erzeugt indem ganze Nationen aus christlicher Sicht fehlgeleitet werden.

Hier einige Zitate daraus:

Those individuals who are rebuked by God's forsaking wrath are largely responsible for God's consequential wrath on our nation.

### C. A SENSATION TOWARD HOMOSEXUALITY (vv. 26–27)

For this reason God gave them over to degrading passions; for their women exchanged the natural function for that which is unnatural, and in the same way also the men abandoned the natural function of the woman and burned in their desire toward one another, men with men committing indecent acts and receiving in their own persons the due penalty of their error.

Indicative of forsaking wrath is a proclivity toward lesbianism and homosexuality.

Siehe: [Is God Judging America Today?](http://capmin.org) by Ralph Drollinger ([capmin.org](http://capmin.org))

Zuguterletzt möchte ich noch darauf hinweisen, dass der Glaube an forsaking wrath (Im Zorn aufgeben) und consequential wrath (wir ernten was wir sähen) sehr stark auch dem buddhistischen Glauben an Karma entspricht. Auch im Buddhismus lehren wir dass wir ernten was wir sähen. Aufgrund welcher Wesenheit (Gott, Dämon, ...) dies geschieht, dass wir ernten was wir sähen, ist dabei für uns Buddhisten erstmal zweitrangig. Außerdem möchte ich darauf hinweisen, dass Homosexualität bestimmt nicht die einzige karmische Ursache dafür war, dass wir Covid-19 erleben mussten. Auf meiner Webseite [www.laendlekurs.com](http://www.laendlekurs.com) mache ich in einem interaktiven Text – Adventure weitere Gründe bekannt die aus meiner Sicht karmisch dazu geführt haben dass wir den Corona Virus hatten.

Das Wesentlichste aus meiner Sicht ist die Umkehr, die Heilung, die Hilfe anderen gegenüber damit diese kranke Gesellschaft auch wieder gesund werden kann.

Fast genauso wesentlich ist es, dass wir keinen Hass (das nächste Geistesgift) auf jene gesellschaftlichen Phänomene aufbauen, die wir wie in diesem Text vor Augen geführt als Verblendung erkennen. Hass (die stärkere Form von Ablehnung), Gier und Verblendung jagen sich sonst im Kreis während ein Höllendämon die Menschen mit derartigen Gefühlen in den karmischen Abstieg zieht. Wir sorgen aus Mitgefühl heraus für Klarheit im Geist bezüglich der Werte.

22. July 2024

in

Buddhismus, Christentum

by

Bernhard Maehr

Tags:

## Comments

2 responses to “Auf den Kopf gestellt”



Bernhard Maehr

29. July 2024

Die Eröffnungszeremonie der olympischen Spiele 2024 zeigt wie LGBTQ mit einer Drag Queen das letzte Abendmahl der Christen verspottet. Es zeigt recht schön den Krieg den LGBTQ gegen unsere konservativen Werte führt.

Jedoch gilt sowohl im Christentum wie auch im Buddhismus das Prinzip, dass geerntet wird was gesät wird. Die LGBTQ Bewegung lädt sich mit derartigen Aktionen schlechtes Karma auf und dieses Karma wird zur Wirkung gelangen.

[Reply](#)



Bernhard Maehr

29. July 2024

Paris wird von massiven Stromausfällen heimgesucht. Im Internet gibt es vereinzelt Personen die diese Stromausfälle bereits nach dem Prinzip dass Gott nicht verspottet wird sehen (also als Folge des Karmas für den Spott auf das letzte Abendmahl). Können wir das auch als Warnung verstehen derartige Zeremonien zu unterlassen? Hat die LGBTQ Bewegung den Bogen überspannt? Mit achtsamem Verhalten hat eine derartige Show jedenfalls nichts zu tun. Mögen die Menschen zur Vernunft kommen.

[Reply](#)

## Heilsame Wurzeln

Es gibt drei heilsame Wurzeln: Liebe (das Gegenteil von Hass), Gebefreudigkeit (das Gegenteil von Gier) und Weisheit (das Gegenteil von Verblendung).

Weisheit entsteht wenn wir Wissen zur Anwendung bringen. Sammeln wir nur Wissen an ohne es zu nutzen so praktizieren wir eine spirituelle Umgehung. Menschen mit einer spirituelle Umgehung wirken oft so, dass sie nicht mehr erreichbar sind, sie sind abgehoben weil sie in ihrem eigenen Leben das gar nicht

umgesetzt haben was sie wissen oder vorgeben zu wissen. Dann sind diese Menschen nicht authentisch und das merkt der Gesprächspartner auch sofort.

Aus diesem Grund war es mir auch so wichtig nicht nur zu wissen dass man sich nicht identifizieren soll sondern meinerseits auch durch Taten dafür zu sorgen, dass Identifikationen aufgelöst werden können und das Loslassen geschehen kann. Mein Projekt die letzten Wochen mitsamt dem Umzug bringt einen Lebenswandel mit sich, auch ich konnte feststellen dass mein Außen nicht mehr zum Innen passt. Gleichzeitig merken es auch meine Gesprächspartner wenn sie erklären wir würden strahlen – es hat sich definitiv wieder etwas verändert.

Lassen wir also mehr von den heilsamen Wurzeln in unser Leben.

---

Posted

23. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

## **Verständnis als Ressource**

Wir alle erleben Krisen und wir alle machen Fehler. Manche Zeiten waren für uns schwer. Wenn wir auf diese Zeiten zurückblicken können und Verständnis für uns selbst, für unser damaliges Verhalten, für unser damaliges Sein entwickeln können kann uns das im Hier und Jetzt eine große Ressource sein. Wir nehmen dadurch nur uns selbst und nicht alle Widrigkeiten und Umstände mit in den Raum unseres Geistes. Dieses Sein damals wie heute schält sich aus dem was verstrickt war in die Umstände, je besser wir uns selbst verstehen und Verständnis aufbringen desto exakter und besser wird unser Beobachter. Der Berater der wir selbst sind wird mit besserem Verständnis bessere Tipps geben können in weiteren Situationen in denen wir uns wiederfinden. Wir haben eine Haltung basierend auf dem Verständnis unseres Wesens die optimal zu uns passt.

Wenn wir dieses Verständnis als Ressource aufbauen legen wir auch jenes ab das uns von anderen, von Medien, von der Gesellschaft aufgedrückt wurde als Erwartung so oder so zu sein aber was uns im Verständnis innerlich widerstrebt.

Genau diese Arbeit machen viele auch wenn sie sich an die Prägungen aus der Kindheit heranwagen oder überprüfen wie stark diese Zeit ins Hier und Jetzt hineinwirkt. Oft sind hier fremde Energien in uns wirksam gewesen und wir

wissen instinktiv dass sich schlussendlich immer unsere eigene Energie durchsetzt. Obwohl sich unsere eigene Energie durchgesetzt hat verbleiben dann oft Reste im Außen die einfach historisch so entstanden sind und von denen wir uns nicht vollständig trennen. Dabei können wir mit dem Innen und dem Außen arbeiten.

Ist unser Innen geordnet und so wie wir uns das Innen vorstellen aber das Außen ist im Chaos, dann bringen wir doch Ordnung in das Außen. Ist unser Außen geordnet aber das Innen gerät ins Chaos dann hilft uns ein geordnetes Außen auch wieder die Ordnung ins Innen zu bringen. Optimal ist ein geordnetes Innen das zu einem geordneten Außen passt. Problematisch wird es wenn sowohl Innen als auch Außen ins Chaos stürzen. Also können wir im Außen vorsorgen, verstehen wir was uns im Außen gut tut und schaffen wir gezielt diese Ressource.

Das Verständnis ist der Schlüssel zu dieser wertvollen Ressource, wir dürfen uns nichts vormachen. Wo sind unerledigte, nicht integrierte Restenergien im Innen oder im Außen die einen Film auslösen den man am liebsten nur wegsperrt?

Wollen wir an den Film erinnert werden? Ist die Tasse voll und wir bräuchten eigentlich eine leere Tasse für einen Neustart? Haben wir vor ein neues Ufer zu betreten aber lassen am alten Ufer gar nicht los? Meditiert über diese Frage.

Aus der Meditation über die Frage "Wie will ich leben?" ergibt sich die Antwort für das Innen und auch für das Außen. Möge dieses Licht euch zu den richtigen Entscheidungen führen, auch im Umgang mit dem was euch täglich umgibt.

---

Posted

24. July 2024

in

Universelles Licht

by

Bernhard Maehr

Tags:

## **Der Medizin Buddha**

Teyata OM Bekandze Bekandze Maha Bekandze Radza Samud-Gate Soha

Teyata: auf diese Art

OM: der Urlaut

Bekandze Bekandze: Schmerz beseitigen (auf allen drei Ebenen)

Maha Bekandze: die große Schmerzlinderung

Radza: König

Samud-Gate: bis zum höchsten, zum weitesten, zum tiefsten weitergehen

Soha: Widmung, Lobpreis, Ehre

---

Posted

25. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

## **Vier Mittel für das Speicherbewusstsein**

Das Speicherbewusstsein hält die Eindrücke, die zu späterem Leiden in diesem Leben, nach dem Tod oder in künftigen Leben führen werden. Auf dem kleinen Weg gibt es vier Mittel das Speicherbewusstsein von diesen Eindrücken zu befreien. Dadurch kommen die Samen die sonst weiteres Leiden in unser Leben bringen nicht mehr zur Geltung. Hier die vier Mittel zur Durchführung:

- (1) Bedauere, dass du irgendetwas Schädliches das zu Leiden geführt hat getan, gesagt oder gedacht hast.
- (2) Wünsche, den Geist von diesen schädlichen Eindrücken zu befreien.
- (3) Entscheide, das Leidbringende nicht zu wiederholen.
- (4) Versuche das entstandene Leid durch Anwendung von Gegenmitteln bewusst umzukehren.

Die Ursache des Leids ist immer die Unwissenheit. Diese Unwissenheit rührt vom Geist selbst her. Die Unwissenheit als falsche Anschauungen verschleiert den ansonsten klaren Geist. Durch die Einsicht und das Vergleichen der eigenen Einstellung mit den Lehren Buddhas wird der Weg erkannt aus dem Kreislauf der störenden Gedanken, Worte und Taten. Mögen alle fühlenden Wesen den Weg aus dem Leiden heraus finden, ihn beschreiten und wahres Glück erleben.

---

Posted

26. July 2024

in

Buddhismus

by  
Bernhard Maehr

## Identifikation auflösen

Mein Projekt nähert sich dem nächsten wesentlichen Schritt. In der Wohnung am Hauptwohnsitz wurden beinahe alle Möbel zerlegt. Alles wird in Schachteln verpackt. Einzig die Eckbank mit dem Küchentisch und das Bett sind noch aufgebaut. Diese beiden Möbel und die letzten in Schachteln zu verpackenden Reste sind mein Programm für dieses Wochenende. Danach kann mit diesem Fokus der LKW alles zu transportierende ins Lager fahren. Der in der Wohnung verbleibende Rest wird dann entsorgt. Danach steht die Wohnung leer.

Mit dieser leeren Wohnung wird auch die Identifikation mit der Wohnung aufgelöst. Viele der Erinnerungen die wie Filme auftauchen wollten wurden effektiv in eine Schublade transferiert zur späteren Aufarbeitung. So hindern diese Filme mich nicht bei meiner Aufgabe. Die Handlung kommt aus der wohlüberlegten Kontemplation dass zu viel Identifikation mit dieser Wohnung ungewollt das Voranschreiten behindert. Was mit dem Erkennen der Vergänglichkeit begann läuft nun als Projekt seit Wochen und nähert sich seinem Endtermin. Im August wird geplant der Vergänglichkeit mit Maler, etc. entgegengewirkt und die Wohnung wieder auf Vordermann gebracht.

Danach steht sie geplant für einen anderen Bewohner auf Miete bereit zum Einzug. Das neue, einfache Leben ist bereits vorbereitet. In Phase zwei werde ich dann das Lager überarbeiten. Dort wird dann aussortiert welche Dinge tatsächlich weiterhin benötigt werden für das Leben. Man sammelt so viel Zeug an das für das Leben nicht notwendig ist. Wozu schleppen wir alle diese Dinge weiter mit uns herum? Die Aufräumaktion im Außen ist lange überfällig und tut gut.

So bewegt sich das Außen nun zu dem was mein neues Innen ins Außen transportieren will. Das alte Ufer wurde dann losgelassen damit das neue Ufer erreicht werden kann. Ein aufgeräumtes Außen wirkt wie ganzjähriger Urlaub.

---

Posted  
27. July 2024  
in  
Buddhismus  
by  
Bernhard Maehr

## KW 30 / 2024

Es ist Sonntag, Zeit die Woche zusammenzufassen und die Essenz ins Herz rutschen zu lassen. Was haben wir diese Woche gelernt und vor allem umgesetzt?

Wir wissen nur das umgesetzte Wissen ist Weisheit. Wir ertrinken in Informationen aber verdursten ansonsten wegen fehlender Weisheit.

Am Montag haben wir uns mit den Werten auseinandergesetzt. Es lohnt sich über Werte zu kontemplieren und Werte zu bewahren. Ich habe auch meine konservative Haltung vermittelt die ich seit Jahrzehnten bewahre. Diese Haltung ist begründet in den Religionen, zunächst des Christentums aber auch des Buddhismus. Nur weil ich Buddhist geworden bin habe ich nicht alles aus dem Christentum verlernt oder über Bord geworfen. Es ist genauso ein Teil von mir.

Am Dienstag haben wir uns mit den heilsamen Wurzeln auseinandergesetzt. Im Unterschied zu den Geistesgiften sind sie die drei Gegenteile der Geistesgifte und führen uns zum Glück im Leben und in der Verbindung zu anderen Menschen.

Am Mittwoch haben wir uns mit dem Verständnis, vor allem auch mit dem Verständnis für uns selbst befasst. Dieses Verständnis ist eine starke Ressource auf die wir zugreifen können. Wir müssen diese Ressource allerdings zunächst aus den Umständen unserer Vergangenheit herauschälen damit sie ein Teil von uns werden kann. Danach haben wir das Verständnis und die Lerneffekte integriert.

Am Donnerstag haben wir uns das Mantra des Medizin – Buddha angesehen und die Übersetzung dieses tibetischen Mantras. Der Medizin – Buddha kann uns begleiten bei dieser Aufgabe der Heilung und Genesung aus alten Lasten.

Am Freitag haben wir uns vier Mittel angesehen um das Speicherbewusstsein aufzuräumen. Die negativen Erlebnisse aus dem Speicherbewusstsein können wir aus unserem Geist herausreinigen indem wir diese vier Mittel anwenden. Dann können sie uns in der Zukunft kein Leid mehr bescheren. Der Weg zur buddhistischen Erleuchtung lebt auch davon gute Eindrücke in den Geist zu setzen und die negativen Erlebnisse aus der Vergangenheit aufzuarbeiten.

Am Samstag ziehe ich erneut Résumé über die selbst gewählte Aufgabe die Wohnung am Hauptwohnsitz nach 15 Jahren aufzugeben und diese letzte festgestellte Identifikation abzulegen. Alte Filme können in eine Schublade gepackt werden von wo aus sie aufgearbeitet werden. Für diese Aufarbeitung verwenden wir die Ressourcen die uns zur Verfügung stehen und vielleicht

ergeben sich dadurch neue Ressourcen die uns zu Ruhekraft und Stressresistenz, also Resilienz verhelfen. Mögen alte Wunden heilen und neue Kraft entstehen.

---

Posted

28. July 2024

in

Buddhismus

by

Bernhard Maehr

## **Moringa-Oleifera**

Habt ihr schonmal von Moringa gehört? Warum ist Moringa so unbekannt?

Der Verkauf aller Formen von Vitaminen und Mineralien für die Verbesserung der Gesundheit ist ein großes Geschäft. Wenn sie ein Unternehmen haben, das hunderte von unterschiedlichen Vitalstoffpräparaten verkauft, warum sollten sie ein Produkt verkaufen, das in der Lage ist, alle anderen zu ersetzen?

Quelle: Prof. Louis M. De Bruin PhD, Internationalresearch – Moringa Tree Of Life (rezitiert aus Moringa – Sie nennen ihn den Wunderbaum, S. 28 von Anja Feyerherdt und Uwe Brose

Kein anderes Nahrungsmittel, Getränk oder Öl, nicht einmal das uns wohlbekannte wertvolle Olivenöl, kann dem Körper, der Haut oder den Haaren auch nur annähernd so viele Nährstoffe, Vitamine, Mineralien, Aminosäuren, Öle und Antioxidantien für eine natürliche bioaktive und erfolgreiche Gesundheitsprävention mit den ungemein wichtigen Provitaminen zur Verfügung stellen wie der Moringabaum!

Quelle: Der Wunderbaum MORINGA von Erwin G. Bruhns und Hans-Peter Zraggen

In Indien werden Patienten, die ernste gesundheitliche Probleme haben, in Krankenhäusern mit Moringa behandelt. Moringa ist auch Hoffnung für die dritte Welt. 25 Gramm Pulver aus den Blättern des Moringabaumes können den Tagesbedarf eines Kindes decken und damit sein Überleben sichern.

Moringa und Moringaöl gehört eigentlich auch in jeden Medzinschrank.

Der Moringabaum enthält doppelt so viel Proteine wie Soja, siebenmal so viel Vitamin C wie Orangen, viermal so viel Vitamin A wie Karotten, dreimal so viel Eisen wie Spinat, viermal so viel Kalzium wie Milch, dreimal so viel Potassium und Kalium wie Bananen sowie eine große Menge an natürlichen Chlorophyll und einen hohen Anteil an gesundheitsfördernden Omega-3-Ölen.

Eine Freundin hat sich einmal einen Finger verstaucht. Ich gab etwas Moringa Öl auf die Stelle und innerhalb weniger Stunden als das Öl eingezogen war sind die Schmerzen verschwunden und es gab keine Bewegungsprobleme mehr mit dem verstauchten Finger. Moringa-Oleifera gehört zu der Ayurveda – Medizin.

So möge die Wiederentdeckung des alten Wissens – der Vitamingeschenke von Mutter Natur geschehen. Möge Moringa-Oleifera euer Wohlbefinden steigern.

---

Posted

29. July 2024

in

[Universelles Licht](#)

by

Bernhard Maehr

Tags:

## Comments

One response to “Moringa-Oleifera”



Marco Aversente

[29. July 2024](#)

Sehr gute Post...Schön das wir Jetzt das kennen.

## Meditation im Schatten

Wenn es so heiß ist müssen wir aufpassen, vor allem wenn wir schon etwas älter sind. Zunächst gilt die goldene Regel viel zu trinken, am Besten Wasser.

Zumindest ich bekomme bei Stress und Hitze auch gerne Kopfweg. Das liegt meist an den Verspannungen im Nackenbereich und dem ausgelaugten Körper.

Weil uns die Hitze zusetzt wählt man für die Meditation am Besten ein schattiges Plätzchen an dem idealerweise eine kühle Brise weht. Durch eine

Nackenmassage und anschließender Medizin – Buddha – Meditation an einem solchen Platz habe ich mein Kopfweg auch schon wegbekommen. Das funktioniert, weil die Massage schon die Muskeln lockert und entspannt und die Meditation zur weiteren Entspannung zusätzlich beiträgt. Das Kopfweg kommt von dem verspannten Nackenmuskel, diese Verspannungen ziehen vom Nacken bis in den Kopf.

Wir müssen also nicht immer alle Schmerzen sofort mit Schmerzmittel bekämpfen. Die regelmäßige Bekämpfung mit Schmerzmittel hat auch Nachteile. So wirkt zum Beispiel Aspirin wenn wir es ständig einnehmen irgendwann nicht mehr gegen Kopfschmerzen. Der Körper hat sich zu stark an das Mittel gewöhnt.

Schmerzmittel bekämpfen auch nicht die Ursache wie die Verspannungen sondern nur die Symptome. Deshalb kehrt das Kopfweg bei anhaltenden Verspannungen auch wieder zurück sobald das Schmerzmittel nachlässt.

Das Mantra für den Medizin – Buddha findet ihr auf folgendem Blog – Beitrag: [Der Medizin Buddha – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](https://earthlykingdom.org/der-medizin-buddha)

Möge euch die Meditation im Schatten wohl tun und euch die Frische im Körper und im Geist zurückgeben. Gerade jetzt in den heißesten Sommertagen ist diese Entspannung und Befreiung vom Stress heilsam und kann bei älteren Menschen sogar den Krankenwagen ersparen. Ältere Menschen haben oft Probleme mit der Hitze, auch weil der Kreislauf nicht mehr mitspielt. Gönnst euch also diese Auszeit.

---

Posted

30. July 2024

in

[Buddhismus](#)

by

Bernhard Maehr

## Lichterkette des Juli

Wieder ist ein Monat um. Heute ist der letzte Tag des Juli 2024. Wie immer wird auch für den Juli eine Lichterkette erzeugt um das Licht leichter weitergeben zu können. Ihr findet die Lichterketten auf: [Das Licht weitergeben – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](https://earthlykingdom.org/das-licht-weitergeben).



Bis Mitte August habt ihr noch Zeit eure Kommentare zu ergänzen die mit meinen Texten zusammen in der Lichterkette des Juli landen werden. Danach werden die Texte von mir zusammengestellt und in ein PDF für den Monat gepackt.

Wir hatten diesen Monat auch einige geistige Begegnungen mit Politik und Gesellschaft auf diesem Blog. Es waren historische Ereignisse wie Das Attentat auf Trump – Blog: Daily Light (earthlykingdom.org) oder Die Rede von Trump – Blog: Daily Light (earthlykingdom.org) direkt nach dem Attentat. Spirituell verankerten wir die getroffenen Vorhersagen wie in 2029 oder 2049 – Endzeit – Blog: Daily Light (earthlykingdom.org) beschrieben. Für diese Endzeit gilt für Christen auch, dass wir uns eben nicht zu dieser LGBTQ Bewegung geistig dazusetzen sollten die öffentlich über das Christentum spottet wie es zuletzt in der Eröffnungsfeier der Olympischen Spiele eindeutig erkennbar war. So sagt Psalm Kapitel 1 in der Bibel:

Wohl dem, der nicht wandelt im Rat der Gottlosen[1] / noch tritt auf den Weg der Sünder noch sitzt, wo die Spötter sitzen

Psalm Kapitel 1-1, Bibel

Auch für Buddhisten ist es ein Zeichen von Achtsamkeit Distanz zu derartigem Verhalten zu bewahren und nicht mitzumachen. Wir erkennen dass LGBTQ in der Gesellschaft für sich ständig die Toleranz fordert, andererseits keine Achtsamkeit für einen Großteil der Bevölkerung übrig hat. Ein solches Verhalten zeugt von einer gewissen Blindheit und Verblendung denn das Prinzip des Spiegels wurde nicht erkannt. Die Gesellschaft wird der LGBTQ Bewegung für ihren Spott keine

Toleranz zurück spiegeln, stattdessen wird LGBTQ die Wirkung des Karma erfahren oder wie Christen sagen: Gott lässt sich nicht spotten.

Über diese Kriegserklärung gegen die Vertretung der konservativen Werte habe ich bereits am 22. Juli 2024 den Artikel [Auf den Kopf gestellt – Blog: Daily Light \(earthlykingdom.org\)](#) verfasst. Wir setzen uns einfach nicht in dieses Boot.

Dies waren die Highlights auf diesem Blog im Juli. Dieser Blog wird sich ansonsten eher auf buddhistische und spirituelle Themen fokussieren und Politik und Gesellschaft nur am Rande erwähnen. Im Monat Juli war die historische Bedeutung dessen was offensichtlich erkennbar ist zu groß um sie zu ignorieren.

Möge auch der kommende August viele Highlights für uns bereithalten. Möge der Diamant unseres Geistes erstrahlen und möglichst viele den heilsamen Weg für sich entdecken. Und möge die Vision von Sihing Marco Erfüllung finden.

---

Posted

31. July 2024

in

[Universelles Licht](#)

by

Bernhard Maehr

Tags:

## Comments

One response to “Lichterkette des Juli”



Bernhard Maehr

4. August 2024

Offenbar sehen das noch mehr Menschen so, dass man sich nicht in dieses Boot der Gottlosigkeit setzen sollte und berücksichtigen Psalm 1-1 der Bibel. Das erwartbare Karma nimmt mit #boycottolympics langsam richtig an Fahrt auf. So zum Beispiel auch durch die Entscheidung von C Spire.

C Spire, ein Technologie- und Telekommunikationsunternehmen hat aufgrund dieser Eröffnungszeremonie beschlossen ihr Werbe – Sponsoring für die olympischen Spiele einzustellen.

Siehe auch:

<https://www.foxbusiness.com/technology/what-c-spire-company-pulled-olympic-advertising>

Für mich ist es völlig unverständlich wie man sich für eine derartige Show entscheiden konnte. Es ist nicht fair den Sportlern gegenüber.