

Jürgen Schröter

# Emotionale HEILUNG nach Brandon Bays (aus „The Journey“)

„Dies ist eine Einladung zur Freiheit,  
eine Landkarte für die Seele.  
Sind Sie bereit zu fliegen?“ (S. 9)

Ich würde dieses Buch gerne in den nur höchst möglichen Tönen ausloben ... alleine mir fehlen dazu die Worte! ES IST EIN SEGEN! Mir sind viele Bücher über HEILUNG bekannt – das Buch von Brandon Bays „setzt alles in den Schatten“ (nein, die Worte stimmen nicht; ich sollte jeden Vergleich bleiben lassen!).

Brandon Bays arbeitet schon Jahre im Bereich ganzheitlicher Gesundheit und Heilung, bis sie plötzlich feststellt, dass der anwachsende Bauch nichts anderes als ein Tumor ist, der inzwischen schon die Größe eines Basketball angenommen hat. SOFORTOPERATION! sagt die Ärztin – NEIN, das schaffe ich so, bekomme ich in Griff, die Antwort von Brandon Bays. Sie gibt sich 4 Wochen. Nach 4 Wochen ist der Tumor (durch alle möglichen Hilfen aus der Naturheilkunde) auf die Größe einer Honigmelone geschrumpft. Die Ärztin ist nicht zufrieden, will immer noch operieren. Brandon Bays geht ihren sanften und selbstbestimmten Weg weiter. Sie will ihren Tumor vollständig auflösen. Sie hat auch schon die gefesselte EMOTION erkannt, die den Tumor manifestiert.

Wie aber diese Emotion befreien? Ihre mentalen Techniken haben noch nicht den gewünschten Erfolg gebracht. Da erinnert sie sich an die Antwort einer spirituellen Lehrerin auf die Frage hin: **„Was mache ich, wenn ein intensives Gefühl bei mir hochkommt – wie kann ich darin Frieden finden?“**

„Bleib einfach ganz präsent. Lass das Gefühl vollkommen zu. Heiße es willkommen. Lauf nicht davon, wenn ein negatives Gefühl auftaucht; geh nicht zum Kühlschrank, um es mit etwas Essbarem zuzudecken, schalte nicht den Fernseher ein, um dich abzulenken, rufe nicht irgendwelche Freunde an, um die Energie zu zerstreuen, indem du darüber redest. Halte einfach inne und lass dich FÜHLEN, was da auftaucht. Sei ganz präsent in diesem Gefühl. Wenn du nicht versuchst, dich von dem Gefühl abzulenken,

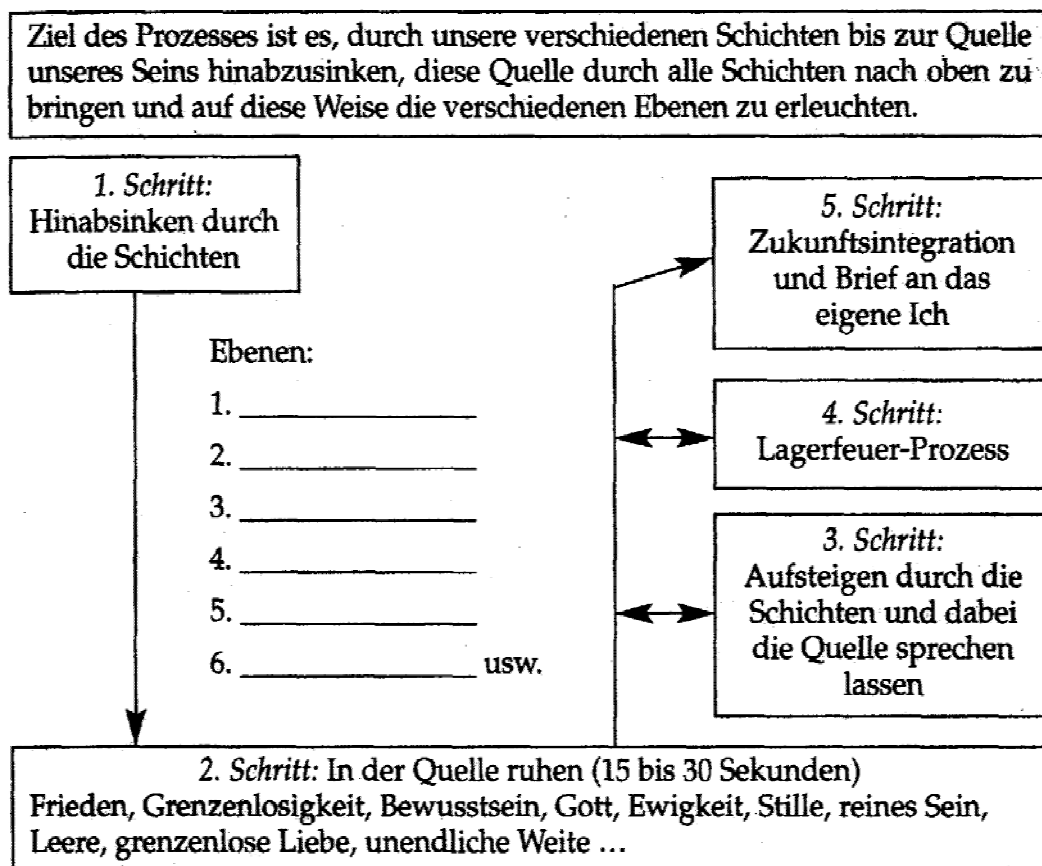
es zu verdrängen oder, schlimmer noch, es jemand anderem aufzuhalsen, wenn du ganz still bleibst und das Gefühl wirklich zulässt – dann wirst du im tiefsten Kern dieses Gefühls Frieden finden. Wenn du also ein intensives Gefühl verspürst, dann lass es einfach zu – lauf nicht weg. **HEISSE ES WILLKOMMEN.**“ (S. 84)

Das ist der KERN der Heilung blockierter Emotionen: Willkommen heißen! “Was für eine radikale Idee!” Es ganz konträr zum positiven Denken und dem “Der Geist ist stärker ...”. Brandon Bays hat auf diese Weise nach 6 Wochen ihren Tumor total zum Verschwinden gebracht.

Sie hat diese Methode dann so fasziniert, dass sie diese auch mit anderen erprobt und zwei Prozesse entwickelt hat: die **EMOTIONALE** Reise im Umgang mit aktuell heftigen Emotionen und die **KÖRPERLICHE** Reise im Umgang mit manifesten Krankheiten. Ihr Ansinnen war es, **THE JOURNEY** so einfach zu machen, dass es von jedem leicht erlernbar ist. Das Buch ist ein gelungenes Dokument dieser Vision!

## Übersicht über den emotionalen Prozess („emotional journey“):

Brandon Bays stellt den Prozess in 5 Schritten dar (S. 240):



1. Aus dem aktuellen emotionalen Schmerz sich **in immer tiefere emotionale Schichten fallen lassen**. Schicht für Schicht tauschen Menschen auf, die mit dem ursprünglichen Schmerz in Verbindung stehen. Oft wartet vor der QUELLE noch ein schwarzes Loch und es bedarf des Mutes, sich weiter fallen zu lassen. (Diese „Abstiegs-Phase“ kann schon in 15 Minuten abgeschlossen sein.)
2. Die **QUELLE** (Frieden, Grenzenlosigkeit, Bewusstsein, Gott, Ewigkeit, Stille, reines Sein, Leere, grenzenlose Liebe, unendliche Weite ...) erfahren und in ihr 15 - 30 Sekunden ruhen.
3. Die einzelnen Schichten wieder aufsteigen und die QUELLE die jeweilige Schicht während des **Aufstiegs** rein waschen lassen.
4. Im **Lagerfeuerprozess** kommen das jüngere Ich, das gegenwärtige Ich ein geistiges Wesen als MENTOR (Heiliger, Weiser) und nun auch alle Personen, die in diesem Abstiegsprozess involviert waren. Die am Lagerfeuer sitzenden Personen sprechen miteinander bis zu einer **vollständigen Vergebung** kommt.
5. Der Prozess wird durch den **Integrationsprozess** abgeschlossen. Dabei wird die künftige gesunde Entwicklung vorausgeschaut und geklärt, wie das Ich sich jetzt, in einer Woche, einem Monat usw. fühlt. Am Ende schreibt das zukünftige Ich einen Brief an das aktuelle Ich, um ihm noch ein paar Tipps auf dem Weg in die Emotionale Freiheit zu geben.

Das Buch enthält im Anhang eine **sehr präzise Anleitung**, um diesen Prozess der emotionalen Befreiung mit einem Partner durchzugehen.

Ich möchte noch ein paar **Zitate von Brandon Bays aus dem Buch** anführen.

### **Wie Brandon Bays den Prozess (The Journey) selbst bewertet:**

Ich stand davor, eines der größten Probleme meines Lebens anzugehen - meine Identität zu erforschen, herauszufinden, was mich antrieb, und - mehr noch - herauszufinden, was im Kern dieses Problems verborgen war. (S. 90)

Ich finde es verblüffend, wie wir diese alten emotionalen Muster in unserem Inneren speichern und dann mit unterschiedlichen Personen wieder und wieder durchspielen. Das gleiche Thema, nur andere Mitwirkende! Und doch scheinen wir nie den Schmerz loszuwerden oder die Lektion lernen zu können; wir lassen nur die alten Muster immer wieder ablaufen. (S. 110 f.)

Spirituelle Transformation ist eine innere Reise - sie ist der persönliche Weg der Seele, zu lernen und loszulassen, und es ist etwas, das man auf sich allein gestellt erleben muss. (S. 54)

Beim Journey-Prozess geht es nicht darum, den Schmerz auszudrücken, sondern um die Emotionen lange genug zu fühlen, um sie zu schmecken, und dann auf die nächste Schicht hinabzugleiten, bis man schließlich alle Schichten durchlaufen hat und bei der Quelle angelangt ist. (S. 133)

Und was noch wichtiger war, ich wollte nicht, dass die Teilnehmer nach Hause gingen und dachten, bei meiner Heilung sei es um einen Sieg des Geistes über die Materie gegangen - denn das war es definitiv nicht. Vielmehr war es eine Entdeckungsreise, bei der ich mich hingab, die Kontrolle aufgab, losließ und Heilung zuließ. Und mein Geist oder mein Verstand hatten so gut wie nichts damit zu tun! (S. 68 - 69)

Nun, es ist nicht die Person, sondern der *Prozess*, der funktioniert! ... Aber weder du noch Ruth sind hier die entscheidende Instanz; es ist Sache der unendlichen Intelligenz in ihrem Körper, die tatsächliche Heilung zu bewirken. Ihr beide werdet einfach nur Teilnehmer bei dem ganzen Prozess sein. (S. 123)

Um mit anderen zu arbeiten, genügt es nicht, den Prozess einfach nur zu *machen*, Sie müssen der Prozess *sein*, ihn zu leben. Dann ist es für andere leicht, ihn von Ihnen zu übernehmen. (S. 134)

## Die Erfahrung der QUELLE und wie dies ihr Leben verändert hat

Dieser Hunger, herauszufinden und zu wissen, wer man wirklich ist, ist für mich der tiefste Hunger, den es gibt, ein Hunger wahrhaft göttlicher Art. (S. 192)

*Ich war dieser Frieden.* Ich war in meine eigene Seele gefallen. Und meine Seele ist alles, was ist. Ich fühlte mich grenzenlos, unbeschränkt, ewig, zeitlos - ich hatte das Gefühl, als ob das, was ich war, über die Grenzen des Universums hinaus ging, wobei sich das ganze Leben in mir abspielte. (S. 94)

Warum sollte ich die Liebe von anderen Menschen suchen, wenn ich doch erkannt hatte, *dass ich Liebe bin?* (S. 96)

„Wenn du einen Schritt auf die Gnade zugehst, wird sie tausend Schritte auf dich zugehen.“ (S. 118)

Sehr oft haben Menschen dabei eine solch tiefgreifende Erfahrung der Quelle, dass viele alte Gewohnheiten und begrenzte Glaubenssätze spontan wegfallen, ohne dass die Betroffenen bewusst daran arbeiten müssen. Je mehr sie mit ihrem wahren Selbst in Kontakt kommen, desto schneller werden die alten, destruktiven Muster überholt und unnatürlich. (S. 170)

Meine eigene Erfahrung ist die, dass nach dem ersten Erwachen zu dem, wer wir in Wahrheit sind, die Quelle uns sozusagen 'ruft'. Sie wird Sie einfach nicht in Ruhe lassen! Wenn Sie einmal nach Hause gekommen sind, ruft Ihr Zuhause wieder und wieder nach Ihnen. Die Wahrheit ruft Sie zu sich selbst, bis Sie sich schließlich so vollkommen in sie verlieben, dass Sie nicht länger bereit sind, irgendetwas zu tun, das Sie von ihr fernhalten würde. (S. 181)

Mein Herz fühlt sich eindeutig dazu hingezogen, auf der Seelenebene zu arbeiten. (S. 102)

Also hörte ich eine Weile auf, persönliche Beratung zu geben. Bis ich eine Möglichkeit fand, anderen eine anhaltende Erfahrung ihres wahren Selbst zu vermitteln, hatte ich das Gefühl, den Menschen nicht auf der tiefsten Ebene ihres Seins helfen zu können. (S. 82)

## Mein Kommentar:

Gerade diese Zitate von Brandon Bays zeigen, dass es bei THE JOURNEY gar nicht so sehr um die Befreiung emotionaler Blockaden und Muster geht, sondern um das Erwecken unserer Seele, damit wir unser Leben aus der Seele führen können - unser wahres, authentisches SELBST zu leben. Das ist der Quantensprung in die neue Zeit.

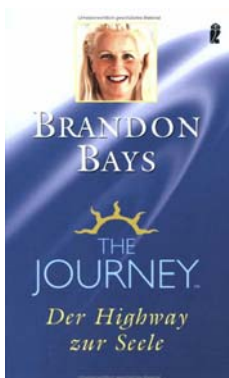
Es ist spirituelle Arbeit par excellence. DANKE, Brandon, dass du uns dieses Werkzeug durch deine mutigen Erfahrungen und Konsequenz im Glauben an unsere göttliche Macht zur Verfügung stellst! Möge es weite Verbreitung finden!



© Jürgen Schröter,  
D-48329 Havixbeck, Gennericher Str. 29

<http://Juergen-Schroeter.de>  
<http://Schwingungssprays.com>

29.1.2012



Meine Buchbesprechung:

<http://Buch-Blog.info/?p=1107>