

Heilungsmeditation für das Bewusstseinsfeld Köln



Am 15. Februar 2008 findet im Altenberger Hof, Mauener Straße 92, in Köln-Nippes, von 19 bis 21 Uhr eine Heilungsmeditation mit Thomas Hübl für das Bewusstseinsfeld Köln statt. Intention ist es, in einer gemeinsamen Meditation mit möglichst vielen Teilnehmern die Wunden des 2. Weltkriegs und den unbewussten Schmerz über diese Zeit – den Schatten in unserem kollektiven Empfinden – in die Bewusstheit zu führen und einen Raum für Integration zu öffnen. Lenken wir das Licht unseres Bewusstseins und unser Mitgefühl in das Feld, in dem wir leben, können wir die Zeichen der Vergangenheit entlasten. Der Schatten der Vergangenheit kann sich zur Kraft des Heute verwandeln: zur Kraft der Verbundenheit aller in Köln lebenden Menschen.

Thomas Hübl, warum findet das zweite Healing-event im Rahmen der Synchronized Humanity Tour in Köln statt? Hat Köln eine besonders „schwere“ Vergangenheit wie Berlin?

Die Synchronized Humanity Tour hat es sich u.a. zur Aufgabe gemacht, kollektive Schatten der Vergangenheit Deutschlands ins Bewusstsein zu heben und einen Raum für Integration zu schaffen. Durch Mitgefühl, Wachheit und Präsenz vieler Beteiligten an den Healingevents kann sich gebundene Kraft lösen und eine neue Basis von Freiheit und Kreativität einstellen. Wir wählen intuitiv kollektive „Akupunkturpunkte“ aus, die sowohl historisch als auch geographisch bedingt für Deutschland eine zentrale Rolle spielen.

Die Geschichte Kölns – insbesondere die 2. Weltkrieg-Vergangenheit – „erzählt“, ebenso wie Berlin, von einer schweren Verwüstung, die einen starken, kollektiven Schmerz mit sich

brachte, der teilweise immer noch unbewusst vorhanden ist. Dies hat uns dazu bewogen, Köln als nächsten Punkt unserer Tour zu wählen.

Was genau geschieht bei einer gemeinsamen Meditation mit dem Bewusstseinsfeld?

Durch eine bewusste gemeinsame Einstimmung beginnt sich das Erleben vieler Menschen zu synchronisieren. Ebenso wie das Unheil der Vergangenheit erst durch den Zusammenschluss von Massen möglich wurde, ist – in Anbetracht des Ausmaßes der Folgen – auch eine kollektive Kraft vonnöten, die sich mit der bewussten Integration des Schmerzes auseinandersetzt. Die gebündelte Kraft von großen Gruppen kann in unserer digitalen Zeit zu einem enormen Heilinstrument werden: Wir als Gesamtheit, aber auch jeder Einzelne können davon profitieren. Die gemeinsame Ausrichtung und die dadurch erzeugte Empathie öffnet uns ein Tor zu einer starken überbewussten Kraft. Der kollektive Fokus bietet Möglichkeiten, unterbewusste Schattenaspekte ins Fühlen zu bringen und somit kann sich Integration vollziehen. Die Tatsache, dass wir uns in einer großen Gruppe treffen, schenkt uns den sicheren Rahmen eines Wir, tiefer in verdrängte Erfahrungen und Empfindungen einzutauchen. Die Synchronisation des Erlebens vieler potenziert den Heileffekt im Sinne einer erhöhten kollektiven Intelligenz.

Ist die Qualität der Veränderung des Bewusstseinsfeldes von der Anzahl der Teilnehmer abhängig?

Je mehr Menschen eine aktive Beteiligung zeigen, desto stärker ist der Effekt hinsichtlich einer kollektiven Heilung. Die Meditation lebt davon, dass jeder Teilnehmer aktiv einen Beitrag zu unserer gemeinsamen Lebensgrundlage leistet. Dies geschieht allein durch Achtsamkeit und eine präsente Teilnahme am Geschehen.

Was bedeutet es für den Einzelnen und die Gruppe, den unbewussten Schmerz des Kollektivs über die Erfahrungen der Vergangenheit zu integrieren?

Durch einen bewussten Zugang zu den Kräften unseres kollektiven Bewusstseins geben wir die Zutaten, die zum Zeitpunkt des Schmerzes nicht oder vermindert vorhanden waren: fühlende Präsenz, Sensitivität und Bewusstheit. Wir alle kennen schockierende Momente unseres Lebens, in denen wir unsere bewusste Sensitivität abschalten, da der Schmerz plötzlich zu groß erscheint. Im Rahmen des 2. Weltkrieges, durch die extremen Lebensumstände, haben viele Menschen ihr emotionales Erleben zugunsten ihres Überlebens verdrängt. Doch all diese Kräfte sind immer noch am Wirken – meist im Reich des Schattens. Viele Menschen haben sich in individuellen Therapien oder Kontemplationen damit beschäftigt, und es ist gewiss einiges an Heilung geschehen. Das Werkzeug eines neuen Wir zu nutzen, um Wachheit, Integration und Freiheit zu unterstützen, scheint der nächste digitale Schritt zu sein: Wir kontaktieren all die Kraft, die noch unter der Oberfläche des Gewahrens schlummert, und steuern unsere Sensitivität und fühlende Präsenz bei.

Unsere Erfahrungen speisen sich durch indivi-



duelles wie auch kollektives Erleben. Jeden Augenblick wirken wir an unserer gemeinsamen Lebensgrundlage mit. Sich dieser Verantwortung erneut bewusst zu werden, kann uns die Augen öffnen, dass die Welt, wie wir sie sehen, häufig von den Filtern der Vergangenheit geprägt ist. Ein neues Sehen schafft die Basis einer neuen Freiheit und Kreativität. Davon profitiert jeder – in seinem individuellen Leben wie auch das Ganze.

Was ist gemeint mit dem Begriff „Synchronized Humanity“? Wie kann jeder in seinem alltäglichen Lebens- und Arbeitsumfeld bewusst zu diesem Feld beitragen?

Transparenz und ein höheres Maß an Wachheit und Verbundenheit in unserem täglichen Leben fördern alle Bereiche: Die Effizienz einer Firma erhöht sich beispielsweise mit bewussterer Kommunikation, somit entsteht ein höherer Grad an Synchronizität. Ebenso erfahren unsere intimen Beziehungen und der Umgang mit unseren Kindern eine neue einzigartige Qualität. Die Heilkraft von Gruppen hängt von der interpersonellen Klarheit, vom Grad des Mitgefühls, von der transzendenten Verbindung und der daraus resultierenden Synergie ab.

Unser Beitrag dazu besteht aus einer immerwährenden Praxis von Achtsamkeit und Einfühlung in unsere Mitmenschen, aus einer authentischen, wahrhaftigen Lebensweise und der Transparenz jedes Augenblicks. Je weniger wir uns vor unseren Mitmenschen verstecken und isolieren, desto höher ist die Intelligenz, die wir gemeinsam verwirklichen können.

Thomas Hübl gibt weltweit offene Abende, Tonings, Workshops und Trainings. Unmissverständlich und klar führt er uns in die Präsenz, in die Wahrheit und Kostbarkeit eines jeden Augenblickes und ermutigt, hinter das Gewohnte zu schauen. Er motiviert, uns von unserer begrenzten Vorstellung von „Ich“ zu verabschieden, um die Freiheit der Schöpfung zu kosten und in die zeitlose Weisheit einzutauchen.

Heilungsmeditation für das Bewusstseinsfeld Köln

15. Februar 2008, von 19 bis 21 Uhr
Einlass ab 18.15 Uhr
Altenberger Hof, Mauenheimer Str. 92
Köln-Nippes
Eintritt frei, Anmeldung ist nicht erforderlich!

Infos unter: www.sharingthepresence.com
koelnmeditation@sharingthepresence.com