

Kurstufe 01 – 2. Tag


Urteilchen-Jahrestraining

UTS Jahrestraining Kurs of K. J. Becker - 01 - Stress-Management

1

Meditation: Kugelbewusstsein

1. Urteilchen-Linse zur Hand nehmen, ggf. reinschauen
2. Sich vorstellen, die Linse wird größer bis man in der Linse ist, spüren, was sich gerade befreit, löst
3. In der Mitte der Kugel bleiben und seine Zentriertheit verankern



Tipp: Zur Förderung von Gruppenprozessen die Linse dabei in die Mitte eines Stuhlkreises legen – es baut sich ein wundervolles gemeinsames Feld auf.

UTS Jahrestraining Kurs of K. J. Becker - 01 - Stress-Management

2

5 große Themen



UTS Jahrestraining Kurs of K. J. Becker - 01 - Stress-Management

3

Eigener Bewusstseinszustand und Stress-Management

UTS Jahrestraining Kurs of K. J. Becker - 01 - Stress-Management

4

Die Bedeutung des eigenen Bewusstseinszustandes

Ihr Zustand entscheidet

- Der Uri ist ein Bewusstseinsinstrument, bei dem das Bewusstsein des Anwenders Teil seiner Funktion ist!
- Er ist ein Werkzeug, das einer Führung bedarf, wie das Lenkrad eines Autos (INTENTION).
- Ihre feinstoffliche Energie (Aura) wirkt wie ein Bio-Transmitter und wird vom Urteilchenstrahler mit verarbeitet (Zweifel/Hingabe)
- Jede Bestrahlungs-Info steht jetzt und später *genau in der Form* zur Verfügung, wie Sie sie hinein gegeben wurde. haben.

Grundparameter

- Die höhere Ebene determiniert die niedere.
- Aber auch: Die größere Intensität, Klarheit, Konzentration determiniert die Kleinere.
- Stress blockiert die Arbeit mit dem Uri

UTS Jahrestraining Kurs of K. J. Becker - 01 - Stress-Management

5



Vermeintlicher Eustress ist ebenso gefährlich wie Distress



Vermeintlicher Eustress = Hans Guck in die Luft

- Rosarote Brillengläser
- Machbarkeitswahn (Uri)
- Respektlosigkeit gegenüber den Grenzen anderer
- Ausübung von Gewalt
- Urteile über weniger Begünstigte
- Übersehen von Details
- Vermeintlicher Eustress = aufgesetzte Euphorie; wahrer Eustress = im Fluss

Distress= Mäuserich-Bewusstsein

- Graue Brillengläser
- Tunnelblick
- Unterschätzen der eigenen Möglichkeiten
- Opferbewusstsein
- Chancen werden nicht genutzt
- Überlebenskampf
- Idolisierung von besser Begünstigten/Geld etc.
- Verrat am Selbst...

UTS Jahrestraining Kurs of K. J. Becker - 01 - Stress-Management

6

Undurchlässige Ansichten erkennen

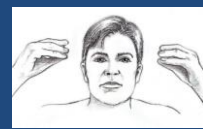
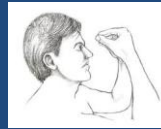
„Zur Schulung der inneren Wahrnehmung ist es sinnvoll, zuerst einmal eigene innere Hemmnisse aufzuspüren. Manche Menschen haben im Laufe des Lebens Erlebnisse und Meinungen aufgenommen, die ihre Möglichkeiten beschränken. Sie besitzen undurchlässige Ansichten, die sie von den subtilen Bereichen des Lebens abschirmen. Solche wirken wie ein Loch im Reifen auf der Straße des Lebens. Das Geigenspiel kann niemand erlernen, der an seinen Fähigkeiten zweifelt.“

Quelle: Siratro Bruno Hahn, das Imagami Prinzip, S. 132

UTS Jahrestreining Kurs of K. J. Becker - on -
Stress-Management

7

Reinigung der Memories zur Vorbereitung der Arbeit mit dem Uri



Quelle: Alex Lloyd, der Healing Code

UTS Jahrestreining Kurs of K. J. Becker - on -
Stress-Management

8

Vorgehensweise (Healing Code)

1. Eine klare Intention setzen, z. B.: „Ich möchte den Ärger, den Suchtdruck, die Müdigkeit, die Frustration heilen.“
2. An das stressige Thema bzw. die Emotion denken und dem dazu gehörigen Stress im Körper nachspüren.
3. Bitten, dass das Thema und auch alle damit zusammen hängenden Memories (emotionalen Erinnerungen) geheilt werden.
4. Die Positionen durchführen. Dabei entweder daran denken, wie sich der Stress löst oder an ein schönes Bild (z. B. Sonnenaufgang) denken. Nicht an das Problem denken (dieses würde das Problem festhalten).
5. Bei jeder Position jeweils innerlich bis 30 zählen.
6. Erneut im Körper nachspüren, was sich verändert hat, ggf. noch zwei Mal wiederholen.
7. Innehalten, nachspüren, danken.

(Genauere Informationen: Alex Lloyd, der Healing Code)

UTS Jahrestreining Kurs of K. J. Becker - on -
Stress-Management

9