

DIE 7 GESETZE DER KAHUNAS

Klaus Jürgen Becker, Seefeld

ALOHA - MANA - MAKIA - IKE -- MANAWA PONO

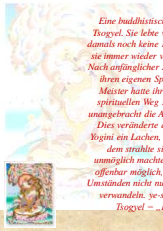
- **Liebe („aloha“):** Lieben heißt glücklich sein mit dem, was ist!
- **Vertrauen („mana“):** Alle Macht kommt von innen!
- **Konzentration („makia“):** Die Energie folgt der Aufmerksamkeit!
- **Bewußtsein („ike“):** Die Welt ist das, wofür ich sie halte!
- **Freiheit („kala“):** Es gibt keine Grenzen
- **Ausdauer („manawa“):** Jetzt ist der Augenblick der Macht!
- **Göttliche Ordnung („pono“):** Wirksamkeit ist das Maß der Wahrheit!

LIEBE (ALOHA)

- ✖ Alo = Licht, Ha = Atem
- ✖ Lieben heißt glücklich sein mit dem, was ist!
- ✖ Liebe ist die Grundlage von Veränderung
- ✖ Wenn du liebst wird das, was du liebst dir zum Segen werden!
- ✖ Tolerieren – akzeptieren – lieben



DIE GESCHICHTE VON YESHE TSOGYEL



Eine buddhistische Legende erzählt von der erleuchteten Yogiini Yeshe Tsogyel. Sie lebte vor einigen tausend Jahren als tibetische Nonne. Da es damals noch keine Frauenklöster gab lebte sie in einem Männerkloster, wo sie immer wieder von den dort lebenden Mönchen sexual genötigt wurde. Nach anfänglicher Ablehnung entschied sie sich, in den lästerlichen Mönchen ihren eigenen Spiegel zu sehen und anzunehmen, denn ihr spiritueller Meister hatte ihr eingeschrieben, dass „ja“ das wichtigste Wort auf dem spirituellen Weg sei. Sie ließ ihr Denken darüber, wie unmoralisch und unangebracht die Angebote seien und sämtliche Beteuerungen komplett los. Dies veränderte die komplette Situation. In einem Satori durchfuhr die Yogiini ein Lachen, in dem alle dualistischen Konzepte zerbrachen und seit dem strahlte sie eine Präsenz aus, die es den Mönchen im Kloster unmöglich machte, sich ihr ungebeten zu nähern. Yeshe Tsogyel war es offenbar möglich, durch ihre Liebe zu dem „was ist“, unter schwierigsten Umständen nicht nur glücklich zu sein, sondern sogar ein ganzes Kloster zu verwandeln, so-she-s-mTso-gyal. Yeshe – „uranfängliche Weisheit“. Tso-gyel – „Königin der ozeanischen Qualität des Geistes“

DAS GESÜNDESTE WORT DER WELT!

JÄ. Du solltest JA ausschneiden und an die Wand hängen. Damit sich JA einprägen kann. JA funktioniert so: Danke JA, wenn du einmal nicht in Stimmung bist. Denn mit Nein bleibst du ständig deinen Stimmungen unterworfen. Danke JA, wenn du gerade einmal etwas unangenehmes erleben solltest. Nein macht dich nur frustriert und löst kein Problem (ausser du wägst dir selbst leid tun.)
Danke JA, falls das Leben etwas Unangenehmes von dir fordert. „O Gott, das ist unbequem“ lässt dich nicht wachsen. Sage JA, zu Schwierigkeiten im Leben. Zu Problemen mit der Gesundheit. Zu beruflichen Herausforderungen. Denn mit Nein und Unwissenheits-Willen kannst du nichts und gar nichts gutes bewerkstelligen. Sage JA zu deinen Lebensumständen, denen Höhen und Tiefen, denn wie weißt, was so alles gutes bringen werden. Sage ja zu deinem Leben, auch wenn du Zukunft ungewiß ist. JA ist Medizin. Besser als Ratsage oder gepauert. JA hält dauerhaft. Deine JA macht den Krisenlauf heiler. Das Herz fröhlich. Die Sorgen kleiner. Das Leben wärmer. JA solltest du tun, aber es ist schwer zu lernen. Wenn du es richtig kannst, sagst du es weiler. JA ?

VERTRAUEN (MANA)

Alle Macht kommt von innen!
Was hindert mich im Jetzt zu sein?
Loslassen – aufnehmen – annehmen!
Immer wieder nach innen gehen!

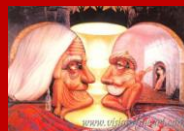
KONZENTRATION (MAKIA) DIE ENERGIE FOLGT DER AUFMERKSAMKEIT!



Innere Konzentration
Steuerung der Aufmerksamkeit
Punkt, Ziel
Qualität,
Mantra,
Wortfolgen...

DER KONTRAST

JEDER MANGEL WEIST AUF EINE SEHNSUCHT HIN
JEDER ZWEIFEL AUF EINEN GLAUBEN
DIES IST DER KONTRAST



BEWUSSTSEIN (IKE)

- Die Welt ist das, wofür du sie hältst!
- Wie du etwas ansiehst, so erlebst du es!
- Lerne von den Vexierbildern deinen Fokus zu „switchen“
- Sieh erst die „übliche Perspektive“
- Dann sieh die „positive Perspektive“
- Dann sieh beide gleichzeitig und sei in der Mitte dabei!



DER TOLLE EHEMANN

Eine kluge Frau, deren Mann zu wenig Zeit für sie hatte und dessen Augen blind schienen für ihre Schönheiten, wusste sich zu helfen. An einem Abend begab sie sich zu ihrem Mann, der über seinen Büchern brütete. Sie begann: "Sind meine Haare nicht wie Gold?" Der Mann schaute nicht einmal von seinen Büchern auf und sagte: "Ja, du hast recht." Die Frau fuhr fort: "Sind meine Zähne nicht wie die Perlen einer Kette?" "Oh ja" war die Antwort. "Sind meine Hände nicht zart wie der Duft des Morgens?" "Doch, doch." "Sind meine Füße nicht zierlich wie eine Schnitzerei aus Elfenbein?" "Gewiss, gewiss!" "Ist mein Leib nicht weiß wie Marmor?" "Oh, ja! Du sagst die Wahrheit" antwortete der Mann, der sich nicht mehr so recht auf seine Arbeit konzentrieren konnte und immer öfters zu seiner Frau hinschaute. Diese fuhr fort: "Bin ich nicht gewachsen wie eine Zeder?" "Doch in der Tat, du bist es." Die Frau drehte sich leicht und sagte: "Gleichen nicht die Formen meines Po denen einer chinesischen Vase?" "Oh, ja." "Ist nicht mein Busen so fest, so groß, so frisch und zart wie herrliche Pfirsiche?" "Er ist es", sagte der Ehemann. Seine Frau fiel ihm um den Hals: "Was bist du für ein wunderbarer Mann! Welch wunderschöne Worte sagst du zu mir!"

**NICHT WIE DIE DINGE „WIRKLICH“ SIND,
SONDERN DEINE BEWERTUNG ENTSCHIEDET!**

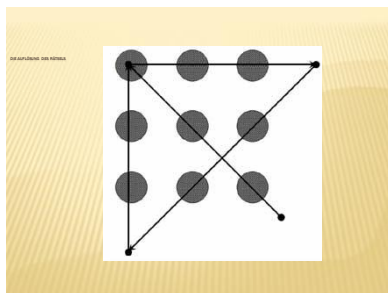
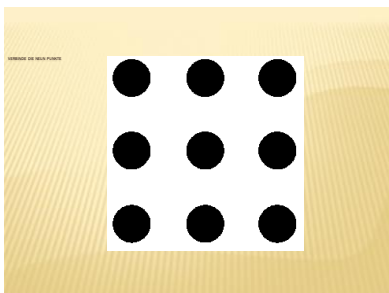
Was könnte die Situation „günstigstenfalls“ für dich positives bedeuten?

Was ist denn – ungeachtet aller Herausforderungen – gut daran?

Wenn ein weiser, gütiger Gott sich diese Lebenssituation für mich ausgedacht hätte, warum?

Warum könnte ich die Situation selbst kreiert haben?

**FREIHEIT (KALA):
ES GIBT KEINE GRENZEN!**



EIN SCHLÜSSEL ZUR FREIHEIT

FRAGE DICH STETS, OB ES IN
DEINEM DENKEN EINE
NICHT AUSGESPROCHENE
BEGRENZUNG GIBT!

AUSDAUER („MANAWA“)

JETZT IST DER AUGENBLICK DER MACHT!

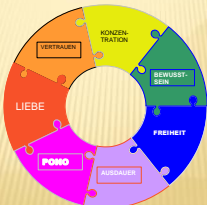
Die Vergangenheit ist vorbei
Die Zukunft ist noch nicht da!
Transformieren können wir
immer nur im Hier und Jetzt.
Mana - wa = Macht jetzt
„Manawa iki ola pau'ole“
Lebe immer nur jetzt!

NUTZE DEINEN KÖRPER ALS TOR ZUR
GEGENWÄRTIGKEIT!

GÖTTLICHE ORDNUNG („PONO“)

<i>Der Frieden sei mit dir, all mein Frieden</i>	O ka Maluhia no me oe, Ku'u Maluhia a pau loa
<i>Der Frieden, der das „Ich“ ist, der Frieden, der „Ich Bin“ ist</i>	Ka Maluhia o ka 'I, owau no ka Maluhia
<i>Der Frieden für immer, jetzt, für immer und jeden</i>	Ka Maluhia no na wa a pau, no ke'ia wa a mau a mau loa aku.
<i>Meinen Frieden „ich“ gebe ich dir; meinen Frieden „Ich“ lasse ich mit dir</i>	Ha'awi aku wau i ka'u Maluhia ia oe, wauho aku wau i ka'u Maluhia me oe.
<i>Nicht der Frieden der Welt, nur meinen Frieden, der Frieden des „Ich“</i>	A'ole ka Maluhia o ke ao aku, ka'u Maluhia wale no, Ka Maluhia o ka 'I

DIE 7 GESETZE DER WEISEN VON HAWAII



DAS TOR DES HIMMELS ÖFFNEN

Maui's Tor zum Frieden

A) Atmen

- Atem beobachten
- In Lunge atmen rechts/links/beide
- Nach unten/oben/ gleichzeitig atmen
- Nach vorne/hinten, nach rechts/links atmen
- In alle sechs Richtungen gleichzeitig atmen

B) Denken

- Mit rechter/links/ beiden Gehirnhälfte(n)
- Mit Bauch/ einem Auge / Raum über dem Kopf/Herzen
- Mit allen Denkräumen gleichzeitig
- Als Drüversum
- Ein Thema nehmen

DIE SIND AM UNFREIESTEN,
DIE GAR NICHT WISSEN,
DASS SIE UNFREI SIND UND
DESHALB DEN VERSUCH
SICH ZU BEFREIEN
GAR NICHT BEGINNEN!

HO'OPONOPONO TÄGLICHES REINIGUNGSRITUAL

1. **Vorbereitung:** Stelle deinen Minutenwecker auf die Zeit, die du heute für dein Ho-op einsetzen magst (z. B. 30 Minuten). Setze dich bequem auf einen Sessel, die Füße liegen parallel zueinander auf einem Fußschemel. Die Hände sind ineinander gefaltet, die Ellenbogen liegen auf den Seitenpolstern. Achte darauf, dich während der Meditation nicht zu bewegen.
2. **Öffnung:** Bitte nun, dass alle Aspekte aufsteigen, die JETZT dran sind zu bereinigen.
3. **Wahrnehmung:** Halte inne, warte in der Stille was kommt. Fühle ohne zu denken. Warte!
4. **Ho'oponopono:** Mache mit dem nächsten Aspekt, der hochkommt Ho-op. Danach gehe wieder in die Stille, warte und bereinige den nächsten Punkt, bis dein Minutenwecker klingelt.

WIR SIND WIE WELLEN IN EINEM OZEAN

Entspannung erfahren wir, wenn wir erkennen, dass nicht wir, sondern stets GOTT, die EINE Kraft der Handelnde ist!!!

MEINE AKTUELLEN SEMINARTERMINE
ERFAHREN SIE UNTER:

WWW.KLAUSJUERGENBECKER.DE

VIELEN DANK FÜRS KOMMEN
UND EINEN GUTEN WEG NACH HAUSE!