

## **„Die Gewohnheit 3D-Sein freigeben“**

Die Arkturianer durch Suzan, 28.02.2012, <http://www.multidimensions.com/>

Übersetzung: SHANA, <http://www.torindiegalexien.de/arkturia11/arkturi.htm>



### ***Ihr Lieben,***

Wir, der Arkturianische Ausdruck unserer vielen Geerdeten, möchten euch unterstützen, die Gewohnheit dreidimensional zu Sein, freizugeben. Diese Gewohnheit, wie alle Gewohnheiten, ist ein Gruppenverhalten, das in eurem unbewussten Verstand entsteht. Deshalb seid ihr euch dieser gewohnten Aktionen, Gedanken und Emotionen nicht bewusst. Daher kennt ihr auch nicht den Grund für diese Gewohnheiten. Um eine Gewohnheit zu verändern, müsst ihr euren unbewussten Verstand erhöhen und in euer bewusstes Bewusstsein bringen. Sobald ihr eure Gewohnheiten bewusst beobachten könnt, könnt ihr anfangen sie zu verändern.

In erster Linie seid ihr euch vielleicht nicht bewusst, dass bestimmte gewohnte Aktionen und Gedanken euch unglücklich fühlen lassen. Wenn ihr jedoch fortfahrt zu beobachten, wann ihr euch unglücklich fühlt, könnt ihr beginnen, dieses Gefühl zu seiner Quelle zurückzuverfolgen. Vielleicht wisst ihr z. B. nicht, warum ihr euch wirklich schon eine ganze Weile besorgt fühlt, aber ihr beobachtet euch weiter. Dann, eines Tages, stellt ihr fest, dass ein bestimmter Gedanke, der früher unbewusst gewesen ist und jetzt bewusst, euch immer ein Gefühl von Besorgtheit bringt.

Deshalb könnt ihr anfangen diesen Gedanken zu verändern, indem ihr versucht euch **„auf frischer Tat“** zu ertappen.

**\* Zuerst kann es vielleicht einige Tage brauchen um zu erkennen, dass ihr euch besorgt fühlt, weil ihr euch erlaubt habt auf eine bestimmte Weise zu denken.**

**\* Dann, mit kontinuierlicher Beobachtung, erkennt ihr, dass ihr besorgt seid, weil ihr diesen Gedanken gerade hattet.**

***\* Dann habt ihr die „letzte Zeit“-Erfahrung, in der ihr im JETZT diese Gedanken habt, in dem ihr euch vergangen könnt. Aber ihr könnt es nicht verändern! Das ist sehr wichtig, da ihr deutlich beobachten könnt, wie die Art des Denkens euer Gefühl des Besorgt-seins euch fühlen lässt.***

***\* Nachdem ihr euch auf frischer Tat selbst gefangen habt, könnt ihr einfach den Gedanken stoppen, bevor ihr ihn habt und könnt ihn in einen höheren Frequenz-Gedanken umwandeln.***

***\* Schließlich werdet ihr euch von dieser Gedankenform heilen und viel weniger Besorgtheit erleiden.***

Die besten Wege, euch in der Gewohnheit dreidimensional zu Sein zu fangen, ist euch eures dreidimensionalen Denkens bewusst zu sein. Das dreidimensionale Denken basiert auf Zeit, Raum, Trennung, Beschränkung, Genus und Illusion. Diese Art von Denken verursacht viele ängstliche Emotionen, weil ihr ständig auf die Uhr seht, was ihr machen müsst, wie weit ihr gehen müsst, um es zu tun, anderen Menschen, mit denen ihr euch befassen müsst, allen Beschränkungen, die ihr überwinden müsst, gesellschaftliche Genus-Probleme und unzählige Illusionen, die da sind. Dreidimensionales Denken senkt euer Bewusstsein und erlaubt euch nicht, die erstaunliche Wirklichkeit wahrzunehmen, die einfach jenseits eurer beschränkten Wahrnehmung ist.

Die Quelle eures dreidimensionalen Denkens aus eurem Unbewussten in euer bewusstes Bewusstsein zu holen ist der gleiche Prozess, wie Gewohnheiten freizugeben. Schließlich müsst ihr euch „**auf frischer Tat fangen**“, damit ihr euer dreidimensionales Denken in seinen höheren Ausdruck mehrdimensionalen Denkens umwandeln könnt. Es ist durch diese bewusste Anerkennung der Emotionen, die aus dreidimensionalem Denken entstehen, dass ihr euren Prozess beginnen könnt, jene Art von Denken freizugeben.

Das dreidimensionale Denken ist weitestgehend Angst-basiert, und viele Angst-basierte Emotionen entstehen aus den unzähligen Beschränkungen, Verlust persönlicher Macht und Einsamkeit, die sich aus ihnen ergeben. Zuerst erkennt ihr vielleicht nicht, dass ihr in Zeitsprüngen denkt, auf dreidimensionalen Wegen. Allerdings seid ihr euch dessen, dass ihr euch nervös, besorgt, deprimiert, böse oder traurig fühlt sehr bewusst. Anstatt euch zu fragen, welches äußere Ereignis diese Gefühle initiiert, fragt ihr euch, welcher Gedanke diese Gefühle initiierte. Mit anderen Worten, ihr schaut ~ statt die Illusionen eurer dreidimensionalen Welt zu untersuchen, um die Quelle eurer Emotionen zu finden ~ in eure eigene Art von Denken.

Wenn ihr euch einen Moment nehmt und euch mit eurem höheren Ausdruck des SELBST verbindet, könnt ihr eure superbewusste Perspektive benutzen, um schnell jenes dreidimensionale Denken zu identifizieren, das diese unangenehmen Emotionen geschaffen hat. Zuerst könnt ihr warten, bis eure emotionalen Reaktionen auf eure Gedanken wirklich extrem sind. Glücklicherweise werdet ihr mit Übung lernen und identifizieren, dass die Quelle eures Unbehagens euer eigenes dreidimensionales Denken und **KEINE** äußere Quelle ist.

Auf diese Art und Weise könnt ihr erkennen, dass die meisten eurer Emotionen nicht durch euer physisches Leben entstehen, sondern aus der Art, wie ihr über euer Leben nachdenkt. Mit dieser Erkenntnis könnt ihr beginnen, euch auf frischer Tat des Denkens in einer beschränkten, schrecklichen, getrennten und/oder Zeit-gebundenen Weise zu fangen. Dies geschieht, wenn ihr anfangen könnt, eure Gewohnheit dreidimensionalen Denkens freizugeben, und wenn ihr beginnt euch zu erlauben, euch an euer angeborenes mehrdimensionales Denken zu erinnern. Mehrdimensionales Denken entsteht nicht aus eurem dreidimensionalen unbewussten Gehirn, sondern von eurem superbewussten mehrdimensionalen Verstand.

Während euer dreidimensionales Denken ausgebildet wurde, um nur 3 % eurer DNS und ungefähr 5 % eures Gehirns zu benutzen, entsteht mehrdimensionales Denken aus den 97 % der DNS, die früher abgedreht wurde. Während das höhere Licht vom Galaktischen Zentrum eure Zirbeldrüse betritt und in euer physisches Gehirn integriert wird, werden die 97 % DNS eingeschaltet und euer „vollständiges“ Gehirn-Denken kommen auf 95 % der Gehirnaktivität online, um euer mehrdimensionales Betriebssystem hervorzubringen, das auf mehrdimensionales Denken basiert.

Während das dreidimensionale Denken auf die Illusion der Zeit basiert, basiert, das mehrdimensionale Denken auf das **JETZT im EINEN**. Mit kontinuierlichen Erfahrungen des **JETZT**, verliert ihr die Zeit. Und ohne Zeit gibt es keinen Raum. Deshalb gibt es auch keine Trennung. An diesem Punkt beginnt **ihr „JETZT-Erfahrungen“** zu machen, in denen ihr **EINS** mit eurem **Mehrdimensionalen SELBST** seid. In diesen Momenten von **Einheit mit dem EINEN** könnt ihr höhere Dimensionen der Wirklichkeiten wahrnehmen und erleben.

Innerhalb dieser Erfahrungen zu sein beginnt ihr euer Mehrdimensionales **SELBST** zu verstehen, wie **IHR** geschaffen und gewählt habt an jedem Aspekt eures Lebens teilzunehmen. Während ihr nach und nach zur Gewohnheit mehrdimensional zu Sein zurückkommt, erinnert ihr euch an die Gewohnheit in der Wahrheit zu sein, und wandelt dreidimensionales Sein in euer wahres **SELBST** um. Umwandlung ist eure angeborene Fähigkeit, Erfahrungen zu verändern durch das Anheben ihrer Resonanz in eine höhere Frequenz der Wirklichkeit. Das Anheben der Resonanz eurer Wirklichkeit ist Aufstieg. Während ihr mit eurer Geliebten Gaia aufsteigt, werdet ihr wählen wahrzunehmen und an den zunehmenden höheren Frequenzen eurer aufsteigenden Wirklichkeit teilzunehmen.

Das Umwandeln eurer Realität, während sie geschieht, ist eine Wiederholung um euch zu erinnern, dass ihr **NICHT** an der Realität teilnehmen möchtet, nicht in der Art und Weise ~ oder dass ihr **überhaupt NICHT** an dieser Realität teilnehmen möchtet. Mit jeder Wiederholung identifiziert ihr die Realität, an der ihr nicht mehr teilnehmen wollt, und/oder das Verhalten, das ihr nicht mehr ausüben möchtet. Jedes Mal, wenn ihr euch auf frischer Tat ertappt euch in einer gewissen Weise zu benehmen oder an einer unerwünschten Realität teilzunehmen, habt ihr eine Gelegenheit in euch zu sehen und zu sagen, **„Ich Bin der Schöpfer meiner Wirklichkeit. Warum schuf ich und/oder nahm ich an dieser Realität teil?“**

Es kann unterschiedliche Gründe zu verschiedenen Zeiten geben, aber wenn ihr beobachtet, dass ihr handelt, oder in einer unbewussten, gewohnten Art handelt, sagt ihr: **„Ich Bin der Schöpfer meiner Wirklichkeit und Alle Muster von Resonanz werden von meinem Bewusstsein geschaffen. Meine Wirklichkeit, die Wirklichkeit die ich schaffe, beginnt mit einer Gedankenform die ich aus den Gedanken und Emotionen schuf, derer ich bewusst bin, und nicht-bewusst, erlaubend mein Herz und meinen Verstand zu füllen.“** Dieser Satz ist der Schlüssel dazu, auf der Neuen Erde bleiben zu können.

Die Neue Erde ist kein Ort; es ist eine Frequenz. Es liegt nicht in eurer Verantwortung, sie zu erfahren; es ist eure Wahl. Ihr könnt die Neue Erde nur wahrnehmen und erfahren, wenn ihr in einem fünfdimensionalen Bewusstseinszustand ~ und darüber hinaus ~ mitschwingt. Diese höheren Bewusstseinszustände öffnen euer inneres Portal für die Neue Erde. Wann auch immer euer Bewusstsein unter die Schwingung der 5. Dimension fällt, werdet ihr nicht mehr mit dieser Frequenz der Wirklichkeit mitschwingen. Deshalb werdet ihr nicht mehr die Wirklichkeit wahrnehmen können, die immer dort ist.

Zum Beispiel nehmen Insekten die ultraviolette Realität wahr und erleben sie. Diese Realität ist immer um euch, und ihr könnt leicht die dreidimensionalen Insektenkörper sehen, die in dieser Realität leben. Aber euer Bewusstsein und folglich auch eure Wahrnehmungen schwingen nicht mit der ultravioletten Frequenz des physischen Licht-

Spektrums mit. Daher könnt ihr die Insekten sehen, aber ihr könnt die Realität nicht so sehen, wie sie es sehen.

Zuerst wird der Aufstieg der Insekten-Sicht ähnlich sein, dadurch, dass ihr die Neue Erde wahrnehmen könnt und andere euren physischen Körper sehen, aber ihr werdet nicht fähig sein die Wirklichkeit zu sehen bis euer Bewusstsein in der gleichen Frequenz mitschwingt. Dieses Beispiel ist ähnlich einem Hellseher der Wesen in höheren Dimensionen sehen kann, oder eines Hellhörenden, der höherdimensionale Stimmen hören kann. Jene, deren Bewusstsein nur dreidimensional ist, können diese Leute sehen und sie vielleicht bitten, die Wirklichkeit ihrer Erfahrungen mit ihnen zu teilen, aber sie können jene Wirklichkeit nicht selbst erleben. Glücklicherweise macht ihr eure eigenen Wahrnehmungen, weil euer Bewusstsein sich ausdehnt.

Das gesamte Channeling siehe unter:  
<http://www.torindiegalexien.de/arkturia11/arkturi.htm>

