

Die Sonne im Außen – und die Sonne im Innen

Ah, wie herrlich! Helle Sonnenstrahlen wärmen mein Gesicht und umschmeicheln wohligh meinen ganzen Körper. Wie gut tut das! Gerade nach trüben Tagen, an denen die Wolkendecke wie ein undurchdringlicher Schleier über uns hing und alles grau in grau erscheinen ließ. Triste Wetterphasen drücken aufs Gemüt und trüben allmählich unsere Stimmung.

Wie gut es tut, wenn dann plötzlich die Sonne wieder durchkommt! Sie verwandelt uns geradezu. Dann sind im Straßencafé zuerst die sonnigen Plätze besetzt; niemand will jetzt im Schatten sitzen. Wir wenden uns der Sonne zu, halten ihr unser Gesicht hin, lassen uns von ihrer Wärme und ihrem Licht durchfluten. Wir saugen die Sonnenstrahlen auf wie ein Schwamm – und fühlen uns irgendwie belebt. Vitamin D wird gebildet. Unsere Stimmung hebt sich. Alles erscheint leichter, beschwingter. Die Menschen werden entspannter, zuversichtlicher und sind eher zu einem Lächeln oder gar zu einem Flirt aufgelegt.

Das Licht der Sonne ... Kein Zweifel: Wir Menschen wenden uns ihm gerne zu. Lichtstrahlen wecken unsere Lebensgeister und aktivieren unsere Lebenssinne. Doch nicht nur das Licht, das uns von außen bescheint, bringt uns in Schwung – auch *in* uns ist Licht aktiv. Wie das vonstatten geht, wird im Folgenden deutlich werden.

Lassen Sie mich mit einer Geschichte beginnen, die eine Bekannte von mir erlebt hat. Sie hatte einige Wochen lang im Krankenhaus im Koma gelegen. Als sie schließlich aufwachte, war sie völlig entkräftet. Es war nicht sicher, inwieweit ihre Gesundheit und ihre körperliche Funktionstüchtigkeit wiederhergestellt werden könnten. In ihrem Krankbett liegend wartete sie jeden Tag

sehnsüchtig darauf, dass die Sonne am Nachmittag um die Ecke des Klinikgebäudes kam und endlich in ihr Zimmer schien. Mit ihr hat sie sich dann verbunden und ihre Strahlen, ihre Wärme und ihre leuchtende Essenz aufgesogen; sie ließ sich von ihr quasi mit allen Sinnen durchdringen. So konnte sie nach und nach ihre Kräfte wieder aufbauen, und ihr Körper konnte sich in gesunde Strukturen ordnen. In Rückblick sagt sie: »Die Sonne hat mir das Leben gerettet.«

Meine Bekannte steht mit diesem Fall nicht allein. Tatsächlich »rettet« die Sonne jedem von uns täglich das Leben. Ihr Licht ist der Quell des Lebens.

Deshalb möchte ich auf das Sonnenlicht noch genauer eingehen und die Erklärungen dazu aus der geistigen Welt weitergeben, was hier auf einer tieferen Ebene passiert.

Das magische Sonnenlicht – und was auf einer tieferen Ebene geschieht

Wenn nach einem langen Winter endlich die Sonne wieder scheint, drehen wir uns zu ihr hin und richten uns nach ihr aus. Wir halten unser Gesicht in die wärmenden Strahlen, die mehr sind und von denen wir mehr aufnehmen als Wärme.

Wir stellen uns so hin oder richten unseren Stuhl so aus, dass wir unser ganzes Gesicht in die Sonne halten. Dabei wenden wir ihr auch – bewusst oder unbewusst – die Brust und damit unser Sternum, die Mitte des Brustbeins, zu!

Hinter dem Sternum liegt die Thymusdrüse. Sie ist eng verknüpft mit unserer Seele. Hier ist das zentrale Eingangstor für das himmlische Licht. Diese automatische Bewegung hin zum Licht, wenn die ersten Frühlingsstrahlen durchkommen, offenbart, wie intuitiv wir unsere Seinsnatur spüren und mit ihr verbunden sind.

Licht
ist das, was heilt,
ist das, was gut tut.
Es belebt
macht freudig
hebt die Stimmungslage
verwandelt uns.

Wenn wir das Gesicht, die Brust und den Rest des Körpers der Sonne zuwenden, nehmen wir mehr auf als nur die wärmenden Strahlen. Das ist tatsächlich so, wie uns die geistige Welt wissen lässt:

Hier ist ein tief komplexer Ablauf im Gange, der auf mehreren Ebenen stattfindet. Es ist eine Rückverbindung mit unserer Urnatur. Eine Neuordnung unserer momentanen Struktur geschieht, die möglicherweise durch belastende Ereignisse, Erfahrungen, Gedanken, Krankheit getrübt ist. Vielleicht liegen Schatten auf unserem Körper, Geist und unserer Seele. Die Neuordnung findet statt, indem unser gesamtes Zellsystem sich erneuert, heilsam in seine natürliche Ordnung findet und mentale, geistige, energetische, emotionale, physikalische Strukturen, Ebenen und Strömungen mit dieser ursprünglichen Ordnung durchlichtet, belichtet, und durchflutet werden. Wir werden quasi ins Licht – die Essenz unseres Seins – getaucht und erneuert.

Unser gesamtes persönliches System wird an sein Heilsein erinnert. Das ist der komplexe Vorgang, der hier ganz mühelos durch Licht und Information stattfindet. Es ist auch eine Art medizinischer Vorgang, der hier geschieht. Stoffwechselprozesse werden reguliert. Über Licht und Information findet eine Art Regulationsprozess statt, durch den unser Körper (wieder) in seine natürliche Ordnung findet.

Auch mentale Strukturen werden gelockert. Hatten wir uns in den Schwierigkeiten des Alltags und dunklen, trübsinnigen Gedanken

verbissen, werden innere Räume nun wieder frei und geweitet; es entsteht Platz für neue, positive, gelassene Denkprozesse. Wir erleben, dass in unserem Inneren Platz ist für Positives.

Wofür die Sonne steht

In heutigen Tagen ist uns das Bewusstsein für die positiven Eigenschaften der Sonne beinahe etwas abhanden gekommen, ausgelöst durch all die negativen Nachrichten über die Klimaveränderungen, das Ozonloch und die vermehrte schädliche UVB-Einstrahlung.