



Urjo.de
einfach
fürs
frei Sein

Urjo.de ... Home

[.....]

[...]

Urjo.de aktuell

Herzlich Willkommen

<http://Urjo.de>
einfach
fürs
frei Sein
Urjo@Urjo.de

Die bisherigen Seiten von Urjo.de
von vor 2017 sind

weiterhin online auf

WindundSonne.de



für Aktuelles siehe auf der (auch oben anwählbaren) Seite [Urjo.de aktuell](http://Urjo.de.....aktuell)

Herzliche Grüße

[Ekin Urjo](#)

neben <http://windundsonne.de> siehe ggf. auch <http://urjo.jimdo.com> und <http://einfachlebendig.de>



Obligatorischer Haftungsausschluss / Rechtlicher Hinweis:

Bitte beachten Sie,

dass der Inhalt von externen Internetseiten, zu denen ein Link besteht, wechseln kann. Eine diesbezügliche stetige Kontrolle ist dabei unmöglich.

Somit:

**Für externe Seiten wird daher jede Gewähr abgelehnt;
sie werden auf eigene Verantwortung besucht.**

**Verantwortlich für den Inhalt all solcher Internetseiten ist einzig
und ausschließlich der jeweilige Anbieter oder Betreiber!**

..... so weit im Moment hier auf urjo.de

[Druckversion](#) | [Sitemap](#) [Diese Seite weiterempfehlen](#)

© Urjo.de ----- Email: [Urjo\(at\)Urjo.de](mailto:Urjo(at)Urjo.de) ----- dabei: Zur Vermeidung von Spam-Mails steht hier in der Email-Adresse ein "(at)". Der Platzhalter "(at)" ist bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen zu ersetzen.

Herzlich Willkommen



Aktuell:

vom Januar 2017

- Zur neuesten L=E-pdf-Datei (Januar 2017, rd. 14,3 MB groß): [Urjo.de mit L=E vom 09.01.2017](#) für die älteren siehe auf <http://windundsonne.de/8044>
- Umfangreiche Internet-Verknüpfungen ("Links") sind weiterhin auf <http://windundsonne.de/8071>
- Meine derzeitige Internet-Suchmaschinen-Empfehlung: <https://metager.de>

..... dabei hier keine Eintragungen die Zeit von vor 2017 betreffend

bis auf die bis 2017 auf einfachlebensendig.de vorhandenen Verknüpfungen zu folgenden EDV-"Werkzeugen"/-Programmen:

1. von portableapps.com/de [free Downloads](#):
 - a. virtuelle Tastatur: [aktueller Download virtuelle Tastatur](#)
 - b. freier PDF-Reader: [akt. Downl. "Sumatra-PDF-Reader"](#)
2. freie PDF-Software (von Tracker): Download "[free-PDF-Viewer](#)"

neben <http://windundsonne.de> siehe ggf. auch <http://urjo.jimdo.com> und <http://einfachlebensendig.de>



und meine derzeitige Internet-Suchmaschinen-Empfehlung: <https://metager.de>

..... so weit im Moment hier auf [Urjo.de ... Home](#) und [Urjo.de aktuell](#)

Herzlich Willkommen

fürs Erinnern



<http://einfachlebensendig.de>

einfach fürs Wesentliche

einfach ganz-Sein



einfachlebensendig.de ist u.a.

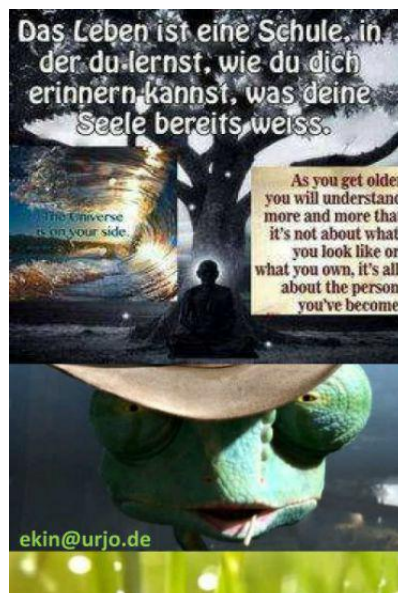
*fürs Er-Innern und wünscht jedem
berührende Momente im Sein und Tun....*

Diese Internetseite wurde in 2008 von mir Ekin Urjo (Bonn) kreiert und
stets von mir allein gestaltet, recherchiert und betreut.



aktuell hier im Moment mein Bild 2014.....

Mit herzlichen Grüßen Ekin Urjo



aktuell vom November 2013 hier u.a.

Internetverknüpfungen zu 2 von mir geschätzten "Wegbegleitern":

[DhyanMANISH](#)

[_ab 8/2014](#)

[DhyanManish EspHeali](#)

[aufYoutube](#)

Dhyan Manish



[Ursula Lyon: Sampada](#)

[Ursula Lyon bei Gingko-Sangha](#)

Ursula Lyon



und für mich zeitlos.....

aktuell "[Urjo.de....2017](#)" als pdf-Datei (rd. 14,3 MB): [Urjo.de mit L=E vom 09.01.2017](#)



u.a. mit :

Einfachlebendig.de vom 20.10.2012 :

Einfachlebendig.de

hat in 2009 die 4 Begegnungsabende mit Dhyan Manish in Troisdorf nahe Bonn organisiert und dabei ist in 2009 und dann auch in den Folgejahren 2010 und 2011 u.a. auf dieser Internetseite allerlei aus Manish Arbeit, von seinen **Sicht- und Arbeitsweisen** und ein Teil seiner aktuellen Termine in Deutschland, vorgestellt worden. Dies ist sichtlich auch **weiterhin hier nachlesbar** in 3 hier weiter unten angehängten und ausdrucksbaren pdf-Dateien (zuzüglich 2012er Fassung, 4,7 MB groß)

Ich wünsche weiterhin **berührende Momente** in Einzelsitzungen, Gruppen, Vorträgen..... Meditationen, Urjo

".... Jeder sollte sich das Recht geben, sich

wagen, Risiken eingehen, kreativ sein, verantwortlich sein,
reif sein; jeder sollte die Empfänglichkeit, die Sensibilität,
das „In sich ruhen“, die Liebe, die Anerkennung,
das Akzeptieren, die Transformation leben können"

Einfach Urjo fürs Er-Innern.....

Erinnert sei hier an zwei **Schlüssel** aus Manish Arbeit, die **gestatten**,
die **Türen von Liebe und Mitgefühl zu öffnen** – mit uns selbst und mit
den anderen / **Schlüssel** wie ich empfinde, **die uns freier in unserem**
Tun und Sein machen, **mit uns selbst und mit den anderen**.

Einer dieser Schlüssel ist: **"Lieben ist Empfangen"**
"Lieben ist Empfangen", das sind drei leicht geschriebene oder gesprochene
Worte - **aber deren ganze Tiefe zu verstehen und**
dies dann auch wirklich leben,
dafür bedarf es viel.....

Ein weiterer Schlüssel ist: **Meditation.....**
Für mich dabei vor allem die **Vipassana Meditation(en)**, die ich sehr
bei meiner Arbeit bei Ursula Lyon (siehe z.B. hier die pdf-Datei



Ursula Lyon im Internet 2012 rd.1,94 MB groß) kennengelernt habe.

und die aktiven Meditationen / Osho-Meditationen, wie ich sie
insbesondere bei Dhyan Manish gelernt habe....

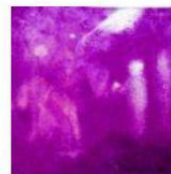
...eine **spontane und natürliche Praxis der Meditation** kann unser
unbewusstes Funktionieren in bewusste Aktion verändern. **Meditation**
für mich ist eine **innere Stille**, es ist auch ein vollkommenes Aufgehen im
"Hier und Jetzt", ein **bei sich ganz** im Augenblick sein....., Meditation ist
Entautomatisieren, ein **Bewusst-werden.....**, ein **bewusst-Sein...**

.....so weit im Moment

mit herzlichem Gruß **Urjo**

mit einfachlebendig.de , urjo.de und mit

"Atmen ist leben, Atmen ist Freiheit...."



....den eigenen Atem spüren,
eine eigene sehr bewusste
und automatische Zwerchfell-
Atmung spüren

und **dafür**

Auflösen,
was einen im eigenen Innern,
im Unbewussten selbst zur Zeit
noch am tiefen Atmen hindert.....

...und des weiteren hier

diese kleine Auswahl an Internetseiten zu Oshos Arbeit:

[Oshocom](#) - [EspH über Osho](#) - [MutderLiebe](#) - [LiebeFreiheitAlleinsein](#)

und hier per 2014: [Oshofriends](#) - [Oshoworld](#) - [Leben, lieben, lachen](#)

über Osho

las ich u.a.:

"....Oshos
Lehren



widerstehen jeglicher Kategorisierung, sie gehen von der persönlichen Sinnsuche bis hin zu den dringendsten sozialen und politischen Fragen, mit der die Welt heute konfrontiert ist.

Seine Bücher sind nicht geschrieben, sondern aus zahllosen Tonband- und Videoaufnahmen transkribiert.

Er hat über einen Zeitraum von 35 Jahren vor einer internationalen Zuhörerschaft stets aus dem Stegreif gesprochen. Der LONDONER SUNDAY TIMES zufolge zählt Osho zu den >1000 Machern des 20. Jahrhunderts<..... Osho selbst beschreibt sein Werk als >**Beitrag**, die Voraussetzungen für die Entstehung einer neuen menschlichen Lebensweise zu schaffen<. Diesen neuen Menschentypus hat er immer wieder als >**Sorbas der Buddha**< umschrieben — also ein Menschen, der nicht nur wie Sorbas der Griechen die irdischen Freuden zu schätzen weiß, sondern ebenso sehr die stille Heiterkeit eines Gautam Buddha. Wie ein roter Faden zieht sich durch alle Aspekte von Oshos Arbeit **die Vision einer Verschmelzung** der zeitlosen Weisheit des Ostens mit den höchsten Potenzialen westlicher Wissenschaft und Technik. Vor allem seine Neuansätze zur Wissenschaft der **inneren Transformation** haben Osho berühmt gemacht....."

Eine von Oshos **Sichtweisen** ist, "....wenn du Angst in dir spürst, dann liebe mehr. Fasse dir ein Herz, sei mutig in der Liebe, sei verwegen: Liebe mehr und **liebe bedingungslos**, denn je mehr du liebst, desto geringer wird die Angst. Und wenn ich Liebe sage, meine ich alle vier Stufen der Liebe, von Sex bis Samadhi. Lass dich auf die Liebe ein...."

"....**Freiheit > für < und Liebe fügen sich in Oshos Vision untrennbar zusammen.** Doch auch das Alleinsein gehört dazu. **Für Osho steht das Alleinsein nicht im Gegensatz zum Geliebtwerden, sondern ist dessen Ergänzung...."**

& online diese **Videos:** "[OSHO SoloSoyYoMismo](#)"

& "[Osho-B.TheMovie](#)"

& "[Osho-BeinginLoveandMeditation](#)"

"Archiv": **Auch einfach fürs Er-Innern.....**



Osho über "Wirkliches Zuhören" (und wirkliches Lesen).... "Du machst zwar den Eindruck, als ob du zuhörst, aber du hörst nur, du hörst nicht zu. Richtiges Zuhören bedeutet: "Ich kümmere mich jetzt nicht darum, ob ich es glaube oder nicht. Es geht jetzt nicht um Zustimmung oder Ablehnung. Ich versuche nur zuzu-hören, **was auch immer es ist**. Später kann ich entscheiden, was richtig oder falsch ist. **Später kann ich entscheiden, ob ich dem folge oder nicht...."**

Bei all dem ist mir wichtig

der jeweils anwendungsbezogene, der jeweils konkrete Teil solcher Betrachtungen, dieser Beschreibungen....
und ohne "übermäßigen" Lärm um Personen..... :-)

Anders ausgedrückt mit folgendem **"Bild"**, folgender **kleinen Geschichte**:
....in einer "schwarzen" Nacht hatten sich 2 Männer in einem finsternen Wald verirrt, es war ein dichter und dunkler Wald voller wilder Tiere. Es waren zwei innerlich unterschiedliche Männer. Unerwartet kam Sturm auf, schwere Donner und ein mächtiger Blitz. Im Augenblick des Blitzes sah der eine der beiden zum Himmel auf - der andere dagegen auf den Pfad, auf dem er ging.... Wenn solch ein Blitz aufleuchtet so **schau auf den Pfad**, auf dem du dich befindest, und **erkenne durch das Licht, das er dir in diesem Augenblick schenkt, deinen eigenen Pfad, deinen eigenen Weg besser...**

Osho sagte zu dieser Geschichte, als er sie in etwa so erzählte, u.a.:
"....ein Chuang Tzu ist dieser Blitz, ein Buddha ist dieser Blitz, ich bin dieser Blitz.... Sieh nicht auf mich, sieh auf den Pfad.... Wenn du auf mich siehst, hast du dich schon verirrt. Ein Blitz währt nur einen Augenblick, so ein Moment, wo die Ewigkeit die Zeit durchdringt, ist selten; es ist wie ein Blitz. Wenn du in den Blitz schaut, wenn du auf einen Buddha schaut - und ein Buddha ist wunderschön, sein Gesicht bezaubert, seine Augen sind magnetisch - wenn du auf den Buddha schaut, hast du den Pfad schon verfehlt.... **Schau auf den Pfad... folge dem Pfad...."**

Zu beachten / Hinweise :

Alle hier unterstrichenen Texte beinhalten weiterführende Links, auch einige der Bilder.

Obligatorischer Hinweis: Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle keine Haftung für die Inhalte externer Links:

Für den Inhalt aller weiterführenden Internet-Verknüpfungen (Links) sind ausschließlich deren jeweilige Betreiber verantwortlich.

Etwaige E-mails mit **Anmerkungen und Nachfragen** rund um www.einfachlebendig.de bitte schicken an **Urjo (at) Urjo.de**
[wobei zur Vermeidung von Spam-Mails hier ein "(at)" steht, dieses "(at)" ist bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen zu ersetzen]

neben <http://einfachlebendig.de> siehe ggf. auch

<http://windundsonne.de> und <http://urjo.jimdo.com> und <https://Urjo.de>



Weiterhin von hier aus **einsehbar und downloadbare pdf-Dateien** inklusive der neuesten **Ergänzung per Januar 2017** :

Für weitere vgl. ggf. auch die pdf-Datei-Downloadübersicht auf <http://windundsonne.de/8044>

- Urjo.de mit L=E vom 09.01.2017 ausführlich
[20170109_WS=UmitL=E_Lesef.pdf](#)
PDF-Dokument [14.3 MB]
-  Urjo.de mit L=E vom 09.08.2015
[WS=U_2015_einfaleb_20150809_Lesef.pdf](#)
PDF-Dokument [10.3 MB]
-  Urjo.de mit L=E vom 03.04.2014
[WS=U_2014_einfaleb_20140403_Lesef.pdf](#)
PDF-Dokument [3.7 MB]
-  Urjo.de mit L=E 2012 vom 01.07/23.09.2012 ausführlich
[urjo.de mit einfachlebendig_20120923_Les\[...\]](#)
PDF-Dokument [4.6 MB]
-  L=E Stand 01.07/29.09.2011 inklusive der 2011er Anlagen
[urjo_einfachlebendig_2011_09_29_Lesef.pdf\[...\]](#)
PDF-Dokument [7.4 MB]
-  L=E Stand 07.12.2010 inklusive der 2010er Anlagen
[L=E einfleb_20101207_Lesef.pdf](#)
PDF-Dokument [2.5 MB]
-  L=E Stand 17.09.2009 inklusive der 2009er Anlagen
[einflebg20090917Lesef.pdf](#)
PDF-Dokument [4.8 MB]

Folgende Anmerkung bzgl. einiger **Videos mit Osho** aktuell fehlend im Internet :



Der sehr eindrucksvolle und rund 45-minütige Film "[Osho-Bhagwan, The Movie](#)" von 1978 mit Originalaufnahmen von Osho ist leider mittlerweile nicht mehr auf Youtube verfügbar..... ähnlich ist es mit anderen Videos wie z.B. "[Osho-Being in Love and Meditation](#)", "[OSHO SoloSoy YoMismo](#)" u.a....
Vergleiche dazu ggf. die Anmerkungen auf [urjo.jimdo.com](#)...
...einfachleb.....einige-der-dortigen-internet-verk.....< **unten bei :**
"Freiheit hat in Oshos Vision einen sehr hohen Stellenwert....".

.....so weit im Moment auf www.einfachlebendig.de



..... Internet-Verknüpfung direkt von hier auf [Urjo.de...Home](#) bzw. [Urjo.de.....aktuell](#)

 [Druckversion](#) | [Sitemap](#)  [Diese Seite weiterempfehlen](#)

© Urjo .de --- mit Email: "[Urjo \(at\) Urjo .de](mailto:Urjo(at)Urjo.de)" [oder "[Ekin \(at\) Urjo .de](mailto:Ekin(at)Urjo.de)"]
.....Dabei: Zur Vermeidung von Spam-Mails steht hier in der Email-
Adresse ein "(at)". Der Platzhalter "(at)" ist bei einer Email durch das
übliche @ -Zeichen zu ersetzen.



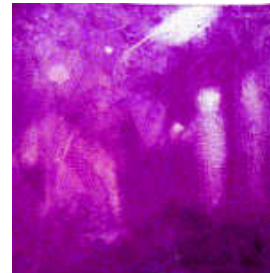
Herzlich willkommen

... auf dem Weg

mit Wind im Rücken und Sonne im Herzen.

Mitunter sind da aber auch Situationen und Zeiten, für die zutrifft: "Nackt im Wind und unter brennender Sonne"

So ist es halt **mit** dem lebendig **sein**..... Alles ist da....



Die eigenen, auch gerade die sehr tief im Inneren vergessenen Erfahrungen aus allen Dimensionen unseres Seins prägen uns immer wieder. Sie bestimmen stets sehr mit, was wir hier und jetzt machen oder auch lassen, wie wir handeln oder reagieren. Wenn wir **uns**

diesem Zustand bewußter werden entsteht oft eine Suche.

Diese Suche **nach Wegen**, wie gerade eigene einschränkende Handlungs- und Denkmuster verwandelt, "erlöst" werden können, macht ein jeder für sich. Es ist für mich ein Suchen nach **für mich** hilfreichen effektiven Wegen nach größerer Freiheit im eigenen Innern und das strahlt dann auch ins Außen - wobei dieses "für mich" es für mich einfach braucht, dass ein akzeptierender Umgang zu all den anderen um uns herum gewahrt wird.

Es ist also auch die Suche nach Werkzeugen, wobei "alles kann als Werkzeug (für mich) oder Waffe (gegen mich oder gegen andere) genutzt werden". Es geht um ein immer mehr im eigenen Innern sein - und von dort heraus dann mehr und mehr mit der **Existenz** in einem Austausch von **Empfangen** und **Schenken** zu sein.

Es ist auch das Suchen nach Wegen, um sich wirklich an all die **Dimensionen des Lebens** zu erinnern und um die **eigenen Potentiale** und **Reichtümer** mehr und mehr zu entdecken, zu leben.

[http://](http://Urjo.de) **Urjo.de**

**einfach
fürs
frei Sein**

Urjo@Urjo.de

Die Welt lebendig entdecken und erleben, dazu braucht es **für mich** aber auch, mich auf so manches **ganz** einzulassen, auch mitunter ganz **hautnah** zu erleben. **All-ein** erleben, entweder mit bzw. ohne Begleitung, oder sonst vielleicht auch einsam, ebenfalls entweder mit bzw. ohne Begleitung.

Wenn ich lebe, dann ist jeder Tag ein wenig anders, mancher Tag **ein wenig bewußter**. Und irgendwann mag es dann soweit sein, was leben vielleicht so anziehend macht:

Aus vollem Herzen überfließen, vielleicht gar mit Tränen oder Glanz in den Augen.....oder beidem
.... oftmals wieder

....Urjo.de und L=E 2015 als pdf-Datei: 20150801_W&S=U&L=E.pdf

..... weitere PDFs vergleiche auf
Urjo.de bzw. hier auf windundsonne.de/8044.html

Die Welt entdecken..... das gelingt heute auch oft mit reichen Bildern und Geschichten, deren ja so so viele zu finden sind.
Das Registerblatt "Verknüpfungen" (siehe oben) gibt eine kleine Kostprobe davon..... und vielleicht: Vielleicht ist gar bereits mit reichen Bildern und Geschichten zu erfahren, "was die Welt zusammen hält"..... vielleicht

Mit herzlichen Grüßen

Ekin Urjo

u.a. auch mit "einfachlebendig.de"



.....und auch mit **... lieben, was wir tun**





Mein Wunsch, mein Motto:



Ich bin

einfach & lebendig

..... wie ich bin

..... wer ich bin

....wobei das gelebte nicht wirklich erzählbar ist....

... wobei hier folgendes :

Annehmen, empfangen, "Lieben was Ist"In mancher Zeit bzw. des öfteren bringt es weniger, Einsichten und Antworten an Menschen mit Worten zu vermitteln. Da geht es dann einfach mehr um **Anwendung** und die **Erinnerung** an "Untersuchungs-Methoden", die Menschen zu ihren eigenen Antworten führen....

das Wissen anwenden und
"empfangen einfach" ...
.... all das manchmal eine Herausforderung

.... und erinnert sei hier auch an

interessante Hörbücher, hier z.T. mit

Hörproben bei

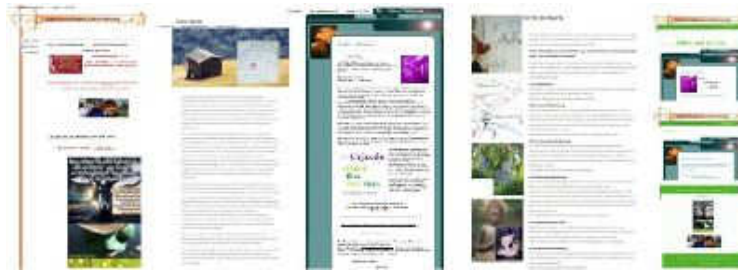
Homöopathie & Symbol und bei Auditorium-Netzwerk
u.a mit Andreas Krüger: ".....Glück....."
und "Vorträge Ursula Lyon" auf [sarpadasangha...](#)

und an die **4 Fragen** aus "The Work" von Byron Katie

1. Ist das wahr? -Wie sieht die Realität aus? -Wo ist Ihr Beweis dafür?
2. Können Sie mit absoluter Sicherheit wissen, dass das wahr ist? ..
3. Wie reagieren Sie, wenn Sie diesen Gedanken denken? ...
 - Wie fühlt sich das für Sie an? -Wie behandeln Sie dann andere?
 - Wie behandeln Sie sich selbst? -Was genau sagen oder tun Sie?
 - Bringt dieser Gedanke Stress oder Frieden in Ihr Leben? -Können Sie einen friedvollen Grund sehen, diesen Gedanken beizubehalten? ...
4. Wer wären Sie ohne diesen Gedanken?

Momentaufnahmen von Urjo.de :

Seit dem Jahr 2001 ist auf "WindundSonne.de" und ab Herbst 2008 auch auf "Urjo.de" **manches aus "meiner Arbeit"** genannt. Einige **Momentaufnahmen davon sind hier nachlesbar** in den folgenden auch **ausdruckbaren pdf-Dateien**:



Urjo.de per 09.08.2015 in [W&S=U_20150809](#) und LE (rd. 10,7 MB)

Urjo.de per 03.04.2014 in [W&S=U_20140403](#) und LE (rd. 3,8 MB)

Urjo.de per 19.10.2012 in [Urjo_20120923.pdf](#) (rund 4,7 MB groß)

Urjo.de per 29.09.2011 in [L=E_20110929.pdf](#) (rund 7,8 MB groß)

Urjo.de per 17.05.2010 in [L=E_20101207.pdf](#) (rund 2,5 MB groß)

Urjo.de per 18.12.2009 in [L=E_20100427.pdf](#) (rund 1,04 MB groß)

(weitere) **Downloads über Dropbox :**

[einfaleb_20150809_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).
[einfaleb_20150801_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).
[einfaleb_20141231_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).
[einfaleb_20140403_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).
[einfaleb_20120923_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).
[einfaleb_20110929_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).
[einfaleb_20101207_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).
[einfaleb_20100427_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).
[einfaleb_20090917_Urjo.pdf](#) --> [viaDropbox](#).

.... mit herzlichem Gruss

Urjo



u.a. mit <http://einfachlebensendig.de>
sowie <https://Urjo.de>

Urjo.de - Email- Adresse für Kontakt & Rückinfo (Feedback):

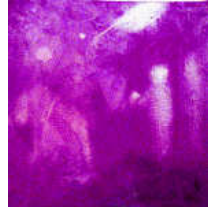
[ekin\(at\)urjo.de](mailto:ekin(at)urjo.de) oder [Urjo\(at\)Urjo.de](mailto:Urjo(at)Urjo.de)

*Wobei: Zur Vermeidung von Spam-Mails steht hier in der Email-Adresse ein "(at)".
Der Platzhalter "(at)" ist bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen zu ersetzen.*





diese Seite "Verknüpfungen / Links" ist eine Auswahl von Angeboten, - in - die Welt zu schauen



Diese Seite
Verknüpfungen (Vkg)

auf dem Weg
Motto&Wunsch

Urjo
Willkommen

..... sie ist ein ganz kleiner Auszug

aus all den Ozeanen von Worten, Bildern, Musik

- gut für mich selbst, u.a. zum Er-Innern.....

- und eine Einladung zum miteinander "tun & sein"

..... einfach lebendig einfachlebendig.de

----> BZS +TherB&GiSa+bhs-rigpa -urs&wirk- Sampa- MB+ WHe+ lwwt+ Mo
----> Owd-Q-Movie- O+OF-lwo- AK&DaLV-AumNa -Ha- Omph +WH+APel +L=Ew
----> Mh&Qo&DyM -CK-Outa&utaA-oshc+OR+OZT-D1&D2&D3-HomSym +RAI
----> ByK&MB&RB -Oshotab-tabaan-Mee-gibberisch&gi2 -espheali+ DyaMh
----> PJ&Ba&DPM-ASH+Arti-wewei-balo-B.A +Da- My- In+ AJ- OTMedi -MutderLi
----> nah-ruz -Coe-horiz&SsB-Prah-SiO-ZeW- Las&Kun- Schw-audionetzwerk
----> Visi-Ej-BeW-E+PM-SG-PHe-G+M+FY+FS-KGSH+SBm-KGSBe:12,14,15,
----> BeB&FH+DDH-F-TYo-SYo-Ay+Av-PJ-YE+IY-BDY-YD+Yoa+Yoj -wilko
----> WoE&AK+Sp&haf+H-S65-D.O -LV-WT+WS+37' &Neo-WedFrei...el....
...urjo.jimdo.com/vondortigen-internet-vkg.....Urjo@Urjo.de

meta.uni-han -- hulbee -- Yahoo --spugog -- BING -- dsu -- qwant -- fiba -- MeG
-- ecosia --dogp --excite-- MST -- AOL--unbubble --exts --swisscows

DNatBiblio- opLib-GuP+Ru- BBI+UBUniBI -TeDSL-...RAB- SBibBN+ULBUniBN
Tabl&NB -SRT-SA&GPI&ChA&CM&PWA-BS+ST-PG-MMo+ct-WA-Firfo&FiShic
mFi-mycr.org -WK+Of21+Ms+MD+li- C+Tf+ZN+mg+a+Wf+DW+WPh&WL&Wi7
GAKlartext+MiFa&4-12&3-14 -ttt&ttt+StT+camp&TISA+foebud-lesenswertes
wahlID -PrdeK+dont+fabo - CCC - BSI-fuer-Buerger- HPI- BSI-BOTFREI.de
----> ND + SeN +npS - NPE - Wdt - BDF - nabu + wwf - ... + asar
----> Ruec- VKHD>T+AM -dICD-vO-VOD+SAO -Yso-Wsay-Boa -Bausi
Hbb -BNWDROWL-Prmag-NTviv-Zat -TePM -Tvkl-TvTv-Hozu-Phoenili
WDFelive -Quarks -Tvfo- TerraX+2live - Zatt -1M+1live- BRa -Arte - 3sat
sverp-vavi-RNRW-TVI-TVf-TVS- nt+P7+24 -Aratg -Quer&QBlo&QYT+how+QS
ARDMF&ZD+tsendvp-EinsP+schoefe-netzki-livst+Magin- pel+rtw+DgrD

RBI+RB&RBS-1FM+R+BL-ES<-TiUE+ARDRaO-BSinRd+WDRaudioflash
ARDRad+WDR5+SWR3 -Pod+mPod- KHT&BH -Pod: NDR & BR &WDR
----> spoty+ deez- simf-flstr -Mox+reb-songt1-songt2-PLe- RTn-ASatiM+ZDoF
mTag +mHeut -mSW - DLF -Ra -BN+AR ---- absrePL-Ti -WDR2PL+ WDR5
----> WEK / WEA/ WE0 /WEC/ We1 / We2 / We3 / We4 / We5 / We6 / We7 / We8
WVkl+DRV+Stau-opst1+opst2+opst3-bike1+bike2+bike3 - wan1+wan2+wan3
----> tripadv -restfu - mondo - holidch -pedia -kay - trivag - forandreiseneV
Bing-Tw- Dood -GD+GM1+GM2+GgE --BN--NWADFC- RP1 / RP2/ RP3
----> RP4+ OviK+Gar+NokiaMa - AMa-GPso&Teasi - mNokMa -mFalk -RP5
----> NRWT- MOBI -NVR- SWB -VRS&mVRS -mFAZ -mTS -
----> RPT-VvOWL-mDB -NWwa -mFo-mSpi-mZt -mqG+mGA -mWDR
----> S&K+mNK -PBrst+pd+DHL- TeT -Tb-mdTb -mGeS- mTb - mARDTeT
----> Wikipedia & mWikipedia & WikipediaThemen

Dud+Brockh-Fil1+Fil2+Fil3+Fil4+Fil5+KIB -mWikty+Wiktionary-Brini
----> RechtlID-Gil+ RNRW&NRW&ITN- \$\$\$saktu&verl&freiverfuegbar
----> Hb& Mobg -NeB -DIP- Langsch+LFremwb-GoÜbsetg-Babylon
----> mWiksoe+Wiksoe -mLEO + LeoWöbu - PonsText+PonsWöb

Obligatorischer Haftungsausschluss / Rechtlicher Hinweis:

Bitte beachten Sie,

dass der Inhalt von externen Internetseiten, zu denen ein Link besteht,
wechseln kann. Eine diesbezügliche stetige Kontrolle ist dabei unmöglich.

Somit:

Für externe Seiten wird daher jede Gewähr abgelehnt;
sie werden auf eigene Verantwortung besucht.

Verantwortlich für den Inhalt all solcher Internetseiten ist einzig
und ausschließlich der jeweilige Anbieter oder Betreiber!

Letzte Aktualisierung an Verknüpfungen: **09.01.2017**
Teile des Textes sind **zuletzt aktualisiert** per **Datum**
in der obigen **Bezeichnung** dieses **Seiten-Registerblatts**

....so viele Möglichkeiten, die Welt an-zu-schauen....
wobei man in der Zeit auch
einfach lebendig im Augenblick sein kann.....

.....wobei ja so manches **außerordentliche gerade**
nicht bzw. auch nicht im Internet zu finden ist.....
und das gilt natürlich auch z.B. bei Büchern, wo manches leider nicht mehr
aufgelegt wird.....

1. - The Ultimate - - Das Höchste
2. Commune / sangha - Die Kommune / Gemeinschaft
3. Enlightenment - Erleuchtung
4. Surrender - Sich ausliefern
5. Ultimate Accident - Der höchste Unfall
6. Greed - Gier
7. Beyond Greed - Jenseits von Gier
8. Disciplehood - Jüngerschaft
9. Greatest Miracle - Das größte Wunder
10. Worth - Wert
11. Ordinarity - Gewöhnlichkeit
12. Receptivity - Empfänglichkeit
13. Dropping Knowledge - Wissen loslassen
14. Trust - Vertrauen
15. Vulnerability - Verletzbarkeit
16. Imitation - Nachahmung
17. Awareness - Bewußtheit
18. Meditation - Meditation
19. Becoming Centered - Die Mitte finden
20. Understanding - Einsicht
21. Giving - Geben
22. Innocence - Unschuld
23. Prayer - Gebet
24. Misuse of Power - Machtmißbrauch
25. Practicality - Sinn fürs Praktische
26. Comparison - Vergleichen
27. Judgement - Urteilen
28. Self-Acceptance - Akzeptiere dich
29. Gratefulness - Dankbarkeit
30. Death/That Which Never Dies - Tod/Das, was nie stirbt
31. Acceptance - Alles annehmen
32. Beyond the Small Family - Über die kleine Familie hinaus
33. Rebirth/ Moment to Moment - Neugeburt/ von Moment zu Moment
34. Anger - Wut
35. Mastery of Moods - Die Stimmungen meistern
36. Gates of Hell - Das Tor zur Hölle
37. Gates of Heaven - Das Tor zum Himmel
38. Transformation - Transformation
39. Creativity - Kreativität
40. Wholeness - Ganzwerden
41. Failure - Scheitern
42. Worry/Anxiety - Sorge/Angst
43. Mind - Kopf
44. Desire - Begehren
45. Postponement - Aufschub
46. Searching, Seeking, Questing- Forschen, Streben, Suchen
47. Hope - Hoffnung
48. Challenge - Herausforderung
49. Love - Liebe
50. Compassion - Mitgefühl
51. Courage - Mut
52. Repentance - Reue
53. Play - Spiel
54. Single-Pointedness - Unbeirrbarkeit
55. Sex - Sex
56. Devotion - Hingabe
57. Intelligence - Intelligenz
58. Work/Worship - Arbeit/Andacht
59. Come, Come, Yet Again Come - Komm, komm und noch einmal: Komm
- 60.. Laughter - Lachen

Urjo.de - Email-Adresse für Kontakt & Feedback...

..... **Urjo (at) urjo.de** ...

Wobei: Zur Vermeidung von Spam-Mails steht hier in der Email-Adresse ein "(at)".
Der Platzhalter "(at)" ist bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen zu ersetzen.





Auf dem Weg - also stets im Fluss.....

"Das schwerste ist, was dir am leichtesten erscheint - zu sehen und zu erkennen, was direkt vor dir, direkt vor deinen Augen ist"

"Erlauben sich zu Er-Innern
und erkennen, was wirklich ist"

Ich empfangen,
ich anerkenne,
ich akzeptiere,
ich verwandle...



Selbst authentisch leben und gleichzeitig Beobachter sein und gleichzeitig Zeuge sein?!

Liebe spüren für mich, für den jetzigen Moment und den Ort, wo ich gerade bin - mich ganz in mir spüren, ganz in meinem Sein spüren - und dann aus ganzem **Berührtsein und Liebe überfließen** - das ist die **echte Nahrung** zum Leben und die beste Grundlage, um in **Kontakt mit (dem) anderen** zu sein.

"Gleichzeitigkeit von Schmerz und Leichtigkeit spüren - selbst im Empfangen von Schmerz genährt sein"

Wirklich **nähren** können wir uns als Erwachsene **nur selbst**. Zu meinen, andere hätten uns Energie zu verschaffen und zu geben, ist ein Trugbild und Quelle für so viel an menschlicher Verstrickung, Manipulation, Gewalt.

"Der Erwachsene braucht es nicht, geliebt zu werden, aber er braucht es, selbst zu lieben und anzuerkennen"

Die **größte Aufgabe** des Erwachsenen, jeder Frau & jeden Mannes:
Sich **kümmern um** die -eigenen- Kinder. Und dabei
an allererster Stelle um das jeweils eigene "Innere Kind"

"Nicht unsere lautesten - sondern unsere stillsten Stunden sind die größten Geschenke"

"Angst ist Nahrung für Bleiben im Verharren, nicht hin zu sehen, dass **ist, was es ist** und und wie es ist."

"Lieben ist Empfangen" - und Lieben beruht auf Vertrauen und Freiheit

Mindestens 2 "Gewißeheiten" im Leben: "Alles ist vergänglich" und
"Vergangenheit ist Geschichte,
Zukunft ist Geheimnis,
aber jeder Augenblick ist ein Geschenk"

Totalität & jetzt von der eigenen Tätigkeit absorbiert sein, ganz darin aufgehen; eine geistige Leere (Verstandes-Leere) im Handeln und Nicht-Handeln

Die beiden **Haupteinschränkungen (Kastrationen)** beim Kind, das seine Ausdrucksfreiheit nicht wahrnehmen konnte und das nicht anerkannt und geliebt wurde sind **Kraft und Liebe**. Kraftmangel wird es daran hindern **sich auszudrücken, sich das Recht zu geben und etwas zu wagen**... Liebesmangel wird es ihm unmöglich machen zu **empfangen, sein Herz zu öffnen, zu akzeptieren**,....

Jede Beziehung zu einem Menschen ist wie eine Brücke- wobei: "Geh hinüber, aber bau nicht dein Haus darauf"

Mancher Mensch mag nicht von mir **berührt** sein - vielleicht aus Angst, sein eigenes Leben würde "zu sehr" erschüttert, ja vielleicht lehnt er mich bzw. das, was er in mir sieht, ganz ab oder für die-/denjenigen gibt es einfach wichtigeres. Es ist ihre/seine Freiheit, für sich zu wählen, ich akzeptiere das. Aber dieses Wählen sollte jeder nur **für sich selbst** tun - nicht für andere Erwachsene.

Wenn jeder seinen Weg geht und sich dabei unsere Wege oft kreuzen und wir dabei dann jeweils ein Stück Weges total miteinander gehen, dann ist das..... eine sehr reiche und beschenkte Beziehung.

Wenn wir einen Weg gehen, mag es uns teilweise als Umweg vorkommen. Doch beim Blick zurück, da ist der Weg stets gerade.

Dazu einige Momentaufnahmen..... bzw. weitere Sichtweisen ("Visionen"):

"Ich freu mich, dass du den Mut hast, dich für dich und
für das Leben zu **entscheiden** - und **dabei**
mitfühlend, verletzlich und sensibel.... zu bleiben"

"Leichtigkeit statt Schwere - ich bin in meiner Kraft - in Klarheit, Gelassenheit und Präsenz"

"Ganz einfach lebendig all-ein sein" und danach
auch mal "ganz in Ge-danke-n"

"Wer das rechte Schauen hat, der hat auch das Staunen - und wer staunen kann, der hat das Leben in seiner Fülle"

"Jeder sieht, was du scheinst, aber nur wenige fühlen
bewußt, was du bist"

"Von der unbewußten Vollkommenheit zur bewußten Vollkommenheit durch Ozeane und ein Meer von Worten, Bildern, Musik"

"Traurigkeit darf sein und in diesem Ja steckt die Kraft, sie auszuhalten"

Der eine wird aufgerieben, der andere zurecht geschliffen - das Material, der Standpunkt, das "Textbuch des Lebens" und das Erinnern entscheiden.

auch unbewußter Schmerz "auf die Welt" verursacht Niedergeschlagenheit,
Gelähmtsein

Emotionale Zysten =unverarbeitete/versteckte Erfahrungen, die dazu führen, dass wir in daran unbewußt "erinnernden" Situationen dann unangemessen und "zwanghaft" heftig (re-)agieren

die Wut (Du hast mir **weh** getan) als Türöffner nutzen zu können, um so den

eigenen Schmerz zu sehen, anzuerkennen (**ich habe** Schmerz) und zu verwandeln, um so **stärker** und **glücklicher** immer weiter ein wenig mehr zu heilen, sich zu reinigen..... lebendiger und klarer zu werden

Es gibt die Möglichkeit "Stop" zu sagen, der Erwachsenen hat den freien Willen zur Verfügung

Wenn nur einer liebt, ist es keine Beziehung unter gleichen, "es reicht auf Dauer nicht, wenn nur einer liebt"

Das Verliebtsein ist weg, was bleibt ist Liebe - Liebe -was immer du tust- was für ein Geschenk!

An das "Wichtige im Leben" mich "gelegentlich" einfach immer wieder mal erinnern und dadurch dann gegebenenfalls auch noch zusätzliches entdecken

Warten ohne zu warten - auf das mich selbst fallen lassen, mich einfach ganz hingeben - Hingabe....

Atmen: Herz erweckt - Kopf zerbrochen

Leben= Vorbereiten auf das Danach? - Leben= ganz dem Hier und Jetzt hingeben, genießen, tanzen?Beide haben recht..... auch hier

Perfektion ist ein Tod, da fließt und verändert sich nichts mehr, Starrheit.

Eine kleine Spielerei hier -für den Verstand-....

"Leben ist aussuchen" **stimmt** - und gleichzeitig **stimmt**
"Leben ist anzunehmen, was gerade ist"

.....empfangen - schenken handeln - nichthandeln einbringen - einmischen verweigern - einlassen nichtwählen - wählen all_ein - einsam akzeptieren - ablehnen Macht - Ohnmacht Leben - Nebel Lüge - Wahrheit weiße Mäuse - schwarze Ratten Beliebigkeit - Verlässlichkeit Geheimnistuerei - Verschwiegenheit Wahn - Wirklichkeit Lehrer - leerer Anmaßung - Respekt Mutmaßen - Wissen Projizieren - Sehen be-nebel-tsein - bewußt-sein Verdrängen - Erinnern (H)heiliger - (H)heiler Zwänge - Freiheit Enge - Weite Verstand - Bewußtsein Schmerz - Scherz Angst - Liebe

Der Weg ist immer, beides einzeln **ganz** zu verstehen, zu **begreifen** und dann in **ein Ganzes** überfließen zu lassen ("1+1=1") und **sehen**

"....Meditation bedeutet nur selten, zurückgezogen und still zu sein; vielmehr kann eine spontane und natürliche Praxis der Meditation unser unbewusstes Funktionieren in bewusste Aktion verändern. ...zur Meditation finden, damit wir unser menschliches und spirituelles Verständnis entwickeln können...."

Warum ist das hier auf-geschrieben?

Hier aufgeschrieben, die Gründe dazu sind vielerlei:

So hat das Schreiben hier einige Vorzüge, ich kann immer die Zeit zum Schreiben oder Nachlesen nehmen, wenn der Moment paßt und jederfrau & jederman kann dies anschauen -wann und wo sie/er es möchte- oder es ebenso ganz lassen. Jeder kann immer mal wieder nachlesen, was ist denn da genau(er) - also gegen das Vergessen und für das besser Verstehen und **für** das Erinnern. Doch vor allem: Eigenes Schreiben kann mithelfen,

eigene Klarheit für sich selbst zu gewinnen.

Zudem: Dhyan Manish, eben einfach Manish, den ich heute für seine Arbeit und für sein Sein sehr schätze, dessen **Totalität, wie er sie versteht**, ich mit seiner Arbeit liebe, schenkt sinngemäß folgendes "Bild" als Tip fürs Leben: Jeder Mensch hat ein unsichtbares Buch, in das immerzu mit unsichtbarer Tinte seine Lebens-Überzeugungen geschrieben werden. Und viele andere Menschen versuchen, dort das ihre hinein zu schreiben, im großen Umfang geschieht dies in den Tagen der Kindheit und durch das Zuhause. Es ist wichtig, all dies fremde aus zu radieren und dann dort eigene Sätze bewußt hinein zu schreiben, selbst wenn das, was ich selbst dann in mein Buch schreibe, z.T. dem gleicht, was andere mir hineinschrieben. Mir gefällt dieses Bild sehr, es ist für mich ein sehr konstruktiver Umgang mit dem eigenen Sein. Und mitunter find ich es einfach gut, wie hier mit ganz **sichtbarer** Tinte zu schreiben.

Es ist auch eine Einladung zum **miteinander**
sein & stand: 01.08.2018 an erster Stelle bleibt:

Es einfach selbst präsent zu **leben**
....erleben, durchleben, erfahren,
täglich zu praktizieren.....

Vorbeugender Hinweis: Selbst wenn es wie auf diesen Seiten hier, um "einfach lebendig sein" geht, bin ich mir heute folgendem bewußt: Gerade im spirituellen Bereich kann ein Streben nach Recht haben/ nach Macht oder Energie der anderen haben wollen sehr undurchsichtig sein. Es kann sich zeitweise "gut" hinter einem scheinheiligen "was bin ich doch selbstlos und bescheiden" verstecken. Gut finde ich dann diesen Satz vor Augen zu haben:

**Wann immer du dich wissend bzw. mächtig fühlst,
aber als Gegenmittel keine Liebe in dir hast, wird deine
Fähigkeit zu machen" anderen zur Katastrophe.**

Dank: Mit echten Danksagungen ist das so eine Sache, ist eine Person, sind einzelne -Personen- heraus zu greifen....? Im **Augenblick** stimmt für mich:
Der Existenz sei Dank, **so leben und lieben zu fühlen**.

Für mich hilfreiche / wichtige spirituellen Begleiter /Lehrer **ab 2000** waren u.a.:

Dhyan Manish - Neben seiner **Sichtweise der emotionalen Zysten**
und seiner Sichtweise der **8 Chakren** **schätze ich** insbesondere
sein Credo "**Lieben ist Empfangen**" als Grundüberzeugung zum Leben.

Wobei ich dabei u.a. empfinde:
"**Lieben ist Empfangen**", drei leicht geschriebene Worte - aber deren Tiefe zu verstehen und dies dann auch wirklich zu leben, dafür bedarf es viel.....

Mitte **2006 begann** meine "Arbeit" bei bzw. mit Manish.....
Aus Freude daran habe ich u.a. in **2008** die Internetseite "einfachlebendig.de"
("L=E") **kreiert** und in den Folgejahren allein gestaltet, recherchiert und betreut.....

Ursula Lyon - u.a. Yogalehrererausbilderin und Buddhismus-Lehrende
(vgl. auch ggf. pdf-Datei rd.1,94 MB groß)

In **2000 begann** meine "Arbeit" bei bzw. mit Ursula..... Metta-Meditation,
Vipassana-Meditation, Sompada Yoga.....

..... wobei nun der freie Wille an dieser Stelle sagt:
hier genug geschrieben, **" S T O P "**

..... von "im Fluss sein" zum "(selbst) Fluss sein"
.... mit **Konzentration auf das eigene Tun**.....
.... Ichglänze jenseitsvoneinsbissechs





Urjo.de
einfach
fürs
frei Sein

Urjo.de ... Home

[.....]

[...]

Urjo.de aktuell

Herzlich Willkommen

<http://Urjo.de>
einfach
fürs
frei Sein
Urjo@Urjo.de

Die bisherigen Seiten von Urjo.de
von vor 2017 sind
weiterhin online auf

WindundSonne.de



für Aktuelles siehe auf der (auch oben anwählbaren) Seite [Urjo.de aktuell](http://Urjo.de.....aktuell)

Herzliche Grüße

[Ekin Urjo](#)

neben <http://windundsonne.de> siehe ggf. auch <http://urjo.jimdo.com> und <http://einfachlebendig.de>



Obligatorischer Haftungsausschluss / Rechtlicher Hinweis:

Bitte beachten Sie,

dass der Inhalt von externen Internetseiten, zu denen ein Link besteht, wechseln kann. Eine diesbezügliche stetige Kontrolle ist dabei unmöglich.

Somit:

**Für externe Seiten wird daher jede Gewähr abgelehnt;
sie werden auf eigene Verantwortung besucht.**

**Verantwortlich für den Inhalt all solcher Internetseiten ist einzig
und ausschließlich der jeweilige Anbieter oder Betreiber!**

..... so weit im Moment hier auf urjo.de

[Druckversion](#) | [Sitemap](#) [Diese Seite weiterempfehlen](#)

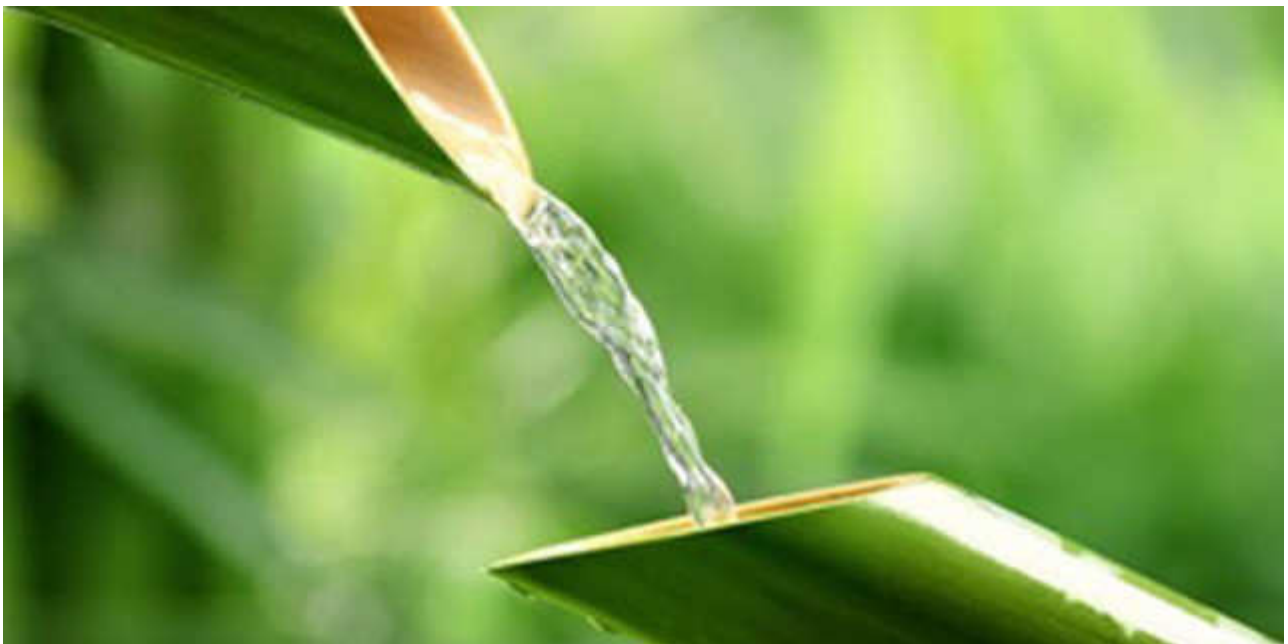
© Urjo.de ----- Email: [Urjo\(at\)Urjo.de](mailto:Urjo(at)Urjo.de) ----- dabei: Zur Vermeidung von Spam-Mails steht hier in der Email-Adresse ein "(at)". Der Platzhalter "(at)" ist bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen zu ersetzen.

AUTHENTIC HEALER DHYAN MANISH

DIE SCHLÜSSEL » VISION » WEGE ZUR HEILUNG

STARTSEITE » LIEBEN IST EMPFANGEN

LIEBEN IST EMPFANGEN



Es ist wichtig, zwischen geben und schenken zu differenzieren.

Wenn ich schenke, schenke ich der Existenz, aber wenn ich gebe, gebe ich dem Menschen. Der Unterschied ist wichtig. Es kann nur dann eine Gabe geben, wenn der andere sie empfängt. Es ist eine gewisse Macht im Akt des Gebens. Es ist eine menschliche Konditionierung, die uns sehr beeinträchtigt.

Man hört oft die Eltern zu den Kinder sagen: „Schau, all die Liebe, die ich dir gegeben habe.“

Das Wort geben ist eine Macht, welche die Eltern über die Kinder haben. Wenn sie geben, ist unausgesprochen gemeint, dass das Kind nehmen muss, ganz zu schweigen von der Schuld, die es hat, wenn es nicht nimmt.

Schenken ist kostenlos, im „Geben“ gibt es den Hintergedanken von Kompensation und Macht. Die Liebe, die gegeben wird, muss auf die eine oder andere Art bezahlt werden. Liebe, die geschenkt wird, ist kostenlos, du nimmst sie

Schenken ist Mitgefühl, Empfänglichkeit ist Liebe.

Der Begriff „die Gabe“ bedeutet wahrhaftig „Schenken“. Es bedeutet geben ohne Gegenleistung, ohne Bedingung. Er wurde jedoch so sehr transformiert und so oft falsch benutzt, dass er seinen wahren Wert verloren hat. Das gleiche gilt für die Worte „Ich liebe dich“. Es wäre besser zu sagen: „Ich empfangen dich“, weil lieben so sehr im Sinne von geben verwendet wurde. In der spirituellen Energie ist Liebe eine Energie, die empfangen wird.

Ich bin Liebe, ich bin Empfänglichkeit.

Ich schenke dir meine Liebe, ich schenke dir meine Empfänglichkeit.

Anders gesagt, ich biete dir meine Offenheit und es gibt keine Macht mehr über den anderen. Wenn ihr „Ich liebe dich“ sagt und in euch ist einfach „ich empfangen dich“, habt ihr keine Macht mehr über den anderen und der andere hat keine Macht mehr über euch.

Welche Macht kann der andere haben, wenn ihr „Ich empfangen dich“ sagt? Überhaupt keine, denn ich empfangen ihn bedingungslos. Im jüdisch-christlichen System ist es immer so gewesen: „Ich liebe dich, also gebe ich dir.“ Und mitunter steht unausgesprochen dahinter: „Du stehst in meiner Schuld. Ich bin gut, ich bin perfekt, weil ich dir Liebe gebe. Aber du, du musst sie zurückzahlen.“ Deshalb versuchen viele Kinder ihr Leben lang, die Liebe, die sie nie wirklich von ihren Eltern bekommen haben, zurückzuzahlen. Deshalb werden sie zu fleißigen Schülern und sind immer nett (sie prostituieren sich). Sie warten immer auf diese Liebe. Das Kind und selbst der Erwachsene suchen immer diese fehlende Liebe.

Die Eltern sagen oft „Ich gebe dir Liebe“ und denken, dass sie ihre Kinder lieben, weil sie konditioniert sind und man ihnen beigebracht hat, dass es das ist, was gute Eltern ausmacht.

Liebe war oft ein System der Macht über den anderen, eine Manipulation. Das Kind selbst weiß genau, was Liebe ist, und es wartet auf sie. Manche warten ihr ganzes Leben, weil sie glauben, dass der andere ihnen Liebe geben muss. Es ist nicht am anderen, uns Liebe zu geben. Es ist an uns, sie zu empfangen. Es ist an uns, den anderen zu empfangen, weil LIEBEN EMPFANGEN IST.

Wenn wir innerlich die Bedeutung von „Lieben ist empfangen“ verstanden haben, dann haben wir keine Macht mehr über die anderen und die anderen haben keine Macht mehr über uns. Wenn der andere „Ich empfangen dich“ zu euch sagt, dann kann es da keine Macht mehr geben. Es ist so wichtig, sich geliebt zu fühlen, sich empfangen zu fühlen.

Das Kind liebt von Natur aus seine Eltern, es ist an den Eltern zu lernen, ihre Kinder zu lieben.

Manish ▸ DIE WIRKUNG DER EMOTIONEN IN UNSEREM TÄGLICHEN LEBEN

DIE WIRKUNG DER EMOTIONEN IM ALLTAG UND UNSEREM LEBEN

Wenn ein Kind eine emotionale Information empfängt, erfährt es eine energetische Entladung, die sich auf physischem Niveau umwandeln kann. Sie drückt sich durch Adrenalin aus und kreiert das, was ich eine emotionale Zyste nenne. Die unterdrückte Emotion wandelt sich also im Körper in kleine Blasen um, die eine Information enthalten. Später materialisieren sich diese Zysten und werden physisch.

"Die emotionalen Zysten platzieren sich im Blutsystem, den Muskeln, den Gelenken und in den Organen. Diese Zysten sind eine lebendige Energie, weil sie im Inneren eine Information tragen in Bezug auf eine emotionale Erinnerung. Die Medizin erkennt noch nicht die mikroskopisch kleinen Zysten an, die wachsen und einen Krebs bilden können. Nur einige Außenseiter erkennen die neue Sichtweise über die Entstehung von Krankheit an, die Zukunft wird die Wahrheit über diese Zweifel bringen."

(Manish - 90er Jahre)

Es ist 30 Jahre her, dass ich diese Vision hatte, und ich benutze sie seitdem in meinen Techniken der Bewusstwerdung, der Meditation, in meinen Gruppen und Einzelsitzungen sowie in meinen Vorträgen. Heute hat die Epigenetik (Studium der erblichen Veränderungen in der Genomfunktion, die ohne Änderung der DNA-Sequenz auftreten) wissenschaftlich bewiesen und anerkannt, dass diese Vision wahr ist. Mehrere Wissenschaftler haben dafür den Nobelpreis bekommen. Natürlich ist die Ausdrucksweise, die Benennung, das Vokabular anders als das Meine. Die emotionalen Zysten sind "Methyle" bzw. "Methylgruppen" geworden, auch "Methylierung" genannt.

Die Methylierung inaktiviert bestimmte Gene. Ein physischer Schock oder chronischer Stress, im Körper kreiert, so wie ich es zuvor erklärt habe, können das physische Phänomen der Methylierung auslösen. Besetzt von Methylmolekülen (CH₃) können sich bestimmte Gene nicht mehr auf der DNA eintragen, was Stress provoziert, einen depressiven Zustand, ein Unwohlsein.

Der emotionale Ausdruck, Meditation, Entspannung und Wohlbefinden wirken direkt auf die Methylgruppen (Methylierung) und heben die Methylmarker auf der DNA auf. Die Methyle verschwinden, die Gene werden aktiviert und nehmen ihre Funktion wieder auf bzw. führen sie fort.

Für manche Kinder kann der Stress schon vor der Geburt beginnen, sie können dadurch sehr erhöhte Cortisolwerte haben, also sehr sensibel sein für Stress und Emotionen. Die Epigenetik ist eine Schnittstelle zwischen unseren Genen, die statisch sind, und der Umgebung, die variabel und aktiv ist. Die genetische Referenz bleibt die gleiche, aber die Interpretation variiert im Laufe des Lebens entsprechend den epigenetischen Markierungen.

Die persönliche Entwicklung, Meditation, Entspannung und das Sich-Bewusstwerden seiner zurückgehaltenen Emotionen wirken direkt auf die Methylmarkierungen der DNA und fördern die Transformation physischer wie psychischer Gesundheitsprobleme. Diese wissenschaftliche Entdeckung sagt ganz klar, dass wir unsere Gesundheit und unser Verhalten im Leben ändern können, und dass dies nur von unserem eigenen Willen und unseren eigenen Aktionen abhängt. Sie sagt gleichermaßen aus, dass wir einen direkten Einfluss auf unsere eigene DNA haben.

Dieser ganze Prozess nennt sich "SELBSTTHEILUNG" - und es ist auch Spiritualität, sein Verhalten zu ändern und nicht die Situation. Das Sich-Bewusstwerden und die individuelle Selbstverantwortung ist die schönste aller Religionen.



Espace Healing
Centre de Méditation Osho



Manish ▸ DER KLEINE TOD

Eine meiner Klientinnen erzählte mir einen Traum, den sie oft träumte:

"Ein Kind steht am geöffneten Fenster eines Hauses, an einem Marktplatz, auf dem viele Menschen sind. Das Kind will springen und es ist sehr hoch. Es zögert lange. Mehrere Leute sehen das Kind, aber sie tun nichts und erledigen weiter ihre Einkäufe. Das Kind springt schließlich und stirbt, als es auf dem Boden aufschlägt. Die Leute sehen das tote Kind und beginnen es zu bedauern, aber niemand fragt: "Warum hat dieses Kind das getan?" Sie vergessen das Kind und fahren mit ihrem Leben fort."

Die Geschichte ist die Geschichte unseres eigenen inneren Kindes. Wenn ein Kind nicht ausreichend genährt wurde, keine Zuwendung, Anerkennung und Liebe empfangen hat, wenn nicht alle für sein Heranwachsen unverzichtbaren Bedürfnisse befriedigt wurden, dann leidet es und kann daran sterben. Wenn dieses Kind dann erwachsen ist, lebt es weiter, aber sein inneres Kind ist tot, vergessen.

Die Erwachsenen wissen nicht mehr, warum sie leben, und handeln wie Roboter, wie Automaten, und sie stellen sich nicht mehr die Frage: "Warum ist mein Leben so?" Sie tun es nicht, weil sie nicht mehr sehen. Sie sind in ihre Gewohnheiten gegangen, in ihre materielle Sicherheit - das ist **der kleine Tod**.

Die moderne Gesellschaft kreiert diesen kleinen Tod. Um die Menschen besser dominieren zu können, zu kontrollieren und um Macht über sie zu haben, indem sie Kompensatoren anbietet (Drogen, Alkohol, Arbeit, exzessives Konsumieren, Urteil, Kritik, Träume...).

Um dem inneren Kind wieder Leben zurückzugeben, muss sich der Erwachsene zuerst um sich selbst kümmern, weil das die einzige Person ist, die helfen kann. Der Erwachsene ist der einzige zwischen seinem inneren Kind und dem Außen, den anderen. Um diesen kleinen Tod transformieren zu können, muss der Erwachsene sein Herz öffnen, indem er seine Emotionen ausdrückt, sich von seinen Konditionierungen und Ängsten befreit. Nur so kann er seine Unschuld wiederfinden, seine Spontaneität, seine Verletzlichkeit und die bedingungslose Liebe des Kindes.

Dies verlangt einen ungeheuren Mut, aber das Kind braucht es wirklich, um zu wachsen und seinen Erwachsenen wiederzufinden. Beide zusammen können dann mit sehr viel Klarheit, Freude, Heiterkeit und Freiheit durch diese chaotische Periode gehen. Dieser Weg nennt sich der spirituelle Weg.

das Zentrum

OSHO

Manish

Meditation

Seminare / Feste

Einzel Sitzungen

AUSBILDUNG
AUTHENTISCHER
HEILER KÖLN

MANISH IN
DEUTSCHLAND

Kalender (D) 2014

Manish ▶ EIN WIND DER FREIHEIT

Die Nachrichten heute informieren uns über alle revolutionären Ereignisse auf der Welt, über die politischen Veränderungen in den unterdrückten Ländern wie beispielsweise im Nahen Osten.

Diese Länder wurden jahrhundertlang durch ausländische Nationen und deren Diktatoren unterdrückt. Vielleicht war dies notwendig, aber jetzt wollen die Einheimischen frei sein und nicht mehr dominiert werden. Sie wachsen, und wie Jugendliche wollen sie mündig und erwachsen sein.

Der Erfolg ihres Kampfes wird darin liegen, dass sie nicht eine "politische" Macht durch eine andere, z. B. "religiöse", Macht austauschen. Sie müssen in eine wahre weltliche Demokratie eintreten, ihr religiöser Glaube muss individuell werden, selbst wenn man ihn gemeinsam teilt.

Die individuelle Religion ist die:
Spiritualität

Jedes menschliche Wesen ist ein Tempel, der seinen eigenen Glauben in sich aufnimmt. Wenn das Wesen religiös, gläubig oder atheistisch ist, und diese Wahrheit entdeckt, kann es seinen Glauben nicht mehr mit dem Außen vergleichen, es wird frei sein, für sich selbst zu glauben, zu praktizieren, zu beten, zu meditieren. Dies ist die wahre und einzige RELIGIÖSE FREIHEIT.

Das menschliche Wesen ist die freieste lebende Art auf der Erde.

Frei, autonom oder abhängig zu sein.

Frei, zu kreieren oder zu zerstören.

Frei, zu leben oder zu sterben.

Frei, sich zu entwickeln oder zu vegetieren.

Frei, ein Werkzeug zu sein oder eine Waffe.

Mit der Geburt wird das Kind autonom, es ist seine erste Freiheit. Später, dank seiner Fähigkeit zu abstrahieren, hat es die Möglichkeit, das Abstrakte zu verstehen und es zu wählen. Im Erwachsenenalter hat es also die Möglichkeit, all sein aufgenommenes Wissen und seine Kenntnisse zu nutzen oder nicht zu nutzen.

Die Freiheit ist untrennbar von der Verantwortung und dem Bewusstsein.

Um frei zu sein, dürfen wir dem anderen nicht anbieten, uns zu dominieren. Wir müssen ebenso JA oder NEIN sagen können, wenn es notwendig ist.

Die Freiheit muss im Inneren von uns sein. Es verlangt einen großen Mut, "man selbst" zu sein, weil es bequem ist, sich bemuttern oder bevatern zu lassen.

Indem man sich kindisch macht, erlöscht die Entwicklung, wird sie stillgelegt.
Indem man "man selbst" ist, entwickeln wir uns und leben voll und ganz unsere FREIHEIT.

DER WEG DES HERZENS



Posted by authentic on Nov 4, 2014 in Die Schlüssel |

Der Weg des Herzens: Empfangen – Anerkennen – Akzeptieren – Transformieren

Der Weg des Herzens ist ein wichtiger Schlüssel in meiner Vision für die menschliche Entwicklung. Dieser Schlüssel ist ein Passepartout, denn er öffnet alle Türen. Er ist ein therapeutischer Prozess, der uns den Weg in die Welt des Bewusstseins zeigt. Er ist auch die Fortführung des Wegs des Kriegers, wenn die Transformation dort nicht komplett abgeschlossen ist.

Die vier Phasen des Wegs des Herzens müssen mit Bewusstsein verstanden werden, nicht mit dem Kopf, nicht mit dem Verstand. Sie müssen im Inneren verstanden werden, nicht im Äußeren.

Dieser Weg umfasst vier Dimensionen:

Die erste Dimension: DIE EMPFÄNGLICHKEIT

Für den Einstieg in diesen Prozess ist es wichtig, empfänglich und offen zu sein, um das zu lösende Problem erneut zu erleben.

Die zweite Dimension: DIE ANERKENNUNG

Hier wird das Problem angeschaut, analysiert und verstanden, um sich noch besser bewusst zu werden.

Die dritte Dimension: DIE AKZEPTANZ

Hier wird bewusst JA zur Existenz gesagt und anerkannt, dass das Problem ein Geschenk ist.

Die vierte Dimension: DIE TRANSFORMATION

Schließlich erlaubt man dem Prozess, sich zu entfalten. Die Verwandlung hin zur bedingungslosen Liebe vollzieht sich auf natürliche Weise.

Wenn die Verletzungen auf dem Weg des Kriegers nicht vollkommen transformiert werden konnten, bleiben sie präsent. Auch wenn sie nicht mehr so schmerzhaft sind, müssen sie transformiert werden, damit man sein Verhalten sich selbst und anderen gegenüber verändern kann.

Um den Weg des Herzens besser verstehen zu können, hier das Beispiel eines Boten, der ein Paket zustellt:

- Wenn du das Paket draußen lässt, wirst du es nie sehen. Öffne die Tür, empfange das Paket, nimm es entgegen. Das ist Empfänglichkeit.
- Wenn du das Paket nicht auspackst, wirst du nie wissen, was darin ist. Öffne das Paket und schau dir an, was drin ist. Identifiziere das Objekt, analysiere es, schau es dir an. Das ist Anerkennung.
- Wenn du das Objekt im Paket lässt, ist es unnütz. Gib ihm einen Platz, eine Funktion. Das ist Akzeptanz.
- Dieses Objekt wird dein Haus und dein Verhalten verändern. Das ist Transformation.

DER WEG DES KRIEGERERS



Posted by authentic on Nov 4, 2014 in Die Schlüssel |

Der Weg des Kriegers ist eine von mir erschaffene therapeutische Technik zur Transformation der Verletzungen des Kindes.

Wenn ein Kind verletzt wird, sagt es ganz einfach „Das tut mir weh“, ohne dem Äußeren die Schuld für die Verletzung zu geben, denn das Kind ist in seinem Inneren und es ist sein Inneres, das verletzt ist. Später kann es dann schauen, woher die Verletzung kam, und es wird erkennen, dass es das Äußere war, das ihm weh getan hat. Dann kann es sagen „Du hast mir weh getan“ und es kann seiner Wut Ausdruck verleihen oder es unterdrückt sie.

Verletzungen sind wie Stacheln in unseren Füßen. Sie tun uns immer weh, auch wenn wir sie vergessen haben. Um uns von ihnen zu befreien, müssen wir sie herausziehen, auch wenn diese Therapie weh tut.

Normalerweise unterdrückt das Kind seine Wut, weil es nicht das Recht und die Mittel hat, sie auszudrücken, und weil es zu viel Liebe für seine Eltern empfindet. Diese Unterdrückung ist bewusst oder unbewusst immer im Kind präsent und es drückt sie gegenüber sich selbst oder gegenüber anderen aus, aber selten, um zu wachsen oder sie zu transformieren.

Der Weg des Kriegers bedeutet, sich von seinen Verhaltensweisen, der erlebten Ungerechtigkeit und den Schmerzen zu befreien, indem man den Prozess umkehrt. Diesen Prozess kann man mit einem Partner durchlaufen, der die Rolle des ursprünglich für den Schmerz Verantwortlichen übernimmt. Wenn die reelle Person offen, empfänglich und verständnisvoll ist, kann der Prozess auch mit ihr durchgeführt werden.

Die erste Phase: DER AUSDRUCK

Die Unterdrückung der Ungerechtigkeit und des Schmerzes verbal zum Ausdruck bringen, um dadurch die einstige Situation erneut zu erleben und sich ihrer bewusst zu werden.

Die zweite Phase: „DU HAST MIR WEH GETAN“

Dem anderen den Schmerz durch Äußerung von Wut zurückgeben: „Du hast mir weh getan“, indem man auf ein Kissen haut oder mit dem Kissen auf den Boden schlägt, nicht gegen den anderen, sondern für sich selbst. Dem anderen alle negativen Emotionen schenken, die Wut, die Aggressivität, den Hass etc. und ihm dabei in die Augen schauen.

Die dritte Phase: „ICH HABE SCHMERZEN“

Den Schmerz ausdrücken, indem man die Stirn auf den Boden oder das Kissen senkt und seine Tränen laufen lässt und sagt: „Ich habe Schmerzen.“ Der Partner kann seine Hände auf die Schultern des Kriegers legen und ihn mit Liebe empfangen.

Die vierte Phase: DIE TRANSFORMATION

Wenn das Weinen beendet ist, umarmen sich die beiden Partner und sagen aus ihrem Herzen heraus „Ich liebe dich“. Der Krieger kann auch „Ich liebe dich“ zu demjenigen sagen, der ihm die Verletzung zugefügt hat. Die Transformation vollzieht sich anschließend auf natürlich Weise von ganz allein.

DAS HAUS

<http://urjo.de> --- <http://einfachlebendig.de> --- Stand: 01.08.2015



Jeder Mensch (das Ich, das Selbst) ist ein Haus mit einer einzigartigen Individualität. Der Bewohner muss mit diesem Haus in Harmonie sein, indem er sich in dessen Innerem und vor allem im Zentrum befindet, sich des Äußeren bewusst und in seiner Kraft und in seiner Totalität ist. Ich bin im Inneren, ich bin bei mir. Mein Raum ist so, wie ich ihn haben will, ich richte ihn entsprechend meiner Mittel, meiner Wünsche und meiner Bedürfnisse ein. Die Grenze zwischen meinem Inneren und meinem Körper ist die Innenwände der Mauern (das Bewusstsein).

Ich muss niemandem gerecht werden, außer mir selbst. Ich kann durch die Fenster hindurch, die meinen Augen entsprechen, die äußere Welt, die anderen, die Straße betrachten, und ich kann mithilfe der Tür, die für meinen Mund, meine Stimme, meine Arme und Hände steht, mit dieser äußeren Welt kommunizieren. Ich kann mittels der Mauern, d. h. meines physischen Körpers, mit dieser Welt in Austausch treten. Meine Mauern bestehen aus (Baumaterial) meinem Bewusstsein, meinem Wissen, meinen Konditionierungen, meine unterdrückten Gefühlen und meinem Mangel, den ich von innen heraus mit meinem Bewusstsein ausgleichen kann. Und ich kann mich mittels meiner Wurzeln bewegen, bleibe jedoch in den Grundmauern, im Fundament, die meinen Beinen und Füßen entsprechen.

All das mache ich, ohne mein Haus zu verlassen. Von Zeit zu Zeit kann ich mich natürlich auch mit einem anderen Haus austauschen, indem ich es in einen für Freunde reservierten Raum einlade (Empfänglichkeit), in mein Herz. Genauso kann ich in das Herz eines anderen eingeladen werden. Ich kann alles, was ich bin, verschenken (Solarplexus), aber ich darf mich niemals von meinem Haus trennen. Wenn ich immer im Inneren bin, habe ich nichts zu fürchten, ich brauche die Türen oder die Fensterläden nicht zu verschließen und ich muss keine Sicherheitsschlösser anbringen. Niemand kann in mein Haus eindringen. Jemanden nicht zu akzeptieren, ist als würde man die Fensterläden und Türen schließen. Auf diese Weise kann man niemanden in seinem Empfangszimmer (dem Herzen) willkommen heißen.

Wenn wir im Äußeren sind, entfalten sich all diese Spiele der Macht, des Überlebens, des Beurteilens, die vom Ego und vom Verstand (der Ratte) und von der Unbewusstheit (die Außenwände der Mauern) genährt werden.

Ich brauche nicht JA zu sagen, wenn ich NEIN denke, denn ich brauche niemanden. Ich bin für mich selbst auf die Welt gekommen, nicht für die anderen, aber zusammen mit den anderen, die um mein Haus herum sind, in meinem Garten, in der Umgebung.



BEZIEHUNGEN

Eine Beziehung ist eine für die Kommunikation mit anderen Menschen notwendige Energie. Sie ist auch unentbehrlich dafür, dass der Mensch in seiner Individualität wachsen kann. Alle Beziehungen schaffen ein Paar.

Ein Paar besteht aus zwei Individuen, die einen Teil ihres Lebens miteinander teilen, um individuell zu wachsen.

In allen Beziehungen gibt es Prozesse, die immer wieder dem gleichen Schema folgen. Ich sage bewusst, in allen Beziehungen, egal ob zwischen Partnern gleichen oder unterschiedlichen Geschlechts oder in Familien-, Freundschafts- oder Geschäftsbeziehungen.

1) Die Begegnung

Die beiden Personen begegnen sich zum ersten Mal und spüren eine gegenseitige physische, psychische oder spirituelle Anziehung. Das kann die Geburt einer großen Geschichte sein.

2) Die sexuelle Beziehung

Eine sexuelle Beziehung nicht zwangsläufig eine Sex-Beziehung. Sex ist eine fleischliche Beziehung zwischen zwei Wesen. Die sexuelle Beziehung mit einem Baby besteht jedoch nur aus Berührung, Zuneigung, Aufmerksamkeit, Streicheln, was natürlich nichts mit der sexuellen Beziehung zwischen Erwachsenen oder einer Sex-Beziehung zu tun hat.

Diese Beziehung findet auf der animalischen, instinktiven Ebene statt.

3) Die romantische Beziehung

Die romantische Beziehung ist die kindliche Beziehung der Jugend (der Märchenprinz). Alles ist perfekt. Man sieht die Fehler, die Unvollkommenheit des anderen nicht. Er ist perfekt, er ist der Mann meines Lebens, sie ist die Frau meines Lebens, es gibt keine Probleme in der Beziehung. Wir schweben auf einer Wolke (der Traum).

Das Leben wird durch die rosarote Brille gesehen.

4) Die Übergangsbeziehung

Die romantische Beziehung ist vorüber, der Traum ist vorbei, man ist nicht mehr blind, der andere ist nicht perfekt, man sieht seine Fehler, seine Unvollkommenheit. Vielleicht ist es doch keine gute Beziehung, vielleicht ist die Zukunft doch nicht so rosig, und vielleicht muss man das System verändern, um gemeinsam weitermachen zu können und die Zukunft zusammen zu planen, aber dafür müsste man in einen therapeutischen Modus wechseln und den anderen so akzeptieren, wie er ist.

Man akzeptiert den anderen, wie er ist, oder man verlässt ihn.

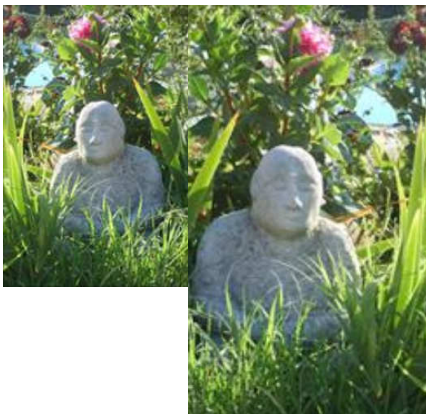
5) Die Beziehung der Liebe

Beide Partner bleiben in ihrer individuellen Energie und lassen sich in den Momenten der Begegnung ganz und gar auf den anderen ein, geben sich ihm hin. Die beiden bleiben unabhängig und in ihrer eigenen Verantwortung. Lieben bedeutet, den anderen so wie er ist bedingungslos zu empfangen.

6) Die tantrische Beziehung

Der Austausch zwischen den beiden Partnern findet nicht nur auf physischer und psychischer Ebene statt, sondern auch auf der Ebene der Gesamtexistenz. Osho nannte dies Mahamudra.

Dies ist die spirituelle Beziehung schlechthin.





**Ordnung in
Natur und
Meditation....**

**und auch im
Sommer
2009 :**

**Espace-
Healing
Meditations-
Festival**

- vom 10. bis
14. Juli 2009
- mit
Meditationen
u.a. mit
Manish
- u.a. mit
Livemusik von
Prem Joshua &
Band
- und mit
einem Konzert
am
11.07.2009
.....

**Espace
Healing,**
Le Cardinal,

26220 COMPS

Tel/Fax:

0033-
475 534 907

**Navanita K.
Manke ist die
deutsche**

Ansprechpartnerin im Espace Healing, Email [wobei der Platzhalter
"(at)" bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen zu ersetzen ist]:
[espacehealing\(at\)orange.fr](mailto:espacehealing(at)orange.fr) **oder** [navanita\(at\)gmx.de](mailto:navanita(at)gmx.de)



Dhyan Manish in Frankreich: Espacehealing.com
und meditationfrance.com/espace-healing mit Interview 2008
Dhyan Manish in Deutschland (D.): Manish.de
und diese Seite hier auf: einfachlebendig.de

**Zu allen Verknüpfungen / Links: obligatorischer
Haftungsausschluss:**

**Für weiterführende Internet-Verknüpfungen (Links) wird keine
Haftung übernommen, verantwortlich sind die jeweiligen Betreiber!**

Suchmaschineneintrag / WebAdmin: Urjo / Sachstand: 12.07.2009

Etwaige E-mails mit **Anmerkungen und Nachfragen rund um diese
Internetseite** www.einfachlebendig.de bitte schicken an:
[EkinUrjo\(at\)t-online.de](mailto:EkinUrjo(at)t-online.de)

Wobei: Zur Vermeidung von Spam-Mails steht hier in der Email-Adresse ein
"(at)". Der Platzhalter "(at)" ist bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen
zu ersetzen.

Lieben ist Empfangen...einfach lebendig

Home.... von " einfachlebendig.de " hier aus den Jahren 2008 bis 2015 [...] von " Urjo.de " aktuell

<http://einfachlebendig.de>

einfach fürs Wesentliche

einfach ganz-Sein



***einfachlebendig.de** ist u.a.*

***fürs Er-Innern und wünscht jedem
berührende Momente im Sein und Tun....***

von " einfachlebendig.de " hier aus den Jahren 2008 bis 2015:

..... pdf- Datei- Downloads

..... am Beginn.....

..... einige Bilder von dort

..... Bei all dem ist mir wichtig

..... einige der dortigen Internet- Verknüpfungen

Zur ausdruckbaren pdf-Datei (10,7 MB) Urjo.de mit L=E vom 09.08.2015 (das Bild anklicken):



... windundsonne.de ... urjo.jimdo.com ... einfachlebendig.de ... [urjo.de](https://Urjo.de) ...

Aktuelle E-Mail-Adresse ist **jetzt**: [Urjo \(at\) urjo.de](mailto:Urjo@urjo.de)

Wobei: Zur Vermeidung von Spam-Mails steht hier in der Email-Adresse ein "(at)".
Der Platzhalter "(at)" ist bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen zu ersetzen.

W&S=U L=E+e*I Andreas Krüger | Heilung, Wunder un... +

HOME ANDREAS KRÜGER PRAXIS BIBLIOTHEK TERMINE NEWS & BLOG HAHNEMANN-SCHULE



**Ich kann meine Träume nicht fristlos entlassen ...
Ich schulde Ihnen noch mein Leben**

F. Frey

Begrüßungsvideo >



Wo die Angst ist, da geht es lang!

Ich kann für mich sagen, dass Angst Wachstum ist. Und seitdem ich das so empfinde, habe ich immer weniger Angst, weil ich immer weniger Wachstumsblockaden habe und weil ich weniger Schatten und dadurch mehr Licht werfe.

Der Patient kann immer nur so weit gehen, wie der Therapeut bereits gegangen ist.



Wenn die Liebe verliebt....Das Glück
verglückt....Die Hoffnung verhofft.... Der
Glaube verglaubt....und die Lust verlustig
gegangen ist.... Dann kommen sie...Die Helden der
heiligen Hoffnung.... Auf ihren strahlenden
Rössern... Mit ihren Fahnen, auf denen Drachen
tanzen.... Und ihrem Schlachtruf: VERONIKA!!!!
Werfen sie sich.... Auf die Dämonen unserer
Seele.



SAMPADA
DER UMFASSENDE WEG | URSULA LYON

[Home](#)
[Ursula Lyon](#)
[Werte](#)
[Termine](#)
[Audio](#)
[WegbegleiterIn](#)
[Bücher&CDs](#)
[SanghaTage](#)

Werte

SAMPADA SANGHA – Werte und Ziele

SAMPADA bedeutet "Erreichung, Segnung, Vorzug"

Segnung = Befreiung

Als die 5 Vorzüge werden bezeichnet: Vertrauen, Sittlichkeit, Gelehrsamkeit, Freigiebigkeit und Einsicht.
Ferner auch: Sittlichkeit, Sammlung, Einsicht, Erlösung, Erkenntnisblick der Erlösung.

Ursula wünscht sich eine Gemeinschaft von Menschen, die sich der Schwierigkeiten und **des Leides in der Welt bewusst** sind und sich bereit erklären, soviel als möglich beizutragen, das **Leid zu lindern**.

Diese sinnvolle Lebensaufgabe beginnt bei der **eigenen Entwicklung**.

- **Vertrauen** zu den eigenen heilsamen Fähigkeiten aufzubauen, Vertrauen zum Buddha und zur buddhistischen Lehre; Vertrauen zu allen, die einen heilsamen, spirituellen Weg gehen. Selbstvertrauen ist die Quelle dafür!
- Das Bemühen um **Erkenntnis** im Erforschen der Wahrheit. Selbsterkenntnis erlangen durch Innenschau und äusserer Reaktionen
- Das Bemühen um **Willenstärke**, um den heilsamen Weg mutig zu gehen. Selbstdisziplin stärken zum Überwinden der Hindernisse.
- Das Bemühen um **geistige Sammlung** in der Meditation und in konzentriertem, achtsamen Tun und Verhalten. In Ruhe, bei sich sein!

URSULA LYON



THEMEN

Abgrenzen achtfracher Pfad **Achtsamkeit**

Alltagstrott **Befreiung Buddha**

Dankbarkeit **Dhammapada**

dukkha **Erkenntnis** Erwachen

Freundschaft Geist Gier **Glück** gute

genug **heilsam Illusion** kein

Zweifel Lebenshilfe Lebenssinn Lebensweg

loslassen Mangelgefühle **Metta**

Mitgefühl Muster pariyatti pativedha

Samvejaniya **Selbst Sila** Sittlichkeit

Täuschung Umgang Verantwortung

Verblendung Vertrauen Veränderung

Vollkommenheit Wahn Wege Wissen

Zufriedenheit Übergang

W&S=U
L=E+e*!
Sampada Sangha - Ursula Lyon - Der ...
Gingko Sangha

Herzlich willkommen !

Benutzername:

Paßwort:

[anmelden](#)

Wenn Sie Probleme beim Login haben, wenden Sie sich bitte per Mail an Gerald Schinagl oder Michaela Berger.

Sie befinden sich auf der Website der Gingko-Sangha. Dieses Projekt, welches durch den gleichnamigen Verein repräsentiert wird hat es sich zur Aufgabe gemacht hat, die buddhistische Lehre durch Zugang zu Unterlagen, Schriften, Audios und Videos von Seminaren zu verbreiten. Die gesamten Informationen werden gemäß der buddhistischen Tradition unentgeltlich zur Verfügung gestellt. Wenn Sie zu einem Zeitpunkt nach einem Login gefragt werden, so ist das nicht eine Beschränkung des freien Zugangs sondern dient lediglich dazu, Inhalte welche bestimmte meditative Vorkenntnisse erfordern vor dem direkten Zugriff zu schützen.

Mit dem Jahr 2013 wurde auch eine gleichnamige Sangha ins Leben gerufen, welche vertieft Übenden eine spirituelle Heimat bieten soll. Weitere Informationen dazu finden sie unter [die Sangha](#).

Vorträge (Ursula)

Termine (Ursula)

der Verein

die Sangha

Login anlegen/verwalten

letzte Änderungen..



Sabbe Satta Sukhita Hontu

Impressum:
Verein Gingko Sangha
ZVR-Zahl: 168470762
 DI Gerald Schinagl:
gerald_schinagl@yahoo.com
 Michaela Berger:
achtsames_yoga@yahoo.de



Mut – Der Mut der Liebe: 2 CDs
von Osho
Audio CD
Preis: **EUR 14,95**

10 von 11 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich

★★★★★ **absolut empfehlenswert!**

Von [Einfach lebendig](#) am 23. Januar 2010

Format: Audio CD

hier kommt einfach Oshos Sichtweise "über die" Liebe sehr klar, sehr anschaulich zum Ausdruck. Diese CD bzw. diese 2CDs zu hören, das kann gut das Lesen so mancher/ettlicher Bücher und anderem überflüssig machen.

Also vom Inhalt (und vom Preis) absolut empfehlenswert!



Osho Neo - Tarot. 60 farbige Tarotkarten mit deutschem Anleitungsheft

von Osho
Gebundene Ausgabe

5 von 5 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich

★★★★★ **einfach empfehlenswert: klar, tiefgreifend und gleichzeitig humorvoll,**

Von [Einfach lebendig](#) am 23. August 2010

Verifizierter Kauf ([Was ist das?](#))

Rezension bezieht sich auf: [Osho Neo - Tarot. 60 farbige Tarotkarten mit deutschem Anleitungsheft \(Gebundene Ausgabe\)](#)

"Osho-Neo-Tarot", ein Kartenset mit Begleitheft (!), bestehend aus 60 durchnummerierten und jeweils mit einer prägnanten Überschrift versehenen Karten, jede der Karten zeigt ein zugehöriges ausdrucksstarkes Bild und besitzt (im beiliegenden Begleitheft) eine zugehörige von Osho erzählte Geschichte aus einer von verschiedenen spirituellen Lehren, überwiegend Zen, Sufismus, Christentum und Buddhismus.

Das "OSHO-NEO-Tarot" in neuer, nach 1990 überarbeiteten, Aufmachung ist das Osho-Transformations-Tarot, es umfasst also auch 60 Karten, die Namen einiger Karten sind aber anders, ebenso wie einige der Bilder bzw. Bilderdetails und insbesondere sind die Texte teilweise anders als im ursprünglichen Osho-NEO-Tarot.

Die Kartennahmen und die Texte des originalen "OSHO-NEO-Tarot", ausgenommen die erste Karte, finde ich persönlich einfach klarer, eingänglicher, anschaulicher...

Ich mag das originale "OSHO-NEO-Tarot" sehr, es ist eine echte Fundgrube für so viele (vielleicht alle?) Situationen im Leben.....

[Kommentar](#) | [Kommentar als Link](#)

Lieben ist Empfangen...einfach lebendig

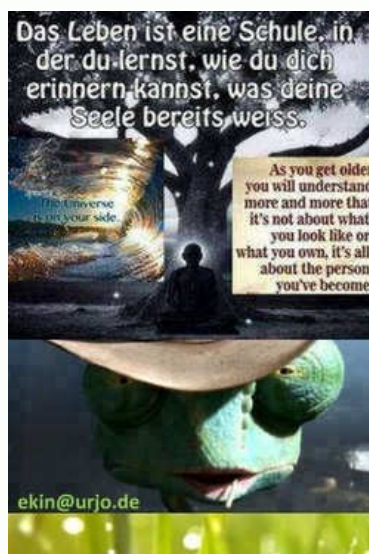
[Home...](#)

von " [einfachlebendig.de](#) " hier aus den Jahren 2008 bis 2014

[\[...\]](#)

von " [Urjo.de](#) " [...](#)

... lieben, was wir tun



... [urjo.jimdo.com](#) ... [einfachlebendig.de](#) ... [wilhe.de](#) ... [windundsonne.de](#) ... [urjo.de](#) ...

E-Mail: [EkinUrjo\(at\)t-online.de](mailto:EkinUrjo(at)t-online.de)



Urjo.de
einfach
fürs
frei Sein

Urjo.de ... Home

[.....]

[...]

Urjo.de aktuell

Herzlich Willkommen



Die bisherigen Seiten von Urjo.de
von vor 2017 sind
weiterhin online auf

WindundSonne.de



für Aktuelles siehe auf der (auch oben anwählbaren) Seite [Urjo.de aktuell](http://Urjo.de.....aktuell)

Herzliche Grüße

Ekin Urjo

neben <http://windundsonne.de> siehe ggf. auch <http://urjo.jimdo.com> und <http://einfachlebendig.de>



Obligatorischer Haftungsausschluss / Rechtlicher Hinweis:

Bitte beachten Sie,

dass der Inhalt von externen Internetseiten, zu denen ein Link besteht,
wechseln kann. Eine diesbezügliche stetige Kontrolle ist dabei unmöglich.

Somit:

**Für externe Seiten wird daher jede Gewähr abgelehnt;
sie werden auf eigene Verantwortung besucht.**

**Verantwortlich für den Inhalt all solcher Internetseiten ist einzig
und ausschließlich der jeweilige Anbieter oder Betreiber!**

..... so weit im Moment hier auf urjo.de

[Druckversion](#) | [Sitemap](#) [Diese Seite weiterempfehlen](#)

© Urjo.de ----- Email: [Urjo\(at\)Urjo.de](mailto:Urjo(at)Urjo.de) ----- dabei: Zur Vermeidung von
Spam-Mails steht hier in der Email-Adresse ein "(at)". Der Platzhalter
"(at)" ist bei einer Email durch das übliche @ -Zeichen zu ersetzen.