

# Das Ziel meiner Kommunikation – die Ebene des morphogenetischen Feldes

Die Körper-Bewusstseins-Kommunikation ist die Basisübung, die Basismeditation, sie ist das Fundament, auf dem sich psychische und körperliche Heilung aufbaut. Es ist der Weg den ich gehe, um auf ihm meine persönliche „Melodie“ zu spielen.

Es gibt hundertfach verschiedene Anweisungen zur Durchführung einer Meditation. Alle und ausnahmslos (so sie seriöse Meditationen sind), haben die Atem-Herzschlag-Basis-Grundlage, auf welcher sich dann alle nur denkbaren Variationen aufbauen können.

Um mich in meiner meditativen Versenkung, in meiner Kommunikation mit meinem Selbst zu heilen, brauche ich keine Religion, keine Schule, keinen Meister, denn *ich gestalte meine Meditation frei nach mir selbst*, wissend, dass ich dabei niemals etwas falsch machen kann.

Ein „nicht richtig“ kann es überhaupt nicht geben, wenn ich mit meinen Körperzellen in Verbindung trete, wenn ich mein Original im morphogenetischen Feld kontaktiere und um Heilung auf allen Ebenen bitte.

Und nur darum geht es: Heilung vom Irrwitz dieses Erdendaseins. Es hat keinen Sinn, Fragen zu stellen, auch wenn diese sich noch so sehr in mir aufbäumen. Jede Frage erfordert eine Antwort, die ich nicht wirklich geben kann. Also lasse ich das Fragen und gleite mit tiefem Atem und ruhigem Herzschlag in die Welt meiner Herkunft, jedenfalls, so meine Hoffnung, *in die Nähe dieser Welt*.

**Die wichtigste und gleichzeitig die schwierigste Aufgabe ist es, immer und immer wieder, den Gedankenkanal zu schließen, damit Gedanken von außen nicht durchkommen. Obwohl tausendfach geübt, gelingt der Verschluss, das „Verstopfen“ dieses Kanales sehr schwer, weil die Kräfte der Sinne und der Erinnerungen mit ihren Resonanzen ungeheuer groß sind und mich auf Biegen und Brechen erreichen wollen. Diese Kräfte drängen mir Bilder auf, die ich nicht sehen will, legen mir Dialoge in den Mund, die ich nicht führen will und lenken mich an „Aussichtspunkte“, um mich zum Hinsehen und Hindenken zu zwingen.**

Es ist also völlig normal, wenn es meinem umherirrenden Geist überhaupt nicht gefällt, meditativ den Morgen zu beginnen, oder den Abend zu beschließen. Es gefällt ihm übrigens noch viel weniger, den Tag in meditativer Haltung zu leben! Aber, letztendlich, mein Wille, der absolut kompromisslos ist, zwingt diesen Dämon der Verwirrung in seine Dienerrolle: ich befehle, er gehorcht, basta!

An dieser Stelle lasse ich vielleicht Buddhas Beschwörung an die eigene Kraft und den eigenen Mut tief auf mich einwirken:

„Mögen wahrlich  
eher Muskeln, Haut und Sehen,

mitsamt den Knochen, dem Fleisch und dem Blute  
austrocknen und zusammenschnurren,  
als dass ich meine Willenskraft aufgebe,  
bevor nicht erreicht ist,  
was mit Mut, Kraft und Anstrengung  
zu erreichen ist.“

Walter Häge