



**Das kleine
rosa Büchlein
vom ALOHA - Spirit**

von Serge Kahili King

aus dem Amerikanischen

von Peggy Stoll

Die ALOHA Philosophie

Die Welt ist so, wie du sie siehst.

Es gibt keine Grenzen.

Die Energie folgt der Aufmerksamkeit.

JETZT ist der Augenblick der Macht.

Zu lieben heißt, glücklich zu sein
mit dem, was ist.

Alle Macht kommt von innen.

Die Wirksamkeit ist das Maß
für die Wahrheit.



Der **ALOHA - Spirit** ist eine Anspielung auf diese freundliche, akzeptierende Wesensart, für die die Bewohner der Hawaii-Inseln so bekannt sind. Gleichzeitig weist sie uns auch einen mächtigen, wirkungsvollen Weg, um jedes Problem lösen, jedes Ziel erreichen und jeden geistigen oder körperlichen Zustand erlangen zu können, den wir uns wünschen.

In der hawaiianischen Sprache bedeutet „ALOHA“ viel mehr als nur „Hallo“ oder „Auf Wiedersehen“ oder „Liebe“. Seine tiefere Bedeutung ist „freudvolles (OHA) Teilen (ALO) von Lebensenergie (HA) im gegenwärtigen Augenblick (ALO)“.

Während du diese Energie mit jemandem teilst, stimmst du dich auf die universelle Kraft ein, die die Hawaiianer MANA nennen. Der liebevolle Gebrauch dieser unglaublichen Kraft ist das Geheimnis dafür, wahre Gesundheit, Glücklichkeit, Reichtum und Erfolg zu erlangen.

Der Weg, um dich auf diese Kraft einzustimmen und sie für dich wirken zu lassen, ist so einfach, dass es dir vielleicht als „zu einfach“ erscheint, als dass es wahr sein könnte. Bitte, lass dich von diesem Schein nicht trügen. Nimm dir die Zeit und probiere es aus.

Es ist die wirkungsvollste Technik auf der Welt. Obwohl sie extrem einfach ist, kommt sie dir vielleicht nicht ganz leicht vor. Du musst dich immer wieder dran

erinnern, die Technik anzuwenden, und du musst sie sehr oft anwenden, bevor sie dein Leben verändert. Es ist ein Geheimnis, das der Menschheit wieder und wieder offenbart worden ist und hier kommt es noch einmal in anderer Form. Das Geheimnis ist folgendes:

***Segne alles und jeden,
der/das verkörpert, was du willst.***

Das ist alles. Zugegeben - alles, was so einfach ist, bedarf einiger Erklärung.

Etwas zu segnen heißt, eine positive Qualität, eine wünschenswerte Eigenschaft oder einen ersehnten Zustand anzuerkennen und zu betonen, mit der Absicht, alles, was anerkannt oder betont wird zu vermehren, aufrechtzuerhalten oder zu erzeugen. Segnen

ist wirksam, um dein Leben zu verändern oder zu erreichen, was du willst aus drei Gründen: Zuallererst wirbelt die positive Ausrichtung deiner Gedanken die positiven, kreativen Kräfte des Universums auf. Zweitens bewegt es deine eigene Energie nach außen, so dass mehr von diesen Kräften durch dich hindurch fließen können. Drittens, wenn du zugunsten von anderen segnest, statt direkt für dich selbst, umgehst du in der Regel deine eigenen unbewussten Ängste, die mit deinen Wünschen zu tun haben. Und auch die Konzentration auf das Segnen trägt dazu bei, dasselbe Gute in deinem eigenen Leben zu vermehren. Das Schöne an diesem Prozess des Segnens ist, dass es dem Gesegneten genau so hilft, wie dir selbst.

Gesegnet werden kann mit Vorstellungskraft oder mit Berührung. Am gebräuchlichsten und am einfachsten wird es mit Worten getan. Die wichtigsten Arten von verbalem Segen sind:

Bewunderung – Damit verteilst du Kompliment oder Lob für etwas Gutes, das du bemerkst. Z.B.: „Was für ein schöner Sonnenuntergang.“ „Ich mag diese Blume.“ „Du bist so eine wundervolle Person.“

Bestätigung – Das ist eine spezielle Segens-Aussage, um etwas zu vermehren oder aufrechtzuerhalten. Z.B.: „Ich segne die Schönheit dieses Baumes.“ „Gesegnet sei die Gesundheit deines Körpers.“

Wertschätzung – Das ist eine Art Dankbarkeit dafür, dass etwas Gutes existiert oder sich ereignet hat. Z. B.: „Danke, dass du

mir geholfen hast.“; „Ich danke dem Regen, dass er den Boden genährt hat.“

Vorfreude - Das ist ein Segen für die Zukunft. Z.B.: „Wir werden ein großartiges Picknick haben.“ „Ich segne dein vermehrtes Einkommen.“; „Danke für meinen perfekten Partner.“; „Ich wünsche dir eine glückliche Reise.“; „Möge der Wind immer in deinem Rücken sein.“

Um das Allerbeste aus dem Segnen zu erhalten, wirst du eine Sache aufgeben oder einschränken müssen, weil sie das Segnen aufheben würde: das ist das Fluchen. Damit ist nicht gemeint, jemanden zu verfluchen oder schlechte Worte zu sagen. Es bezieht sich auf das Gegenteil von Segnen, nämlich zu kritisieren anstatt wertzuschätzen;

zu zweifeln anstatt zuzustimmen; Schuld zuzuweisen anstatt anzuerkennen; und sich sorgen anstatt mit Vertrauen vor auszuschauen.

Wann immer irgendetwas davon getan wird, neigt es dazu, jeglichen Segen auszulöschen. Je mehr du fluchst, desto schwieriger wird es sein und desto länger wird es dauern, das Gute aus einem Segen zu erhalten und ihn wirksam zu machen. Andererseits gilt aber auch: je mehr du segnest, desto weniger Schaden wird jegliches Fluchen anrichten.

Hier sind nun einige Ideen, um verschiedene Bedürfnisse und Sehnsüchte zu segnen: Wende sie so oft an, wie du kannst und so viele du willst.

Gesundheit – Segne gesunde Menschen, gesunde Tiere und sogar gesunde Pflanzen; segne alles, das gut gemacht und gut gebaut ist; und segne alles, das reichliche Energie ausdrückt.

Glücklichsein – Segne alles, das gut ist oder das Gute, das in allen Menschen und allen Dingen steckt; segne alle Anzeichen von Glück, die du in Menschen oder Tieren sehen, hören oder spüren kannst; und segne alle Möglichkeiten zum Glücklichsein, die du in deiner Umgebung bemerken kannst.

Wohlstand – Segne alle Anzeichen von Wohlstand in deiner Umgebung, einschließlich alles, wobei Geld geholfen hat, es zu errichten, herzustellen oder zu tun. Segne all das Geld, das du besitzt, in welcher Form auch immer; und all das Geld, das in

der Welt in Umlauf ist.

Erfolg – Segne alle Anzeichen von Erfolg und Vollendung (z.B. Gebäude, Brücken, und Sportveranstaltungen); alle Ankünfte an Zielorten (von Schiffen, Flugzeugen, Zügen, Autos und Menschen); alle Anzeichen von Vorwärtskommen oder Beharrlichkeit; und alle Anzeichen von Freude und Spaß.

Selbstvertrauen – Segne alle Anzeichen von Selbstvertrauen in Menschen und Tieren und alle Anzeichen von Stärke in Menschen, Tieren und Gegenständen (einschließlich Stahl und Beton); alle Anzeichen von Stabilität (wie Berge und hohe Bäume); alle Anzeichen von sinnvoller Kraft (einschließlich Maschinen oder Hochspannungsleitungen).

Liebe und Freundschaft – Segne alle Zeichen von Fürsorge und Pflege; Anteilnahme und Unterstützung; alle harmonischen Beziehungen in der Natur und Architektur; alles, was mit etwas verbunden ist oder etwas anderes zärtlich berührt; alle Zeichen von Zusammenarbeit, wie in Spielen oder bei der Arbeit; und alle Zeichen von Lachen und Spaß.

Innerer Frieden – Segne alle Zeichen von Stille, Ruhe, Gelassenheit und Klarheit; (wie z.B. stilles Wasser oder Windstille); alle Blicke in die Ferne (Horizonte, Sterne, den Mond); alle Zeichen von sichtbarer, hörbarer oder spürbarer Schönheit; klare Farben und Formen; die Details in der Natur oder von hergestellten Gegenständen.

Spirituelles Wachstum – Segne alle Zeichen von Wachstum, Entwicklung und Veränderung in der Natur; den Übergang von Morgen- und Abenddämmerung; die Bewegungen der Sonne, des Mondes, der Planeten und der Sterne; den Flug der Vögel im Himmel; und die Bewegungen des Windes und der Wellen und von fließendem Wasser.

Die vorangegangenen Ideen sind ein paar Anhaltspunkte, für den Fall, dass du es noch nicht gewöhnt bist zu segnen. Beschränke dich jedoch nicht darauf und suche auch andere Gelegenheiten. Erinnerung dich, dass jede Qualität, jede Eigenschaft oder jeder Zustand gesegnet werden kann, ob er existiert hat, gerade existiert oder bisher nur in deiner Fantasie vorhanden ist.

Ich persönlich habe die Macht des Segnens benutzt, um meinen Körper zu heilen, mein Einkommen zu steigern, viele Fähigkeiten zu entwickeln, eine tief liebende Beziehung zu meiner Frau und meinen Kindern zu erzeugen und ein weltweites Netzwerk von Friedensstiftern aufzubauen, die mit dem ALOHA - Spirit arbeiten.

Weil es so gut funktioniert hat - für mich und meine Familie - möchte ich es mit euch teilen. Bitte teilt es ebenfalls mit so vielen anderen Menschen, wie ihr könnt.



Serge Kahili King, der Autor dieses Büchleins, ist Doktor der Psychologie und Geschäftsführer von Aloha International.

Für nähere Informationen zu Dr. King und seine Arbeiten besuchen Sie:

www.huna.org und www.huna.net.

Aloha International ist ein gemeinnütziges, weltweites Netzwerk von Friedensstiftern, die sich der Anwendung und der Verbreitung des ALOHA-Spirits verschrieben haben.

Zum Download, Druck und zur freien Verbreitung
zur Verfügung gestellt.

Nicht zum Verkauf bestimmt.

