

Liebe Freunde und Interessierte,

In diesem Newsletter möchte ich über die Bedeutung des Betens schreiben. Das Bild hierzu heißt: „Morgengebet“. Sie sehen einige Naturwesen, die hoffnungsvoll den neuen Morgen begrüßen und für den heraufdämmernden Tag beten. Wenn ich morgens aufwache, danke ich als erstes für die Nacht, meinen Körper und alles in meinem Leben. Danach bitte ich um Schutz und Führung für mich meine Lieben. Außerdem danke ich für alle Begegnungen, die ich an diesem Tag haben werde, damit Gott auch diese führt. Dabei bitte ich Ihn durch mich zu wirken und die Menschen zu mir zu führen, die seine Hilfe brauchen, oder die mir einen Hinweis für meinen Weg geben können. Viele wunder-volle Dinge habe ich schon erlebt, wenn ich so vorgehe. Manchmal erfuhr ich, dass solche „zufälligen Begegnungen“ große Veränderungen gebracht haben.

So bete ich u.a. auch vor meinen Veranstaltungen und Seminaren für die Gäste, die dort hinkommen. Bei einer Ausstellung, zu der nur sehr wenige Menschen kamen, war ich einmal frustriert und mutlos und nahm mir vor, so etwas nicht noch einmal zu machen, da es ja keinen Sinn macht. Einige Minuten nach diesem Entschluss, betrat eine Frau den Raum und sagte: „Hätten Sie vor 10 Jahren nicht Ihren Vortrag in München gehalten, dann wäre ich jetzt nicht mehr am Leben. Dann hätte ich mich nämlich umgebracht. Aber so bekam ich neuen Mut und konnte weiterleben.“ Die Frau bedankte sich nochmals, drehte sich um und verließ den Raum.

Damals war ich einfach nur sprachlos und beglückt. Es war für mich, wie ein Wink des Himmels, mich nicht von „äußeren Misserfolgen“ irritieren zu lassen, sondern unbeirrt meinen Weg weiterzugehen, so wie es Gott mir ins Herz legt. Auch erkannte ich dadurch, dass wir meistens gar nicht mitbekommen, was unsere Gebete und unser Tun hier auf Erden bewirken.

Damals las ich von einem Mann, der durch einen Autounfall schwer verletzt am Straßenrand lag und die Sanitäter um sein Leben kämpften. Dabei hatte er ein Nahtoderlebnis und sah seinen Körper dort liegen. Gleichzeitig wahrte er jemanden, der vorbeifuhr und kurz für ihn betete. Dieses Gebet erlebte er wie Balsam für seine Seele. Kurz darauf war er wieder in seinem Körper zurück und überlebte. Was der Autofahrer mit seinem kurzen Gebet bewirkt hat, wird er wahrscheinlich auch nicht mitbekommen haben.

Jedes Mal, wenn wir von Herzen für einen Mitmenschen beten, werden geistige Helfer aktiv. Wir stehen sozusagen mit unserer Liebe und unserem Mitgefühl für unsere Mitmenschen ein und bilden dann eine Art Brücke zur geistigen Welt. Je mehr wir an das glauben, worum wir beten, umso mehr kann geschehen und umso mehr kann Gott wirken.

Nachdem ich 1984 durch die Lehre Bruno Grönings eine geistige Heilung von Asthma erlebt hatte, änderte sich mein Leben immer mehr zum Positiven. Seine Erklärungen, worauf es beim Beten ankommt, öffneten mir die Augen.

So betete ich einmal, gemeinsam mit einer Freundin, für ihre Großmutter. Diese saß seit vielen Jahren im Rollstuhl. In unserem Gebet trennten wir uns für die Oma von ihren Krankheiten und sahen sie gesund vor uns und waren überzeugt, dass Gott unser Gebet erhört hatte. Die Oma lag zu diesem Zeitpunkt im Krankenhaus und wurde an den Nieren operiert. Nach der OP bekam sie Schmerzen im ganzen Körper, nur nicht an den Nieren. Nach einigen Tagen fielen die Schmerzen ab und sie konnte auf einmal wieder laufen. Seitdem brauchte sie keinen Rollstuhl mehr. Es war wie ein Wunder. Das Ganze war völlig unspektakulär abgelaufen. Uns war kein Engel oder Jesus erschienen. Unser Gebet war nur kurz und wir hatten auch nur einmal für sie gebetet. Und trotzdem war diese Heilung geschehen.

So erkannte ich, dass Gott durchaus auf unsere Gebete reagiert. Dafür müssen wir nichts „Besonderes“ sein oder können. Die Bitte muss nur ehrlich sein und von Herzen kommen.

Allerdings lernte ich auch viele Menschen kennen, die schon oft gebetet hatten, aber deren Gebete anscheinend nie erhört wurden. Irgendwann hatten sie es dann aufgegeben noch weiter um Hilfe zu bitten. Manche sagten, sie könnten nicht beten, da sie gar nicht wüssten, wie man das „richtig“ macht. Dann gab es welche, die sagten: „Beten hilft sowieso nichts“. Andere wiederum meinten, dass man gar nicht beten soll, da Gott viel besser wüsste was wir brauchen. Auch die Meinung, dass wir gar keinen freien Willen hätten und alles vorbestimmt sei, war sehr verbreitet. Mit dieser Haltung ist jedes Gebet natürlich überflüssig. Die Menschen, die dies sagten, glaubten durchaus an Gott, aber sie hatten die verändernde Kraft des Betens noch nie an sich selbst erlebt.

In den 90er Jahren gab es eine Studie in Amerika, die sehr deutlich belegte, wie nützlich und hilfreich Beten ist. Dort gab es Gebetskreise, die für bestimmte Patienten in einem Krankenhaus beteten. Gleichzeitig wurde eine andere Patientengruppe beobachtet, die ähnliche Krankheitsgeschichten hatten und für die nicht gebetet wurde. Beide Gruppen wussten nichts von dem Experiment, waren also neutral.

Erstaunlicher Weise, brauchten die Menschen, für die gebetet wurde, deutlich weniger Medikamente. Auch der Heilungsprozess ging wesentlich schneller vor sich. Die Sterberate und die Nebenwirkungen der Medikamente waren deutlich weniger als bei der Gruppe für die nicht gebetet wurde. Insgesamt wurde vermerkt, dass Beten einen sehr positiven Einfluss auf den Genesungsprozess hat.

Wie kommt es aber zu der Annahme, dass das Beten nichts nützt?

Im Einzelnen kann ich das natürlich nicht sagen, aber gewisse Tendenzen konnte ich im Laufe meines Lebens durchaus beobachten. So glaubten viele gar nicht wirklich, dass ihr Gebet erhört würde. Sie „versuchten“ es einfach einmal, nach dem Motto: „Schaden kann es ja nicht“.

Jesus sagte zu seiner Zeit oft die entscheidenden Worte: „Dein Glaube hat Dir geholfen!“ Und genau darum geht es. Wenn wir beten, müssen wir auch glauben, dass es eintritt. Hierbei geht es immer um unsere Herzenswünsche. Die hört Gott. Alles andere hat keine Wirkung, da es mit echtem Glauben nichts zu tun hat. Bruno Gröning sagte des Öfteren, dass wir uns wundern würden, wenn wir wüssten, was wir alles tun können, wenn wir nur glauben. Einmal ermahnte er eine Dame mit erhobenem Zeigefinger, als diese in einem Fall nicht glauben konnte. Er sagte ihr sehr ernst und eindringlich: „GLAUBEN SIE IMMER GLAUBEN SIE IMMER Und noch ein drittes Mal: GLAUBEN SIE IMMER!“

In all den Jahren musste ich mir immer mal wieder eingestehen, wie oft ich noch nicht wirklich glauben konnte. Wenn es aber richtig ernst wurde und ich nicht mehr weiterwusste, gelang es mir plötzlich zu glauben. Es war immer so, als wenn die ausweglosen Situationen mich dazu gebracht hätten, mich nicht mehr auf mich selbst, sondern nur noch auf Gott zu verlassen.

Jesus sagte: „Es ist immer der Vater in mir, der diese Werke tut.“ Dies bedeutet, dass er nichts von sich aus tat, sondern immer Gott wirken ließ. So vollbrachte er seine Werke. Durch seinen unerschütterlichen Glauben machte er sie möglich. Auch wir sollen durch unseren Glauben das Unmögliche möglich machen. „Nichts ist unmöglich, dem der da glaubt“, heißt es deswegen in der Bibel.

Wie bereits erwähnt erfuhr ich durch Bruno Gröning worauf es beim Beten ankommt. Er erklärte einige wichtige Grundlagen, die entscheidend sind, dass Hilfe und Heilung möglich werden. Deswegen möchte ich diese gerne mit Ihnen teilen, damit Sie sich selber von der Wirksamkeit des Betens überzeugen können. Viele Tausend Heilungen sind auf diese Weise geschehen. Von etlichen durfte ich selber Zeuge sein.

Hier aber nun die versprochene Anleitung:

Das Einstellen auf die göttliche Kraft

Als Grundlage dieses Meditationsgebetes ist es wichtig zu verstehen, dass wir gesund und glücklich von Gott erschaffen wurden. ER WILL, dass wir wieder gesund und glücklich sind und dass uns geholfen wird! Krankheit und Leid kommen nie von Ihm, sondern entstehen durch Ängste, Sorgen, Stress und falsches Denken. Diese kommen von der dunklen Seite. Da Gott uns niemals zwingt seine Hilfe anzunehmen, liegt es an uns, den ersten Schritt zu machen (zu beten), indem wir uns klar werden, was wir wirklich wollen und dann um Hilfe bitten.

1. Zuerst suchen wir uns einen ruhigen Ort, wo wir ungestört sind, setzen uns aufrecht hin und konzentrieren uns ganz auf den jetzigen Moment. Wenn unsere Gedanken zur Ruhe gekommen sind, lösen wir uns ganz bewusst von allem, was uns belastet. Von Sorgen, Krankheiten, Mangel oder Probleme jeglicher Art. Damit wieder Platz für Gesundheit und Vollkommenheit ist, muss unsere Seele zuerst geleert und gereinigt werden. Unser ganzer Körper und unser Leben soll wieder in die göttliche Ordnung zurückkehren. Mangel, Krankheit und Sorgen sind „Unordnung“.

Um uns zu lösen übergeben wir die „Krankheiten oder Probleme“ an Gott, mit der Gewissheit, dass er helfen wird. Am besten sprechen wir mit Gott so, wie mit einem Menschen. Wir können ihm ohne jegliche

Beschönigung erzählen, was uns bedrückt, was schiefgelaufen ist oder was wir gerne ändern möchten. Er hört jede Bitte, die vom Herzen kommt! Dann legen wir alles in seine Hände und glauben und vertrauen, dass er helfen wird. Von da an sollten wir nicht mehr sagen oder denken, dass es „meine Krankheit“ oder „mein Problem“ ist, da wir es ja an Gott abgegeben haben. Somit hat der Besitzer gewechselt. Von da an ist geistig die Heilung oder Hilfe eingetreten. Vielleicht fühlt es sich noch genauso an, wie vorher. Der Unterschied ist aber, dass das Problem nicht mehr uns gehört.

2. Im nächsten Schritt geht es darum, die „göttliche Kraft“ aufzunehmen, damit diese unseren Körper reinigt und wieder in die göttliche Ordnung zurückführt. Sie bringt die Zellen unseres Körpers wieder in den Urzustand zurück, wenn wir es zulassen.

Um diese Energie zu empfangen, legen wir unsere Hände auf die Oberschenkel, mit den Handflächen nach oben. Arme und Beine sollten nicht überkreuz sein, da es sonst zu einer Art „Kurzschluss“ kommt. Auch sollten wir uns nach Möglichkeit aufrecht hinsetzen, und nicht anlehnen, damit die Energie im Körper frei fließen kann. Wenn zwischendurch der Rücken weh tut, kann man sich kurz mal wieder anlehnen. Ruhige, herzöffnende Musik kann hilfreich sein, gedanklich zur Ruhe zu kommen.

3. Dann öffnen wir unser Herz so weit wie möglich. Es ist offen, wenn wir ganz entspannt sind und sich ein Gefühl von Frieden und Freude einstellt, so dass wir z.B. sagen ahhh, wie herrlich. Hilfreich ist es dabei an eine Situation zu denken, in der wir richtig glücklich waren. Wenn wir uns an solche Erlebnisse in allen Details erinnern, kommen auch die entsprechenden Gefühle wieder. Sobald unser Herz offen ist, kann die Heilenergie Gottes einströmen.

4. Dann bitten wir um die göttliche Kraft - Bruno Gröning nannte diese „Heilstrom“- und beobachten von da an unseren Körper und unser Gefühl. Durch unser Stillwerden und das Beobachten des Körpers, beginnt die Heilenergie zu fließen. Jeder spürt diese anders. Vielleicht zieht es im Körper oder strömt. Vielleicht kribbelt es oder es wird warm oder wir fühlen Schauer durch unseren Körper laufen. Vielleicht ist es ja auch etwas ganz anders oder gar nichts. Das macht nichts. Die Energie fließt trotzdem! Viele Menschen haben Heilungen erfahren, ohne je das Geringste gespürt zu haben. Es geht mehr um unsere Einstellung und den Glauben, dass Gott auch uns helfen will.

Geben wir uns dieser göttlichen Kraft nun ganz hin und genießen diese. Es ist die Kraft, die alles im Universum am Leben erhält. Die Heilenergie wird alles hinausbefördern, was nicht zu uns gehört. Wie oben erwähnt, gehören Krankheiten und Sorgen definitiv nicht zu uns. Da das Übel (die Krankheit) meistens nicht freiwillig geht, können auch Schmerzen auftreten! Das ist ein gutes Zeichen. Daran erkennen wir, dass im Körper gearbeitet wird. Es sind Reinigungs- oder Regelungsschmerzen, vergleichbar mit Erstverschlimmerung in der Homöopathie. Diese halten in der Regel nicht lange an. Das Negative verlässt den Körper über die Hände, Füße oder den Kopf. Auch können Ausschläge, Übelkeit oder Durchfall auftreten. Alles sind Reaktionen des Körpers, der wieder in die göttliche Ordnung zurückkehrt. Hier ist wieder unser Glaube und unser Vertrauen gefragt.

Machen wir uns aber keine Vorstellungen, wie es ablaufen soll, oder wie lange es dauert. Beobachten wir lieber nur das, was in uns vor sich geht und bedanken uns für das Geschenk der Heilung. Manchmal geschieht Heilung spontan, manchmal dauert es etwas. Bei jedem vollzieht sich dieser Heilungsprozess anders. Stellen wir uns vor, wir wären ein neutraler Zuschauer und fühlen wertfrei, was in den einzelnen Teilen unseres Körpers vor sich geht, ohne dabei Krankheitsgedanken zu denken. Spüren wir dabei überall in unseren Körper hinein. Hände, Füße, Arme Beine, Kopf, die Organe. Einfach in alles.

Wenn Schmerzen auftreten, selbst wenn diese sich genauso anfühlen wie bisher, denken wir also nicht z.B.: Oje meine Migräne (was sowieso falsch wäre, da es ja nicht mehr unsere Migräne ist. Die haben wir ja an Gott abgegeben). Denken wir vielmehr z.B.: „Da ist ein Schmerz im Kopf.... prima, der verlässt jetzt meinen Körper“. Durch diese neue Ausrichtung, schaffen eine positive und entspannte Haltung, so dass Heilung eintreten kann. Wir „kleben“ gedanklich dadurch nicht mehr an der Krankheit oder dem Problem, sondern stimmen den Körper voll freudiger Erwartung auf Gesundheit und Hilfe ein.

Je tiefer wir entspannen können und uns nicht gegen den Schmerz wehren, umso mehr werden die Selbstheilungskräfte mobilisiert. Die göttliche Kraft ist intelligent und weiß genau was zu tun ist, damit wir wieder frei sein können. Wir brauchen sie also nicht zu „steuern“.

5. Von jetzt an halten wir in uns das Bild, dass wir gesund und vollkommen sind, aufrecht. Holen wir uns die Krankheiten oder Probleme nicht wieder zurück, indem wir denken, es ist „Meine Krankheit“ oder „Mein

Problem“. Üben wir uns vielmehr darin zu glauben und zu vertrauen und an den Erfolg zu denken. Jedes Mal, wenn wir uns mit Krankheitsgedanken befassen, ist es so, als würden wir die Heilenergie drosseln, wie bei einem Wasserschlauch, den man abdrückt. Gott kann dann nicht wirken, da wir selber das Einströmen verhindern.

6. Es ist wichtig unser Denken neu und konsequent auf das Gute auszurichten, damit wir nicht wieder in die gedanklichen Muster fallen, die zu Krankheit und Not geführt haben. Ohne diesen inneren Wandel, würden die Belastungen auf Dauer wieder zurückkehren. Krankheit ist immer ein Mangel an Energie. Wenn wir die göttliche Kraft aufnehmen, wird unser Körper wieder mit Energie aufgeladen und Körper, Geist und Seele kommen zurück in die göttliche Ordnung. Dadurch stellen sich Gesundheit und Harmonie ganz automatisch wieder ein, was uns manchmal wie ein Wunder vorkommt.

Auch wenn die Heilung nicht sofort auftritt, bleiben wir konsequent bei unserer Ausrichtung, und identifizieren uns nur noch mit dem Guten, mit Gesundheit, Glück, Liebe und Freude. Je weniger wir der Unordnung im Körper Beachtung schenken, umso schneller kann diese behoben werden. Achten wir bei allem immer auf unseren Körper und unser Gefühl. Übernehmen wir Selbstverantwortung und unterlassen Dinge und Situationen, die uns nicht guttun. Unser Körper zeigt uns über das Wohl- oder Unwohlsein, genau an, was gut und was schädlich für uns ist.

7. Zum Abschluss danken wir Gott für seine Hilfe und all die Wohltaten, die er täglich in unserem Leben wirkt. Denken wir einmal darüber nach wofür wir alles dankbar sein können. Das lenkt den Blick weg von den Dingen die noch nicht in der Ordnung sind und öffnet das Herz. Je dankbarer wir sind, umso leichter fällt uns die Energieaufnahme. Die göttliche Kraft führt uns bis hin zur höchsten Glückseligkeit.

Vielleicht sagen wir Gott auch einmal, wie lieb wir Ihn haben und beobachten, wie sich das anfühlt ☐.

Hier der Ablauf noch einmal kurz zusammengefasst

- Ruhiger Ort, ggfs. ruhige Musik auflegen oder einfach Stille
- Lösen von Krankheit, Sorgen, Problemen und Gott um Hilfe bitten
- Nicht mehr mit der Krankheit identifizieren - sich statt dessen vollkommen sehen
- Arme und Beine nicht überkreuzen, Hände geöffnet auf die Oberschenkel
- Herz öffnen indem wir an etwas besonders Schönes denken
- Genau den Körper und das Gefühl beobachten – die Energie beginnt zu fließen
- Bei Schmerzen dankbar sein, da es sich um Reinigung handelt
- Solange die göttliche Kraft aufnehmen, bis man wieder „aufgeladen ist“
- Gott danken für all das Gute, was wir empfangen durften

Sinnvoll ist es diese Meditation jeweils morgens und abends zu machen, solange wie wir das Bedürfnis dazu haben. Auch beim Autofahren, in der Bahn etc. tut es gut, den Körper auf diese Weise wieder „aufzuladen“ und sich mit Gott zu verbinden.

Je weniger wir an Krankheiten denken, um so schneller geht es, sonst, „halten wir dieses sozusagen fest“ und hindern Gott am Wirken. Hilfe und Heilung können wir nicht verlangen aber dankbar erlangen.

In einer Gruppe, auch wenn es nur eine kleine Runde ist, ist die göttliche Kraft stärker zu spüren. Gottes Gegenwart ist für viele dann deutlicher wahrnehmbar und auch das gedankliche „Runterkommen“ fällt leichter. Jesus sagte hierzu. „Wo zwei oder drei in meinem Namen zusammen sind, da bin ich mitten unter ihnen.“

Ihr Hans Georg Leiendecker