

## Modul 3

### Das Prinzip der Entsprechungen

Beim Heilströmen machen wir uns das dritte Prinzip der Entsprechungen oder Analogien zunutze. Es gehört zu den sogenannten kosmischen Gesetzen und lautet:

Wie oben, so unten; wie unten, so oben. Wie innen, so außen; wie außen, so innen. Wie hinten, so vorne; wie vorne so hinten. Wie im Großen, so im Kleinen.

Für alles, was im gesamten Universum existiert, gibt es auf jeder Daseinsebene eine Entsprechung. Daher können wir das Große im Kleinen und das Kleine im Großen erkennen. So, wie wir innerlich sind, so erleben wir unsere Außenwelt. Umgekehrt ist die Außenwelt unser Spiegel. Wenn wir uns verändern, verändert sich alles um uns herum.

### Achtsame Aufmerksamkeit beim Strömen

Jeder der sein Tier strömt, stellt sich, oder auch mir, irgendwann unweigerlich die Frage: An was soll ich denn denken, wenn ich ein Tier ströme?

Die Antwort ist ganz simpel: Schenk ihm deine Aufmerksamkeit! Achte auf deinen Atem, achte auf deine Hände, lass die Schultern fallen und lächle. Sei ganz im Hier und Jetzt! Das kann man üben.

### Achtsamkeitsübung

Wähle einen Moment in dem dein Tier wach und aufmerksam ist und nicht gerade auf die nächste Mahlzeit oder Gassirunde wartet.

Sucht euch einen Platz, an dem ihr ungestört seid.

Fokussier dich auf deinen Atem.

Wenn dein Verstand zur Ruhe gekommen ist, frag dein Tier, was es davon hält, dass ihr zwei ein paar Minuten miteinander verbringt. Ein paar Minuten, in denen du wirklich nur für dein Tier da bist.

Warte und beobachte! Auch wenn wir das mittlerweile schon fast alle so gewohnt sind, das hier ist kein Live-Chat bei dem wir davon ausgehen können, dass wir im Bruchteil einer Sekunde eine Antwort erhalten. Also erwarte nicht, dass sogleich etwas passiert. Und erwarte auch nicht, dass dein Tier zwangsläufig verbal kommunizieren wird. Viel häufiger erfolgt eine Reaktion in Form einer Handlung, beispielsweise, dass sich dein Tier dir nähert.

Wenn eine Reaktion erfolgt, frag dein Tier, was es sich am allermeisten von Dir wünscht.

(frei übersetzt nach David Michie, Buddhism for Pet Lovers)

### Die Austauschbarkeit von SES mit gleicher Quersumme

1	-	10	-	19
2	-	11	-	20
3	-	12	-	21
4	-	13	-	22
5	-	14	-	23
6	-	15	-	24
7	-	16	-	25
8	-	17	-	26
9	-	18		