

Hannerose Mattes

LICHT • DAS WIRKT

LICHT • DAS WIRKT

| | | | | | | | |
|---|----|---|-----|---|-----|----------------------------------|-----|
| Wie dieses Buch wurde | 8 | Glas – Vorbild für Verwandlungen im Leben | 70 | Lichtträger stellen sich vor..... | 103 | Universelle Kraft | 162 |
| Die Geschichte der Lichtträger | 10 | Verschiedene Faktoren der Verwandlung | 71 | Wider die Geistlosigkeit..... | 104 | Fülle des Lebens | 166 |
| Der Weg..... | 16 | Eigenschaften des Glases | | Gedankenfreiheit | 106 | Realität | 170 |
| Sinn dieses Buches | 38 | – was wir davon lernen können..... | 74 | Im Auftrag der Liebe gestalten | 110 | Standhaftigkeit | 172 |
| Einführung in die Farb- und Lichttherapie | 42 | Absichtslosigkeit des Glases..... | 76 | Bitte | 112 | Dankbarkeit | 176 |
| Licht | 46 | Glas – als Lichtträger..... | 78 | Gegen Lügen..... | 114 | Hingabe..... | 178 |
| | | Glas – und der Anschluss an den | | Im Herzen des Taifuns..... | 116 | Inspiration | 180 |
| | | eigenen Lebensfluss | 82 | Bewusstheit..... | 118 | Wegweiser | 182 |
| | | Glas – und Klarheit | 84 | Bereitschaft zur Mitverantwortung | 120 | Die Kraft des Bewusstseins | 184 |
| Glas – ein wandelndes Phänomen | 56 | | | Für das Gute..... | 124 | Gegen die Sucht | 186 |
| Der Urstoff des Glases | | Glas – und die Komplementärmedizin | 88 | Gefühlsempfindung | 126 | Würdigung des Lebens..... | 188 |
| – Erster Wandlungsvorgang | 59 | Gesundheitserhaltung | 88 | Zugang zur Liebe..... | 130 | Würdige Ausstrahlung | 190 |
| Herstellung des Glases | | Gesundheitsförderung | 91 | Bei mir bleiben..... | 134 | Zu Hause sein | 192 |
| – Zweiter Wandlungsvorgang | 60 | Steigerung der Lebensenergie | 93 | Schöpfungskraft | 136 | Freude über das Leben | 196 |
| Eine Bestimmung des Glases | | | | Würde | 140 | | |
| – Transparenz | 60 | Farb- und Lichttherapie..... | 94 | Gegen den Stolz | 144 | Vita | 198 |
| Eine weitere Bestimmung des Glases | | | | Grundheilung..... | 146 | | |
| – Licht festhalten | 61 | Lichtträger | 98 | Vergebung..... | 148 | | |
| Dritter Wandlungsvorgang | 62 | Lichtträger und ihre Aufgaben | 99 | Herz gestimmt | 150 | | |
| Vierter Wandlungsvorgang | | Das konzentrische Design der Lichtträger | 99 | Harmonie | 154 | | |
| – Licht in uns festhalten | 64 | Gold • Silber • Kupfer | 101 | Qualitätsentwicklung | 156 | | |
| Glas trägt Licht in sich | 66 | | | | | | |
| Die vier Wandlungsprozesse | | | | | | | |
| – im Überblick | 69 | | | | | | |

DIE GESCHICHTE DER LICHTTRÄGER

Anlässlich einer Studienreise durch Brasilien im Jahr 1992 besuchte ich in Brasilia die Ausstellung einer Künstlerin, die neben Gemälden auch ihre Glaskunst zeigte. Mich ergriff eine große Faszination, ohne zunächst zu begreifen, dass Glaskunst meinen beruflichen Weg später entscheidend beeinflussen würde.

Lichtträger entstehen durch eine spezielle Glaskunst. Die Geschichte dazu begann auf der erwähnten Studienreise durch Brasilien. Bei brasilianischen Ausbildern studierte ich in jener Zeit Psychodrama und Bioenergetik. Diese Reise selbst wäre es wert, erzählt zu werden.

Meine Gastgeber in Brasilia zeigten mir ein sehr interessantes Gebäude von pyramidenförmiger Bauart. Darin befand sich die Ausstellung einer Künstlerin, die sehr große Bilder malte. Auf einem seitlich gestellten Tisch lagen sieben runde Glasplatten mit Farbeinschlüssen – ohne inhaltliche Erklärung. Mich zog es magisch zu diesem Glas. Ich hielt die Hände darüber und begann Wärmereaktionen an unterschiedlichen Stellen im Körper zu spüren. Der Wärter der Ausstellung beobachtete mich. Er rief mich zu sich, telefonierte und drückte mir den Hörer in die Hand. So lernte ich eine deutsche Glaskünstlerin kennen, die dort seit vielen Jahren lebte. Ein paar Monate später starb sie.

Zwei Jahre später begegnete ich in Deutschland einem Glaskünstler. Er zeigte mir sein Atelier, worin sich zwei riesengroße runde Glasplatten in einem Meter Abstand gegenüberstanden. Farblich sehr fein aufeinander abgestimmt. Heute weiß ich: Nach diesen



beiden Begegnungen begann sich tief in meinem Inneren etwas mir Unbekanntes heraus zu formen – unmerklich. In dieser Zeit wuchs in mir ein Know-how über Glas und Farbe, das ich nirgends nachlesen konnte. Es gibt keine Literatur darüber. So spürte und wusste ich um Wirkungskräfte von konzentrisch angeordneten Farben im runden Glas, konnte mir aber nirgends Gewissheit verschaffen. Jene Gewissheit, die einen ruhig schlafen lässt, weil man von vielen anderen darin bestätigt wird.



Ich fing an, tief in mir zu graben. Jeden Tag versenkte ich mich in mich hinein. Dieses Versenken war eine Art inneres Graben – nach meinen eigenen Schätzen. Das war ganz und gar nicht einfach. Doch plötzlich stand ich in einem Palast und staunte.

Es war alles sehr diffizil und fein, mit meinem vorhandenen Vorstellungsvermögen nicht begreifbar. Doch die Dinge begannen zu wirken, ohne dass ich davon wusste.

Bevor ich in die Selbstständigkeit eintrat, arbeitete ich als Psychologin und Pädagogin mit Menschen mit schwerwiegenden psychischen Problemen. An Kunst und ihre farbliche Wirkung auf die Psyche des Menschen hatte ich in jungen Jahren nie gedacht oder darin einen Sinn gesehen. Erst Jahre später begriff ich die Bedeutung der Ausstellung in Brasilia für meinen späteren Werdegang. Zur Unterstützung der psychischen Gesundheit meiner Klienten stellte ich die ersten Lichtträger her und setzte sie gezielt in meinen Beratungen ein.



Als freiberufliche Beraterin für alle Lebenssituationen lautet mein Anspruch, möglichst schnell zu einer Lösung zu kommen. Wie geht das? Zahlreiche Menschen haben mir durch freudige Rückmeldungen und begeisterte Erzählungen auf den Sprung geholfen. Sie berichteten mir von Veränderungen, Entwicklungen und guten Lösungen, die sie in Verbindung mit Lichtträgern erlebt haben.

Dadurch erkannte ich: Wesentlich für umfassende und vollkommene Zufriedenheit im Leben ist LICHT. Situationen in einem anderen Licht sehen zu können oder Licht in etwas zu bringen, verändert sehr viel. Deshalb sehe ich meine kreative Aufgabe darin, Menschen zu berichten und zu zeigen, wie sie gezielt Licht in sich sammeln und festhalten können. Dafür entwickelte ich die Lichtträger. Heute erscheint es mir möglich, zu Gunsten der Verbesserung nahezu aller menschlich erdenklichen schwierigen Situationen, den richtigen Lichtträger herzustellen.

Nun nehme ich Sie mit auf meinen bisherigen Weg und erzähle Ihnen, wie sich meine Farb- und Lichttherapie entwickelte. Denn nicht jeder von uns soll das Rad neu erfinden. Wir können voneinander lernen und aufeinander aufbauen.

DER WEG

Die vielfältigen Fragen und Leiden der Menschen, die in meine Praxis kamen, forderten und förderten meine psychologischen und pädagogischen Fähigkeiten.

Ich hatte mir zur Aufgabe gemacht, Problemlösungen für meine Klienten zu finden. Erfolgreiche Rückmeldungen erfüllten mich mit Freude und aktivierten meine Kreativität. In meinem Ausbildungsinstitut entwickelte ich Seminare, die rein gesundheitsorientiert ausgerichtet waren.

**Der Überbegriff hierfür heißt Salutogenese:
die Lehre der Gesundheit oder wie erhalte ich mich gesund?**

Mein kreatives und psychologisches Schaffen bezog sich seinerzeit auf pädagogische und psychologische Ausbildungs-Seminare sowie auf Einzelberatungen für Kinder, Erwachsene und Familien. Es kamen Kinder mit Versagensängsten, Lernschwierigkeiten, Struwwelpetersymptomen und Mütter, die gluckenhaft alles genau kontrollierten und entsprechend agierten. Sehr viele Menschen aus aller Welt und jeden Alters mit einer Vielzahl von Allergien kamen in meine Praxis. Notärzte schickten mir Manager, die vor lauter Wut im Bauch Herzattacken hatten. Ein Kardiologe brachte mir heimlich seine eigene Frau, weil er sie „lieber nicht“ am Herzen operieren lassen wollte. Mir wurde nicht langweilig, die Herausforderungen hörten nicht auf. Mein Arbeitsleben war spannend, herausragend und erfüllend.

Meine Zeit war rhythmisch genau eingeteilt. Familien- und Berufsleben waren harmonisch aufeinander abgestimmt, was einwandfrei funktionierte. Eigentlich gab es keinen Grund, daran etwas zu ändern.



Die Anzahl von Menschen mit einer Vielzahl von Allergien wuchs beängstigend. Die Wartezeiten meiner Klienten erhöhten sich auf mehr als ein Jahr. Das machte mich unzufrieden. Ich suchte nach einer Lösung und überlegte mir: Wie kann ich mehr Menschen helfen? Die Lösung lag auf der Hand: Ich entwickelte Allergie-Seminare, um professionellen Kollegen Lösungswege aufzuzeigen. Meine sechsteilige Seminarreihe beinhaltete 23 Tage Ausbildung.

Ehe ich diese Seminarreihe völlig ausgearbeitet hatte, unternahm ich erneut eine Reise. Auch diese Reise sollte mich in meiner inneren Entwicklung voranbringen.

Ich lernte Wüsten in vielen Daseinsformen kennen, durchwanderte den Millionen Jahre alten Grand Canyon mit all seinen Farbspielen, die mich mit ihren unterschiedlichen Lichtarten tief beeindruckten. Ich sah Gesteinsformationen in hunderten von Farben und Strukturen.

All dies war mir bis dahin lediglich von Fotos bekannt. Doch davor zu stehen, den Atem der alten Gesteine zu ahnen und sie anfassen zu können, hatte auf mich eine ganz neue Wirkung. Welche genau, wusste ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht. Das kristallisierte sich erst nach und nach heraus.

Während ich den vierten Ausbildungsteil erstellte, wurde mir bewusst, dass lichtvolle Farben und Farbkompositionen in unserem gesamten Körper enthalten sind. Ebenso wie die farbträchtigen Gesteine und farbenstrahlenden Mineralien der Erde, tragen wir Menschen das gesamte Farbspektrum in uns.

Die Erde hütet ihre Farben mit großer Strahlkraft. Jede Zelle unseres Körpers beinhaltet Licht und strahlt es aus.

Die folgerichtige Frage lautete: Gibt es Quellen des Lichts im menschlichen Körper?



Xania Gebirge, China

GLAS – UND DIE KOMPLEMENTÄRMEDIZIN

Seit ungefähr 3500 Jahren sind Menschen fasziniert davon, wie vielfältig Glas verwendet werden kann. Wirklich neu und bahnbrechend im Verständnis von Glas ist, dass es die Möglichkeit der inneren Lichterfassung bietet. Das bedeutet Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens sowie Erhaltung und Förderung unserer Gesundheit. Unsere Lebensenergie nimmt zu, da Glas uns hilft, Licht in uns hinein zu transportieren.

Gesundheitserhaltung

Die Möglichkeit der inneren Lichterfassung mit Hilfe gläserner Lichtträger und ihre gesundheitsförderliche Wirkung ist ein Novum. Diese weltweit neuartige Farb- und Lichttherapie erschließt völlig neue Wege. Für die Komplementärmedizin entwickeln sich dadurch neue Möglichkeiten, die Gesundheit von Menschen zu erhalten. Wissenschaft und Praxis der Salutogenese können davon profitieren.

Gehen wir von der Theorie der Salutogenese aus, dass der Mensch nie ganz gesund und auch nie ganz krank ist. Das heißt, der Mensch befindet sich – zunächst unbewusst – in einem steten Prozess, sich gesund zu erhalten. Das Bewusstwerden der steten Gesunderhaltung verändert den Blickpunkt auf sich selbst. Es geschieht also nicht unbedingt automatisch, dass der Mensch gesund ist. Der Körper tut sein Bestes. Und was tut das Bewusstsein des Menschen?



Dieses Bewusstsein um die stetige Gesunderhaltung würde uns Menschen gut tun. Nicht in dem übertriebenen Sinn von „einseitiger“ Ernährung oder extremem Sport oder „nur das und niemals jenes“ und „Ich darf nicht, soll nicht“. Es geht darum, sich und seinen Körper genau kennen zu lernen. Was ist mir zuträglich und was nicht?

Finden wir etwas über uns selbst heraus:

- Was hat die Natur für einen Stellenwert in meinem Leben?
- Welche Gedanken, Gefühle und seelischen Befindlichkeiten tun mir gut?
- Vertraue ich meinem Leben und seinem Fluss?
- Welche Menschen wollen mir auf meinem Lebensweg Gutes tun?
- Welche Werte, welcher Sinn machen mein Leben aus?
- Lebe ich mein Leben, so wie ich es leben möchte?
- Was gibt meinem Leben den entscheidenden Kick?
- Handle ich so, wie es für mich und meine Mitmenschen gut ist?
- Was erfüllt mich in meinem Leben?
- Lebe ich meine Kreativität? Und kann ich sie leben?

Alle diese Antworten zusammen verhelfen mir zu mehr Bewusstsein über mein Leben und meine Gesundheit. Zufriedenheit, Freude und Vertrauen ins Leben sind lichtvolle Fundamente zur Gesunderhaltung.

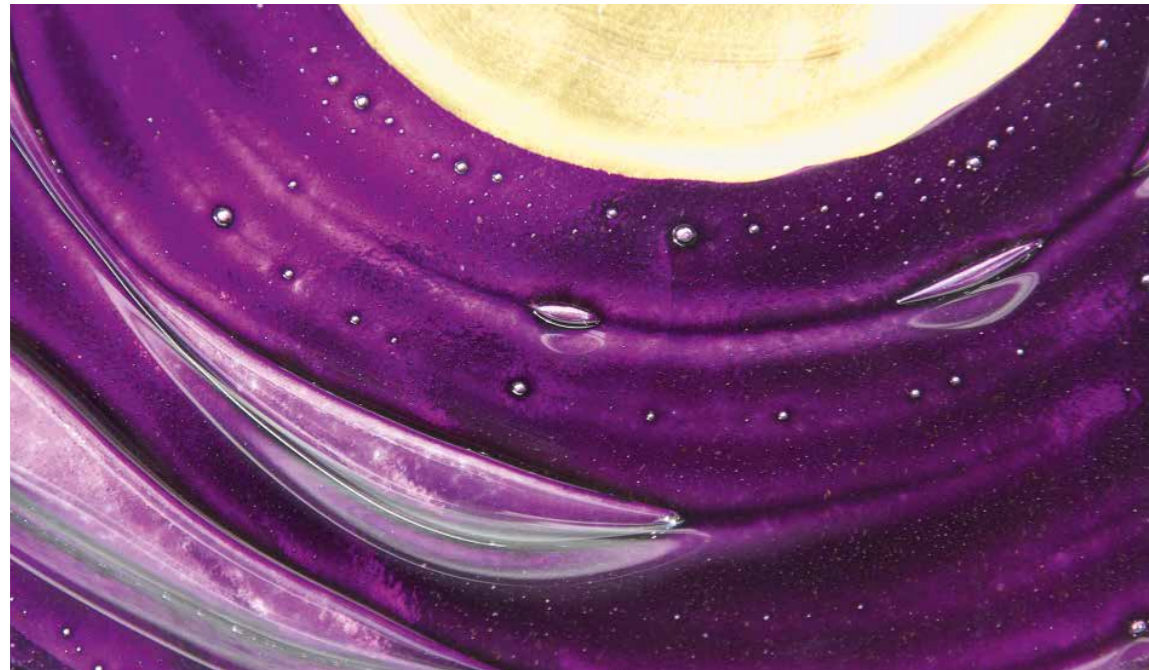
Bemerken Sie, wie schwierig es ist, diese Fragen zu beantworten? Oder haben Sie eventuell keine Antwort? Nicht immer verläuft unser Leben nach unseren Vorstellungen. Bewusstsein und Licht sind sich ergänzende Förderer der Gesunderhaltung. Überall da, wo unser Bewusstsein nicht ausreicht, hilft in Glas geschmolzenes Licht.

Farbiges, geschmolzenes Glas erinnert an ein farbenfrohes buntes Leben, wie es sein könnte. Wir Menschen fragen uns unbewusst, wieso wir unser Leben nicht so leben. Um diesen unbewussten Erinnerungsprozess in uns zu befrieden, können wir bewusst mit farbig geschmolzenem Glas unserem Leben einen Anstoß geben. Bestimmte Lichtträger zum Beispiel helfen sehr präzise unbewusste Lebensthemen zu verändern, um dem Leben eine glückliche Wandlung zu verschaffen.

Gesundheitsförderung

Wir wissen, dass Sport, Ernährung, Entspannung, Kultur, Urlaub, Musik, Freunde ... uns gut tun. Das ist nichts Neues. Doch halten wir uns daran? Wenn nun die Liste von dem, was uns gut tut, erweitert wird, nützt uns das wenig, wenn wir es nicht umsetzen. Also was tun, sprach Zeus? Wir Menschen stecken irgendwie in einem Dilemma. Wir kennen so viele Dinge, die uns gut tun würden. Je mehr wir wissen, desto mehr sind wir versucht, innere und äußere Herausforderungen durch Wissen zu lösen. Schließlich wissen wir es ja. Doch wo bleibt das konkrete Handeln? Manchmal plagt uns dann das schlechte Gewissen, und wir starten wieder einmal einen für uns förderlichen Anlauf. Schließlich wissen wir: Unsere Gesundheit ist wichtig. Wie oft haben wir schon neuen Anlauf genommen? Und warum haben wir ihn wieder gestoppt? Dazu gibt es viele Antworten. Doch die gründlichste Antwort hängt mit unserer Licht-Intelligenz im Körper zusammen. Licht verhilft dem Körper, sich förderlich um sich selbst zu kümmern.

Durch Licht geschieht gleichzeitig mit dem körperlichen Prozess eine Bewusstseins-Entwicklung. Diese trägt dazu bei, das körperlich-seelisch-geistige Licht-Konto zu erhöhen. Je mehr Licht in die Zellen des Körpers gelangt, desto besser. Kranke Zellen sterben dann.



Die Seele freut sich über farbenfrohes Licht. Unser Geist erinnert sich daran, dass Licht seine Hauptenergiequelle ist. Ohne diese Quelle kann unser Bewusstsein nicht arbeiten. Versuchen Sie doch mal, in einem dunklen Raum – ohne anzustoßen – sicher über Hindernisse zu gehen. Und Hindernisse liegen nicht nur unserem Geist, sondern auch unseren Gedanken und Gefühlen im Wege. Licht, Licht-Intelligenz und unser Licht-Konto bewegen uns Menschen sicher und instinktiv in Richtung unserer Gesundheit.

Steigerung der Lebensenergie

Als Kinder bewegten wir uns ständig. Wir dachten nicht darüber nach, wie viel wir uns bewegen und wozu. Wir bewegten uns einfach. Bewegung erzeugt Energie und sie benötigt Energie. Was bringt uns in eine energiereiche Entwicklung? Zunächst die Erinnerung an unsere kindliche Bewegungsfreude. Wir können uns vielleicht sogar daran erinnern, dass wir Farben liebten, Formen gestalteten und Kaleidoskope wunderbar fanden. Die Welt war damals bunt und bewegungsfreudig. Jede Erinnerung daran tut uns gut. Glas und sein Farbenspiel erinnern uns an unsere Kindheit. Kinder bewerten nicht. Sie lassen die Schönheit der Farben und des Lichts intuitiv in sich hinein. Wenn wir farbiges Glas betrachten, wird unsere kindliche Bewegungskraft aktiviert und animiert. Der Körper erinnert sich. Gläserne Farbenspiele steigern die Bereitschaft der Seele und des Geistes, ihre Kraft miteinander zu verbinden. Glas dient als Medium und Vorbild, da es die Farben in sich gebunden und verbunden hat. Dadurch hält das Glas das Licht in sich fest. Und wir Menschen können es ihm gleichtun. Schließlich haben wir strukturelle Ähnlichkeiten mit dem Glas. Wir erinnern uns: Glas war ehemals ein Stein. Und wir Menschen haben Bestandteile des Steins in uns. In den Knochen, in den Haaren und in Form von Mineralien in den Zellen. Steigerung unserer Lebensenergie geschieht durch unser bewusstes Erkennen unserer „Stein-Natur“.

Das Betrachten eines gläsernen lichttragenden Kunstwerkes, beispielsweise eines buntes Kirchenfensters oder Lichtträgers, bewegt auf der körperlichen, seelischen und geistigen Ebene Licht durch alle dunklen Hindernisse hindurch. Das Licht-Konto wird aufgefüllt, und das psychische Wohlbefinden steigert sich.

LICHTTRÄGER

Lichtträger sind leuchtende Glaskunst-Subjekte. Lichtträger unterstützen und fördern das Menschsein und die Sinnggebung für unser Leben. Sie sind Wegweiser und Vorbereiter für die lichtvolle Qualität von Leben auf der Erde. Sie spenden Licht auf unserem Weg zum Menschsein.

Es gibt so viele Lichtträger, wie es menschliche Herausforderungen gibt, um zum Menschsein vorzudringen. In den unvermeidlichen Veränderungen unseres Lebens helfen sie, dass wir uns stets für das Menschsein entscheiden.

Lichtträger helfen uns, Licht in uns festzuhalten. Diesen Vorgang erachte ich als sehr wichtig, da viele Menschen zu viel Zeit ihres Lebens ohne natürliches Tageslicht zubringen. In den Büroräumen und Praxisräumen haben wir Tageslichtlampen installiert. Wir bauen Büroräume aus Glas, wir haben Bildschirme aus Glas, um die vielen Informationen, die in superschnellen Glasfasernetzen durch die Welt geschickt werden, lesen zu können. Unser mentales System wird durch diese gläserne Welt stetig überfordert, da unsere Gefühlswelt langsamer funktioniert. Der Verarbeitungsprozess läuft dadurch eindimensional.

Die zweite tragende Säule der menschlichen Kommunikationsverarbeitung – das Gefühl – wird außer Acht gelassen. Wenn wir Menschen kein Gefühl mehr für einen Menschen, eine Sache oder eine Information entwickeln können, verarmen wir und können nicht wirklich wichtige Entscheidungen treffen. Entscheidungsunfähigkeit resultiert oft aus dieser Situation.

Lichtträger und ihre Aufgaben

Zunächst sind Lichtträger zur Freude der Menschen da. Ihr Farbenglanz, der nach allen Richtungen strahlt, erinnert uns an die farbigen Seiten des Lebens. Diese Erinnerung ist wichtig im Alltag unseres schnellen Lebens, um nicht den Kontakt zu uns selbst zu verlieren. Das ist wie ein Liebesbrief. Es tut einfach gut.

Im Besonderen jedoch haben Lichtträger die Aufgabe, bestimmte menschliche Herausforderungen unterstützend zu begleiten. Wie ein Herzflüsterer, der immer daran erinnert „das geht schon, es fließt, es geht vorwärts, bleib nicht stehen...“.

Dieser besondere Herzflüsterer stellt in herausfordernden Situationen des Lebens eine liebevolle Begleitung und Kraftquelle dar. Für nahezu jede Aufgabe im Leben, die es zu meistern gilt, gibt es einen liebevollen Lichtbegleiter in Form eines Lichtträgers.

Das konzentrische Design der Lichtträger

Konzentrische Kreise geben dem Glas Struktur.
Diese rhythmische Anordnung bedeutet, dass der Mensch

- Strukturen sehen kann
- Farblich angeordnete Strukturen in sich aufnehmen kann
- Strukturen dadurch in sich beleben kann
- Strukturen behalten kann