**Nutzt die Kraft eurer „Schatten“**

Isabelle: Wenn ich das richtig mitgekriegt habe, krempeln wir heute die Ärmel hoch und entrümpeln den Keller, richtig?

Merlin: Ja. Aber im Gegensatz zu sonst, da wir ausmisten, schauen wir heute einmal, was wir Schönes und Vergessenes in den dunklen Kellerecken finden.

Isabelle: Oh oh, ich glaub, ich weiß, wo das hinführt … Schattengucken, oder?

Merlin (grinst): Genau. „Schattengucken“, wie du immer so nett sagst.

Isabelle: Muss das heute wirklich sein? Ich fühl mich grade eh nicht sonderlich stabil …

Merlin: Eben deshalb! Du schwankst. Du fühlst dich nicht sicher in dir.

Isabelle: Es ist ein Auf und Ab. An manchen Tagen bin ich absolut souverän, stehe sicher in der neuen Energie, an anderen habe ich das Gefühl, meine Stabilität ist noch ziemlich fragil und ich muss extrem aufpassen, dass ich nicht abrutsche.

Merlin: Und mit „abrutschen“ meinst du?

Isabelle: Dass ich in alte Muster zurückfalle, die ich schon längst hätte ablegen sollen. Danach fühle ich mich immer extrem mies. Wie ein Versager.

Merlin: Weißt du, woran das liegt? An eurem Schwarz-Weiß-Denken. Daran, dass ihr bestimmte Teile von euch verdammt, sie von euch schiebt – was aber nicht geht auf Dauer. Es ist vor allem so, als würdet ihr damit nur auf einem Bein stehen, nur auf dem „guten, lichten“. Ihr braucht aber beide für einen sicheren Stand.

Isabelle: Stimmt, es ist kein Wunder, dass ich mich nicht stabil fühle. Ich schwanke hin und her, von einer Seite der Waage auf die andere: einmal abgerutscht, einmal alles richtig machend – wobei sich das selbst für mich sehr starr anfühlt, immer mit der Angst behaftet, den Top-Status nicht halten zu können.

Merlin: Fällt dir etwas an deiner Formulierung auf? „Alles richtig machend“ … Was ist richtig und was ist falsch?, frage ich. Das ist wiederum eine Welt in Schwarz und Weiß, was es so nicht gibt. Hört auf in Kategorien von Gut und Böse zu denken.

Und hört bitte auf, eure „dunkle“ Seite zu verdammen und in den Keller zu sperren. Söhnt euch mit eurer „dunklen“ Seite aus. In ihr ist sehr viel eurer Stärke versteckt. Momentan ist sie aber noch gefangen, gebunden, in Fesseln gelegt und daher ungenutzt. Lasst sie frei, das entfesselt sehr viel Energie.

Isabelle: Was meinst du mit „dunkel“?

Merlin: Es sind Züge, die oft zu Unrecht mit einem negativen Etikett beklebt wurden, bei dir zum Beispiel: sich selbst Gutes tun, sich verwöhnen, sieh es doch mal so. Dann hätten wir da noch Leidenschaft, Passion, Intensität, Macht, Liebe zu Luxus und dem Stehen im Mittelpunkt, Wildheit, Sinnlichkeit, Genuss, unbedingte Selbstliebe, sich selbst an die erste Stelle setzen, unbändiger Stolz und so weiter.

Isabelle: Ja, normalerweise wird als gute Eigenschaft so was genannt wie bodenständig, fleißig, kompromissbereit, bescheiden …

Merlin: Wie fühlt sich das an?

Isabelle: Eingeschränkt. Extrem gedeckelt. Das, was du dagegen aufgezählt hast, das fühlt sich richtig an für mich, passend. Aber es sind tatsächlich alles Eigenschaften, die wir fast automatisch unterbinden oder zumindest stark einschränken, weil man sie uns als etwas Schlechtes verkauft hat. Bloß nicht zu viel davon, maximal in homöopathischen Dosen und nur in Monaten mit x!

Merlin: Warum wohl wurden sie verdammt? Fühlt euch einmal ein … Stolz, Machtbewusstsein, Zugang zur eigenen Sinnlichkeit, Passion … das sind genau die Züge, die euch voranbringen. Die euch in eine euphorische, starke Energie bringen, die euch stärken. Die, wenn ihr ihnen keine Zügel anlegt, eure Kraft wachkitzeln und sie leben lassen. Die euch Selbstwert fühlen lassen. Die euch in Kontakt bringen mit eurem Kern. Die euch eben nicht einschränken, sondern frei machen.

Isabelle: Es fühlt sich tatsächlich schon viel freier an, wenn ich mir erlaube, das auch zu sein.

Merlin: Versagt euch nichts mehr! Und ihr solltet unbedingt ehrlich zu euch sein, ihr müsst sogar ganz und gar ehrlich zu euch sein, um echte Sicherheit zu erreichen, nach der ihr im Moment alle strebt. Denn echte Sicherheit kommt aus eurem Inneren, dann wenn ihr euch absolut vertraut, ohne jeden Zweifel. Dazu müsst ihr euch aber kennen, in- und auswendig, euch mit euch ausgesöhnt haben, mit allen (!) Teilen von euch, um euch vertrauen zu können. Solange ihr noch einen Teil von euch ignoriert, ihn aussortiert und ihn wie einen unliebsamen Gast vor der Tür stehen lasst, seid ihr nicht komplett. Es trennt euch, und so könnt ihr nicht zur Einheit in euch finden. Und damit auch nicht zu echter Sicherheit, die aber essenziell ist!

Isabelle: Dieses ganze „Richtig-Falsch“, „Gut-Böse“ etc. ist eigentlich ziemlich unsinnig, oder?

Merlin: Das sind menschengemachte Kategorien, die so keinen Bestand haben. Es gibt im Prinzip auch kein Hell und Dunkel, Licht und Finsternis, am Ende ist alles Licht.

Hört bitte auf, euch oder Teile von euch zu verurteilen. Entrümpelt den Keller, sortiert aus, was nicht zu euch passt, aber holt auch all die schönen Dinge wieder zurück in eure Wohnung, die ihr in den dunklen Kellerecken versteckt hattet, weil sie scheinbar schlecht oder gefährlich waren.

Prüft, ob sie zu euch gehören, und dann heißt sie wieder willkommen, staubt sie ab, lernt sie wieder lieben, sie haben es verdient. Und ihr auch. Der Vorteil: Je mehr ihr zu euch kommt, wieder komplett werdet, desto ruhiger und ausgeglichener werdet ihr. Desto sicherer fühlt ihr euch.

Du erinnerst dich noch an den Magier, den ich dir gezeigt hatte? (Hier bitte den Link zum Channeling „Ihr steht mitten im Sturm …“, danke! :))

Isabelle: Aber sicher doch! :)

Merlin (schmunzelt): Das habe ich mir gedacht … ;) Tristan ist ein alter Freund von mir, und wie du gesehen hast, arbeitet er öfter mit gewaltigen, nicht ganz ungefährlichen Energien. Warum denkst du, dass er das so gut kann?

Isabelle: Schwierige Frage … weiß ich keine Antwort drauf.

Merlin: Dann frag ihn.

Isabelle: Bitte?

Merlin: Du wirst doch jetzt nicht schüchtern werden … ;) Frag ihn. Du kennst seine Energie, „ruf ihn an“.

*Es ist nicht so einfach, wie sich mit Merlin zu verbinden. Nicht nur, weil ich mich mit seiner Energie schon häufiger verbunden habe, sondern weil Tristans so ganz anders ist: weit weniger zugänglich, nicht so locker, anfangs fast distanziert. Er wirkt sehr ruhig, hat aber auch etwas „Scharfes“ - nicht wirklich, mir fehlt nur das richtige Wort dafür. Schlicht „sehr mächtig“ würde es wahrscheinlich besser treffen. Seine Energie ist sehr intensiv, fast ein bisschen „hypnotisch“. Äußerlich wirkt er, wie gesagt, sehr ruhig und kontrolliert, aber man merkt, dass es unter der Oberfläche nicht ganz so ruhig zugeht. Es ist eine sehr spannende Energie: kontrolliert und stürmisch, sanft und kraftvoll gleichzeitig.*

Tristan (lächelt): Es ist kein Entweder-Oder, sondern ein Sowohl-als-Auch, ich lebe all meine Anteile nebeneinander, in Synergie miteinander und in Harmonie, sie ergänzen sich. Ich bin immer für die Vereinigung von Gegensätzen, die am Ende so unterschiedlich nicht sind. Und ganz am Ende ist tatsächlich alles Licht.

Isabelle: Bei dir sah es so mühelos aus, als du im Sturm die Energien gelenkt hast.

Tristan: Die Sturmenergien ähneln einem Teil meiner eigenen, daher fühle ich mich sehr wohl in Stürmen jeder Art, in intensiven Energien. Ich kann mich leicht mit ihnen verbinden und mit ihnen arbeiten.

Der einzige Unterscheid zwischen euch und mir? Ich kenne mich sehr gut und habe keine Angst vor mir, vor keinem Teil von mir. Ich habe keine Angst, die Kontrolle zu verlieren oder Fehler zu machen. Das ist ein Grund, warum ich so einfach in jeden Sturm, um bei dem Bild zu bleiben, gehen kann, ohne die Angst, mich zu verlieren oder abzurutschen. Weil ich all meine Anteile bei mir habe, in ihrer geklärten Form, in der sie alle nur eines sind: Talente.

Isabelle: Ah, ich verstehe … Durch die Aussöhnung mit den „dunklen“ Anteilen nehmen wir endlich wieder alle Macht zurück und können wirklich kraftvoll agieren.

Merlin: Indem ihr das Gute in jedem Anteil seht und ihn wieder annehmt, indem ihr so wieder komplett werdet, wächst eure Sicherheit. Ihr müsst es nur zulassen.

Wie? Ganz einfach: Indem ihr die Blickrichtung ändert, weg vom Außen, nach innen. Das ist übrigens auch der Weg nach Hause: nach innen, in die Mitte. Der Weg aus dem Chaos, „nach draußen“, ist eigentlich ein Weg nach innen.

Kommt ins Innen … in Kontakt mit eurer wahren, ureigenen Energie, eurer ganz eigenen, individuellen, die keine Einschränkungen kennt. Verbindet euch wieder mit ihr und verstärkt sie durch alles, was euch einfällt.

Wir brauchen euch stark!

Denn wenn ihr jetzt auf die Erde schaut, seht ihr bei vielen Menschen Aufruhr, Tumult, Verwirrung, große Unsicherheiten, beispielloses Chaos, aufgewühlte, verzerrte Energien und aufgebauschte, aufgepeitschte Ängste. Es zerreißt einem das Herz, sie so zu sehen. Viele Menschen werden momentan von Angst dominiert und klein gehalten, denn genau das tut Angst: Sie macht klein. Sie beraubt euch eurer Energie. Sie schneidet euch sofort davon ab, trennt euch von eurem Zugang zu euch und zu eurer Kraft ab. Ihr geht in eine Art Überlebensmodus, agiert aber beileibe nicht mehr frei oder selbstbestimmt, von kraftvoll mal ganz abgesehen. Die Angst ist wie ein Netz über die Menschen geworfen worden, und dieses Netz wird immer enger geknüpft, bis sie den Himmel kaum noch sehen können durch die Lücken.

Lasst ihr euch nicht auch einfangen von dieser linken Masche, sondern schlüpft durch die Maschen!

Dafür ist es wichtig, dass ihr keine Angst vor euch selbst habt! Nehmt all eure Macht und Stärke wieder an, ihr braucht sie und sie gehören zu euch! Mit all euren Anteilen fühlt ihr wieder Stärke und Sicherheit in euch, aus der Mut geboren wird. Dann seid ihr sicher in euch, strahlt das aus und helft damit auch anderen.

Ihr seid diejenigen, die aufrecht stehen, *Mut und Zuversicht ausstrahlen* und so den Weg aus dem Sumpf aufzeigen: „Schau her, es ist gar nicht so schwer. Mach es einfach wie ich, da geht’s lang.“

Ihr seid diejenigen, die stehen bleiben. Egal, wie sehr es stürmt.

Isabelle: Manchmal stürmt es aber eben auch noch in unserem eigenen Leben oder im Inneren, was ich viel schlimmer finde.

Merlin: Dann achtet bitte auf euren Fokus. Eure Energie ist sehr, sehr stark. Worauf ihr euch fokussiert, das hat Macht.

Wenn sie auftauchen, schaut noch einmal kurz auf Probleme, Ängste, Sorgen, was auch immer euch noch aus dem Takt bringt. Und dann lasst los. Richtet euren Fokus auf Schönes, es gibt immer einen Grund zur Freude, gerade für euch. Aber hängt euch bitte nicht an Sorgen auf, bleibt nicht daran hängen!

Macht euch bitte bewusst, dass ihr bereits sehr viel Macht habt und bereits schon wieder als Magier arbeitet. Ihr bewegt Energien viel schneller und nachhaltiger als viele andere. Das geht mit einer großen Verantwortung einher, Achtsamkeit und Aufmerksamkeit sich selbst gegenüber sind nötig. Und Gelassenheit ist eine wertvolle Tugend im Moment. Sein lassen, geschehen lassen. Dabei in der Ruhe bleiben. Bei euch, wo eure Stärke liegt.

Dann lächelt ihr auch nur noch milde über Aussagen wie: „Ach, es ist so schlimm! Diese Zeit ist so herausfordernd!“ Eure einzige Antwort darauf wird sein: „Na und?! Genau dafür bin ich hier. Ich weiß, dass ich stärker bin als all das. Ich stehe mitten im Sturm und lächle.“ Ihr kommt von „Ach, dieses gewaltige, chaotische kollektive Feld schwappt immer wieder auf uns über, wie furchtbar!“ zu: „Ja und?! Sei’s drum. Ich weiß, wie ich mit so etwas umgehe.“

Ihr wusstet, dass das hier kein Sonntagsspaziergang werden würde. Aber ihr wart bereit. Ihr beherrscht den Umgang mit diesen Energien aus dem Effeff. Ihr müsst euch nur wieder erinnern.

Also hört endlich auf, euch ein X für ein U vormachen zu lassen: euch jeden Tag einreden zu lassen, es sei schwierig und eine einzige Katastrophe. NICHT FÜR EUCH.

Ihr habt *Freude* daran, diese Herausforderung anzunehmen. Ihr seid dafür wie geschaffen. Ihr habt euch regelrecht darum gerissen, jetzt hier zu sein! Erinnert euch und wisst: *Ihr habt eine enorme Freude daran, mit diesen starken Energien zu arbeiten.*

Ich zeige euch einmal ein Bild von eurer Gruppe: DAS SEID IHR. Kurz bevor ihr aufgebrochen seid zur Erde.

Isabelle: Ich sehe eine Gruppe, lachend, sie fühlen sich sichtlich wohl miteinander, kennen sich sehr gut, es sind Freunde, Vertraute. Sie haben eine sonnige, (herzens-)warme, starke, vitale, kraftvolle, selbstsichere Ausstrahlung. Das Bild ist in warmes, gelbgoldenes Licht getaucht, was sehr gut zu ihrer Energie passt. Sie laufen entspannt aus dem Bild und verabschieden sich voneinander, in bester Stimmung. Manche schlagen den anderen freundschaftlich auf die Schulter.

Merlin: Ihr habt euch ein gutes Gelingen gewünscht und keine Sekunde an eurem Erfolg gezweifelt. Ihr wusstet, es würde schwer werden, aber ihr wusstet auch, dass ihr wie geschaffen dafür seid, es mit Leichtigkeit zu bewältigen. Es war eine freudige, gelöste Stimmung, und ihr wusstet, ihr würdet euch schon bald wiedersehen, um euren Erfolg zu feiern.

Es kommt auf euch an, und ich weiß, dass ihr in der Lage seid, diese Aufgabe so brillant zu erledigen wie niemand sonst.

Ich habe mal ein bisschen gestöbert … und als kleine Erinnerung an eure Aufbruchstimmung dieses Lied gefunden …

Isabelle: Ah! Ich hab mich schon gefragt, wann wir „Merlins Playlist“ fortführen. ;) Also, dieses Mal haben wir die Foo Fighters mit „Best of You“!

Merlin: Ihr seid die Stärksten der Starken. Aber was euch sicherlich hilft zu wissen: Die Verbindungen zu eurem Team werden gerade wieder stärker. Ihr seid zwar die Speerspitze, aber wir arbeiten im Hintergrund immer mit. Stellt es euch ein bisschen vor wie bei einem Rockstar auf der Bühne, die ganze Entourage dahinter gibt es aber auch. Performt gut! ;)

Isabelle: Wir geben uns Mühe. :) Aber wir sind nicht allein, das ist extrem beruhigen zu wissen!

Merlin: Wir arbeiten zusammen, ihr seid NIE allein. Vertraut ganz sicher darauf: Hinter jedem von euch steht ein Heer an Helfern.

Aber wir auf unserer Seite sind auf euch angewiesen, auf eurer Handeln. Ihr seid der ausführende Part. Geht voran. Eure Richtung ist IMMER NUR VORWÄRTS.

Isabelle: Wir haben quasi keinen Rückwärtsgang. ;)

Merlin: Keinen Rückwärtsgang und hoffentlich bald kein falsches Bild mehr von euch. Die Energien bewegen sich jetzt immer schneller. Und ihr steht mittendrin. Mitten im Sturm. Und lächelt einfach.

Erfreut euch an dem Gefühl von Stärke, das durch euch fließt.

*Selbst wenn alle Lichter ausgehen, sieht man euch noch. Ihr leuchtet weiter.* Man kann euer Strahlen nicht wirklich dimmen und schon gar nicht löschen.

Isabelle: Wir sind so ne Art Notlicht! ;)

Merlin: Ich würde eher sagen Lichtsäulen. Ihr führt die anderen aus dem Sturm. Weil ihr den Weg kennt. Und ihn sicheren Schrittes gehen könnt.

Wir lieben euch. Merlin.