

## Vertrauen finden

*Set mit Vorträgen und Meditationen*



Diese Meditationen und Vorträge kreisen um das Thema Vertrauen. Im Bereich der Spiritualität geht es um ein viel umfassenderes Vertrauen als im psychologischen Bereich. Dieses Vertrauen umfasst und durchdringt viel mehr innere und äußere Räume als die bloße Identifikation mit deiner Bio-Psychologie. Es geht gerade um jene Räume, in denen du deine ego-basierte Motivation verlassen hast.

Du bist eingeladen, deine liebesdurchtränkte innere „Geräumigkeit“, die die Ego-Impulse (Festhalten des Angenehmen, Wegstoßen des Unangenehmen) halten kann, immer mehr und weiter kennenzulernen. Sie „funktioniert“ nach Aspekten höherer Liebe und Weisheit.

Wenn du Verletzungen erlebt hast, ist das (Wieder)Finden von Vertrauen nicht so einfach. Es geht letztlich darum, dein eigenes, stimmiges und ehrliches Erleben von Vertrauen zu finden. Es geht um ein spirituelles Vertrauen als Ausdruck einer wesentlichen Lebendigkeit, die Geboren-Werden, Leben und Sterben übersteigt bzw. ihnen voraus liegt.

Der umfassende Vortrag „spirituelles Vertrauen (wieder)finden“ thematisiert Wege und Übungen, um dieses weite und tiefe Vertrauen zu finden und in großer Fülle und Vitalität in dein Sein zu bringen. Die Meditationen beleuchten verschiedene Aspekte dieses Vertrauens.

### **01 Gedicht und Vortrag „Das unverstand’ne Unsichtbare“ 30min**

Anhand des Gedichts „Das unverstand’ne Unsichtbare“ werden wesentliche Aspekte spirituellen Vertrauens erläutert. Das Wesen des spirituellen Weges sind Wandlung und Wachstum, der immer wieder neue Gang ins Ungewisse, was Mut und Vertrauen erfordert, aber auch fördert.

- Gedicht pdf
- Gedichtlesung und Vortrag

## **02 Meditation: „Vertrauen - Loslass-Meditation“ 24min**

Immer wieder im Leben gibt es Situationen, in denen uns das Vertrauen in unseren Weg oder unser Begleitet-Sein entgleitet. Diese Meditation lädt dich ein, ins Loslassen, ins vertrauende Spüren und in die Hingabe zu gehen.

## **03 Meditation: „drei Aspekte spirituellen Vertrauens“ 27min**

In dieser erkundenden Meditation bist du eingeladen, drei wesentliche Aspekte von Vertrauen auf dem spirituellen Weg kennenzulernen. Sie vermögen, dich auf deinem weiteren Weg so zu begleiten, dass dein Vertrauen in deinen Weg weiter wächst und tiefer wird.

## **04 Meditation: „Vertrauen - ins Vertrauen gehen“ 56min**

Diese Meditation begleitet dabei, langsam in den stillen Inneren Raum zu gehen, sich dort geschützt zu fühlen und dann von dort aus in ein umfassendes Vertrauen zu gehen, das letztlich trans-psychologisch ist.

## **05 Meditation: „Vertrauen und Liebe“ 33min**

In dieser Meditation spürst du der Verbindung von umfassendem spirituellem Vertrauen und deiner Fähigkeit, bedingungslos zu lieben, nach. Du lässt dich in dein spirituelles Vertrauen hineinfallen, in dem du deiner höheren Liebesfähigkeit gewahr wirst. Diese bringt dich in einen wohlwollenden Kontakt mit anderen lieben Menschen und auch mit dir selbst (Live-Mitschnitt).

## **06-08 Vortrag „spirituelles Vertrauen (wieder)finden“ 2h54**

Spirituelles Vertrauen bezieht sich auf weitaus mehr Innenräume unseres Erlebens als lediglich psychologisch basiertes Vertrauen. Unsere spirituelle Entwicklung versieht uns mit Kriterien von Vertrauen, die nicht auf den Ego-Prinzipien (am Schönen anhaften, das Unschöne wegstoßen) beruhen, sondern auf dem Bewohnen-Können innerer Weiten in Bewusstsein, Herzerleben und Erdung.

Vortrag in drei zusammenhängenden Teilen:

1 – allgemeine und fünf psychologische Aspekte von Vertrauen 1h10

2 – spirituelle Aspekte von Vertrauen, Übersicht über entsprechende Übungen 1h13

3 – Zweifel und Vertrauen als spiritueller Ganzwerdungsweg 30min

PLUS 2 BONUS AUFNAHMEN:

## BONUS 1

### **09 Meditation: „Vertrauen in und zwischen Himmel und Erde“ (Live-Mitschnitt) 20min**

Dieser Live-Mitschnitt mit etwas verminderter Soundqualität lädt dich ein, dem spirituellen (also: vor-psychologischen) Vertrauen in dir nachzuspüren. Und zwar letztlich auf den drei Ebenen des lichten Himmels, der gründenden Erde und des Menschlich-Göttlichen dazwischen.

## BONUS 2

### **10 „Bauch-Entspannung und Vertrauen“ 21min**

Der Fokus dieser Meditation liegt auf dem Bauchbereich bzw. dem Nabel-Chakra, das auch mit dem Thema "Vertrauen" in Verbindung steht. Dieses zu spüren, wird durch Entspannung erleichtert.

**gesamt: 6h28**

© Dr Robert Mosell