

# DER ALOHA SPIRIT

a.k.a. The Little Pink Booklet of Aloha  
by Serge Kahili King  
übersetzt von Sandra Streit

Du kannst dieses Dokument (Anm.d.Ü.: genauso wie das Original) so oft vervielfältigen und weitergeben wie du möchtest, unter der Bedingung, dass es unentgeltlich geschieht. Um ein kostenloses Exemplar in Form eines kleinen Heftchens (Anm.d.Ü. in englischer Sprache) zu erhalten sende deinen Namen und deine Postadresse an [huna@huna.org](mailto:huna@huna.org).

Der Aloha Spirit ist bekannt als die freundliche Akzeptanz für die die hawaiianischen Inseln bekannt sind. Gleichzeitig weist er aber auch auf einen kraftvollen Weg hin, jedes Problem zu lösen, jedes Ziel und jeden körperlichen und geistigen Zustand zu erreichen, den du dir vorstellen kannst.

In der hawaiianischen Sprache, steht Aloha für viel mehr als nur „Hallo“, „Auf Wiedersehen“ oder „Liebe“. Seine tiefere Bedeutung ist „das freudige (oha) teilen (alo) von Lebensenergie (ha) in der Gegenwart (alo)“.

Wenn du diese Energie teilst, stellst du dich auf die Universelle Kraft ein, die die Hawaiianer „Mana“ nennen. Der liebevolle Gebrauch dieser unglaublichen Kraft ist das Geheimnis, um Gesundheit, Glück, Wohlstand und Erfolg zu erlangen.

Der Weg sich auf diese Kraft einzustimmen und sie für dich nutzbar zu machen ist so simpel, dass du vielleicht dazu tendieren wirst ihn beiseite zu schieben, weil du glaubst, dass es zu einfach ist, um wahr zu sein. Lass' dich bitte nicht vom äußeren Eindruck täuschen. Nimm dir die Zeit es auszuprobieren.

Dies ist die kraftvollste Technik auf der Welt und obwohl sie extrem simpel ist kann es sein, dass sie sich nicht so einfach bewährt, denn du musst dich daran erinnern sie zu benutzen und du musst sie oft benutzen. Es ist ein Geheimnis, das der Menschheit oft mitgeteilt wurde, immer und immer wieder und hier ist sie ein weiteres mal in einer anderen Form. Das Geheimnis ist folgendes:

**Segne alles und jeden, der das repräsentiert was du willst!**

Das ist schon alles. Aber auch etwas, das so einfach ist braucht dennoch ein wenig Erklärung.

Etwas zu segnen bedeutet eine positive Qualität, Charakteristik oder einen positiven Umstand anzuerkennen oder zu betonen, mit der Intention, dass das was anerkannt oder betont wird wachsen wird, andauert oder real wird.

Aus folgenden drei Gründen ist Segnung ein effektiver Weg dein Leben zu verändern oder das zu bekommen was du dir wünschst: Zuallererst regt die positive Fokussierung deiner Gedanken positive, kreative Energien der Kraft des Universums an. Zweitens bringt es deine eigene Energie in Bewegung und erlaubt mehr Kraft durch dich zu fließen. Drittens umgehst du auch deine eigenen unterbewussten Ängste darüber was du dir für dich selbst wünschst, indem du anderen Gutes

zukommen lässt und durch die Fokussierung auf die Segnung vermehrest du gleichzeitig das Gleiche in deinem Leben. Das schöne an diesem Prozess ist, dass die Segnungen, die du anderen zukommen lässt, in gleichem Maße ihnen wie auch dir selbst helfen.

Segnungen können durch Imagination oder Berührung gemacht werden, aber der üblichste und einfachste ist es mit Worten zu tun. Die gebräuchlichsten Arten der verbalen Segnung sind:

**Bewunderung** – Damit sind die Komplimente und das Lob gemeint mit denen du Gutes bedenkst, das dir auffällt. Z.B.: „Was für ein schöner Sonnenuntergang; Ich mag diese Blume; Du bist eine wundervolle Person.“

**Bekräftigung** – Dies ist eine spezielle Aussage, um etwas zu vermehren oder aufrecht zu erhalten.“ Z.B.: „Ich segne die Schönheit dieses Baums, Ich segne deinen gesunden Körper.“

**Wertschätzung** – Dies ist ein Ausdruck der Dankbarkeit dafür, dass etwas gutes existiert oder geschehen ist. Z.B.: „Danke, dass du mir geholfen hast; Ich danke dem Regen dafür das Land zu nähren.“

**Vorfreude** – Dies ist eine Segnung für die Zukunft. Z.B.: „Wir werden ein großartiges Picknick haben; Danke für meinen perfekten Partner; Ich wünsche dir eine gute Reise; Mögest du immer Rückenwind haben.“

Um den größten Nutzen aus dem Segnen zu ziehen, wirst du die eine Sache aufgeben müssen, die sie zunichte macht: verfluchen. Damit ist nicht gemeint keine „bösen“ Worte mehr zu sagen. Es geht um das Gegenteil des Segnens, um es genau zu sagen zu kritisieren statt zu Bewundern; Zweifel statt Bekräftigung; Schuldzuweisungen statt Wertschätzung; Besorgnis statt Vorfreude mit Vertrauen. Wann auch immer etwas davon getan wird besteht die Möglichkeit, dass der Effekt einer Segnung damit aufgehoben wird. Je mehr du also verfluchst, um so schwerer wird es und um so länger wird es dauern das Positive aus den Segnungen zu ziehen. Auf der anderen Seite wird das Fluchen weniger Schaden anrichten je mehr du segnest.

Hier nun ein paar Ideen für Segnungen zu verschiedenen Wünschen und Bedürfnissen. Wende sie so oft und so viel an wie du magst.

**Gesundheit** – Segne gesunde Menschen, Tiere und sogar Pflanzen; alles was überreiche Energie ausstrahlt.

**Freude** – Segne alles was gut ist, oder das Gute, dass in allen Menschen und in allen Dingen ist; alle Anzeichen der Freude, die du in Menschen oder Tieren siehst, hörst oder fühlst; und all die potenzielle Freude, die du um dich herum bemerkst.

**Wohlstand** – Segne alle Anzeichen von Wohlstand in deiner Umgebung, alles eingeschlossen, was durch Geld ermöglicht wurde; all das Geld, das du hast, egal in welcher Form; und alles Geld, das Weltweit in Umlauf ist.

**Erfolg** – Segne alle Symbole für Erreichtes und Vervollständigtes (wie z.B. Gebäude, Brücken und sportliche Veranstaltungen); jedes erreichte Ziel (von Schiffen, Flugzeugen, Zügen und Menschen); alle Zeichen für das Vorrankommen und Ausdauer; und alle Anzeichen von Spaß und Vergnügen.

**Vertrauen** – Segne alle Anzeichen für Vertrauen in Menschen und Tieren; alle Anzeichen für Stärke in Menschen, Tieren und Objekten (inklusive Stahl und Beton); alle Symbole für Beständigkeit (wie Berge und große Bäume); und alle Symbole für zielgerichtete Kraft (inklusive große Maschinen und das Stromnetz).

**Liebe und Freundschaft** – Segne alle Symbole für Fürsorge und Pflege, Mitgefühl und Unterstützung; alle harmonischen Beziehungen in der Natur und Architektur; alles was verbunden ist oder etwas anderes sanft berührt; alle Anzeichen für Kooperation wie beispielsweise im Spiel oder bei der Arbeit; sowie alle Anzeichen für Lachen und Spaß.

**Innerer Frieden** – Segne alles was leise, still, ruhig und gelassen ist (wie z.B. ruhiges Wasser oder eine sanfte Brise); jeden weiten Ausblick (auf den Horizont, die Sterne, den Mond); alles was schön ist, sich schön anhört oder anfühlt: klare Farben und Formen; die Details von natürlichen oder künstlichen Objekten.

**Spirituelles Wachstum** – Segne alles was in der Natur wächst, sich entwickelt und verändert; die Übergänge von Morgengrauen und Abenddämmerung; die Bewegung von Sonne, Mond, Planeten und Sternen; den Flug der Vögel am Himmel, die Bewegung des Windes und des Meeres.

Die genannten Ideen sind dazu da dir einen Anhaltspunkt zu bieten, falls du es nicht gewöhnt bist zu segnen und du solltest dich nicht von ihnen beschränken lassen. Denke daran, dass jede Qualität, jede Charakteristik oder jeder Umstand gesegnet werden kann (z.B. kannst du schmale Stangen und schlanke Tiere segnen, um deinen Gewichtsverlust zu unterstützen), egal ob es einmal existiert hat, momentan existiert, oder ob es bisher nur in deiner Vorstellung existiert.

Ich selbst habe die Kraft des Segnens dazu benutzt meinen Körper zu heilen, meine Einnahmen zu erhöhen, meine Fähigkeiten zu verbessern, eine tiefe, liebevolle Beziehung zu meiner Frau und meinen Kindern aufzubauen und um ein weltweites Netzwerk von Friedensstiftern zu etablieren, dass mit dem Aloha Spirit arbeitet. Weil dies für mich so gut funktioniert hat, möchte ich es mit dir teilen. Bitte teile es mit so vielen anderen, wie du nur kannst.

## **Wie du die Kraft zu Segnen noch erhöhen kannst**

Es gibt eine Technik die dir helfen kann deine Kraft zu Segnen noch zu erhöhen indem du deine eigene Energie vermehrst. Es ist eine einfache Atemtechnik, die auch dazu genutzt wird sich zu erden, zu zentrieren, zu meditieren und zu heilen. Eine spezielle Haltung, oder ein spezieller Platz ist dazu nicht nötig und es spielt keine Rolle, ob du dich dabei bewegst, oder nicht, ob du beschäftigt bist, oder dich ausruhst, ob du die Augen offen, oder geschlossen hast. Auf Hawaiianisch nennt man diese Technik Pikopiko, weil Piko sowohl Nabel, wie auch Scheitel bedeutet.

## Die Technik

1. Werde dir deiner natürlichen Atmung bewusst (es kann sein, dass sie sich verändert einfach aus dem Grund, dass du dir ihrer bewusst bist, aber das ist okay).
2. Fokussiere dich auf deinen Scheitel und deinen Nabel, indem du deine Aufmerksamkeit auf sie richtest und/oder sie berührst.
3. Wenn du jetzt einatmest, richte deine Aufmerksamkeit auf deinen Scheitel und wenn du ausatmest, auf deinen Nabel. Atme auf diese Weise so lange du möchtest.
4. Wenn du dich entspannt, zentriert und/oder energetisiert fühlst, fang damit an dir vorzustellen, dass du von einer unsichtbaren Wolke, oder einem elektromagnetischen Feld umgeben bist und das dein Atem dieses Feld oder diese Wolke verstärkt/vergrößert.
5. Während du segnest, stell dir vor, wie das Ziel deiner Segnung auch von der gleichen Energie umgeben ist, die dich umgibt.

## ALOHA FUNKTIONIERT - WELTWEIT!

Das Aloha Project von Aloha International stellt dieses „Booklet“ weltweit, durch die großzügige Unterstützung durch Spenden, Einzelpersonen, Gruppen, Organisationen und Institutionen zur Verfügung, die dran glauben, dass die Welt ein bessere Ort werden kann indem man Informationen weitergibt, die den Menschen helfen sich selbst zu helfen.

Um an das Projekt zu spenden, das Booklet zu bestellen, oder um mehr Informationen zu erhalten wende dich an:

The Aloha Project

---

[huna@huna.org](mailto:huna@huna.org)