

*John B. Bainbridge*

## ***Die Vektor-Methode***



---

*Auszug aus dem Buch „**Huna Magic Plus**“ von John B. Bainbridge über die Technik der „Vektor-Methode“. In gekürzter Form erschienen in den „Huna-Nachrichten“ Nr. 3, September 2010, Zeitschrift für Mitglieder der Huna Forschungs-Gesellschaft  
Übersetzung Ulrich Amacher*

---

John B. Bainbridge „Huna Magic Plus“, Barnhart Press 1988, ISBN 0-9620658-6-2

---

### ***John B. Bainbridge***

*Die spirituelle Suche des Forschers und Weltreisenden John B. Bainbridge führte ihn dazu von Huna Gebrauch zu machen und Max Freedom Long's rekonstruierte, geheime Wissenschaft der Kahunas des alten Hawaiiis anzuwenden.*

*Um die Huna Magie erfolgreich zu praktizieren muss der Mensch alle Komplexe auflösen, welche die klare Kommunikation mit seinem/ihrer eigenen Hohen Selbst stören. Während John seine Huna Praxis fortsetzte, erfuhr er von „Vektor“ einer, damals neu entdeckten, persönlichen Problemlösungs-Technik die genau das tut – Komplexe auflösen.*

*Er lehrte dieses einmalige „Geheimnis im Geheimnis“ seit 1980 als qualifizierter Huna-Lehrer der Huna Research Inc. USA, sowie als Vektor Berater.*

---

## **Kapitel 13 Das Problem des Komplexes**

### **Die rigiden Konzepte des unteren Selbstes**

Als ich mich vertieft mit den Studien und der Praxis von Huna beschäftigte wurde mir klar, dass ein hinderlicher Komplex – egal wie stark er Sie im Griff hat – aufgelöst werden muss. Mit grosser Wahrscheinlichkeit ist Ihr Komplex das Resultat einer Erinnerung Ihres Unterbewusstseins an ein traumatisches Ereignis, das Ihnen während Ihrer Kindheit zugestossen ist. Sie möchten diesen Komplex auflösen, ihn loswerden, damit Ihre Huna-Gebete wirken können.

Auf Hawaiianisch heisst dieser Vorgang „kala“ (kah'-lah), das bedeutet „reinigen“ (sich selbst). Bevor Sie Ihr unteres Selbst anweisen, Ihr Gebet dem Hohen Selbst vorzutragen, machen Sie Folgendes: Schauen Sie in sich hinein um festzustellen, ob Sie an irgendeinem unerwünschten Komplex festhalten. So tief sitzende Emotionen wie Schuld, Angst, Trauer, Apathie und Minderwertigkeitsgefühle – egal ob Sie sie bewusst oder unbewusst hegen – bilden einen behindernden Komplex. Sie verhalten sich wie eine Blockade oder ein Knoten in Ihrer Aka-Schnur, der Verbindung zu aumakua blockiert. Das bedeutet, dass Ihr unteres Selbst möglicherweise nicht in der Lage ist, sich Ihrem Hohen Selbst zu nähern und ihm die sorgfältig vorbereitete Gebets-Visualisierung zu präsentieren.

Wenn Sie sich irgendeines Problems in Ihrem Leben bewusst sind, tun Sie den offensichtlichen Schritt, es zu korrigieren. Wenn Sie Menschen schlecht behandeln, hören Sie auf damit. Leisten Sie eine Wiedergutmachung, wenn es möglich ist. Wenn Sie Dinge an sich nehmen, die Ihnen nicht gehören, hören Sie auf damit und geben Sie zurück, was Sie können. Leisten Sie Ersatz. Wenn die Menschen, die Sie verletzt haben für Sie nicht mehr erreichbar sind, so stellen Sie sich zumindest lebhaft vor, wie Sie sich bei Ihnen entschuldigen. Danach, um ihr unteres Selbst zu beeindrucken und ihm zu zeigen, dass Sie die Dinge nach bestem Gewissen wieder in Ordnung bringen wollen, machen Sie eine grosszügige Spende an eine wohltätige Organisation und helfen Sie anderen Menschen.

Weiter ist es hilfreich, sich Mühe zu geben und freiwillige Dinge für andere zu tun, sogar für Fremde. Wenn Sie ein Auto fahren, seien Sie besonders freundlich im Strassenverkehr. Helfen Sie einem Nachbar, ein Problem zu lösen. Unterstützen Sie eine behinderte Person in irgendeiner Weise. Schenken Sie Leuten ein Lächeln und tun Sie andere freundliche Dinge. Trotzdem sind oft noch weitere Massnahmen nötig um den Reinigungsprozess zu vollenden.

### **Traditionelle Methoden, Konzepte zu verändern**

In seine Schriften beschreibt Max Freedom Long eine Vielzahl von Prozeduren und Praktiken, sowohl alte wie moderne, welche von Einzelpersonen und Gruppen angewendet wurden, um ihre Verhaltensmuster zu verändern – ihre eigenen und die anderer Personen. Er berichtet von Hypnose, Christi Wissenschaften, Dianetics und vom Gebrauch von Affirmationen. Er erzählt von einer traditionellen Hawaiianischen Familien-Gruppentherapie, genannt hooponopono (ho-oh-po'-no-po'no). Eines oder

mehrere betroffene Familienmitglieder konnte ein Treffen aller darin involvierten Verwandten ausrufen. Berichten zu folge konnte das Problem gelöst werden, nachdem alles gründlich gemeinsam besprochen worden war.

Max berichtete auch von solch anderen alten, auf den Inseln heimischen Praktiken wie ein kahuna seinen Patienten instruiert, den Atem anzuhalten, während er ein mit Mana aufgeladenes rohes Eis hinunterschluckt oder den Kopf in einen mit Brackwasser gefüllten Kürbis zu halten so lange er es aushält.

Neuzeitliche Methoden den Pfad zu seinem Hohen Selbst zu reinigen schliessen natürlich das traditionelle Gebet ein oder den Glauben an die Wirksamkeit gewisser Rituale.

### **Die Suche nach einer wirkungsvolleren Methode**

Ich hatte den richtigen Weg nicht gefunden. Meine frühen Anstrengungen mit Huna waren behindert durch eine Last von Komplexen, welche meine Aka-Schnur blockierten. Ich versuchte erfolgreich verschiedene Arten von Therapien, wenigsten diejenigen, welche mir zum damaligen Zeitpunkt sinnvoll erschienen. Einige schienen wenigstens teilweise zu wirken, andere überhaupt nicht. Aber keine funktionierte zu meiner Zufriedenheit.

Schliesslich konnte ich mir mein Ziel klar formulieren: Ich suchte eine Komplexe auflösende Technik, die einfach, sicher, schnell und effektiv für jeden durchschnittlichen, normalen Menschen anwendbar ist. Danach dämmerte es mir, die Huna-Gebetsmethode zur Lenkung meiner Suche anzuwenden! Ich tat es. Es funktionierte.

## **Kapitel 14**

### **Jetzt! Auflösen von Komplexen mit Vektor**

Das war der Moment, als ich George Burt traf. Er wusste nichts von Huna, aber um seine eigenen Probleme zu lösen hatte er kürzlich genau die einfache, geradlinige Technik entwickelt, nach der ich suchte.

George hatte Jahre damit verbracht, bekannte aber auch obskure Therapie-Techniken zu studieren, zu analysieren, zusammenzufassen und auszuprobieren. Als er mit der Einfachheit und der Effizienz seiner einzigartigen Methode, die er entwickelt hatte zufrieden war, nannte er sie „Vektor“.

George und einige seiner Freunde benutzten Vektor bereits mit grossem Erfolg in der gegenseitigen Behandlung. Ich war sehr empfänglich dafür, dass er mir zeigte, wie ich sein System benutzen konnte, um meine hindernden Komplexe aufzulösen. Vektor hat sich ziemlich unabhängig von Huna entwickelt aber interessanterweise fand diese Entwicklung in der Gegend von Hollywood mit derselben Postleitzahl statt, in welcher Jahre zuvor Max Freedom Long einige seiner Huna-Bücher geschrieben hatte, ohne

jemals von Vektor gehört zu haben. Huna hat natürlich viel früher als Vektor existiert. Und doch schienen diese beiden sich ergänzenden Techniken, Rücken an Rücken, wie die zwei Seiten derselben Münze zu sein: Seite A eine effiziente, neue Methode seinen Pfad von Hindernissen zu befreien, indem man die Vergangenheit loslässt. Seite B eine uralte Methode, Hilfe von höheren Mächten zu rufen.

### Das Muster des Komplexes erkennen

Mein anschließendes Vektor-Training und meine Erfahrung damit lehrten mich, dass wenn Sie sich von einem oder mehreren unerwünschten Komplexen befreien möchten, Sie am besten damit anfangen jeden einzeln für sich genau zu betrachten. Dabei werden Sie bald Übereinstimmungen in einem gemeinsamen Muster feststellen. Jeder Komplex ist ähnlich aufgebaut und besteht aus vier unterschiedlichen Bestandteilen. Jeder Bestandteil kann identifiziert, isoliert und von Ihrem Leben abgetrennt werden, so dass er keine dauerhafte dominierende Rolle mehr spielt.

Seit den 1960er-Jahren haben Vektor-Praktizierende diese hilfreiche, konfliktfreie Therapietechnik verfeinert. Sie haben Hunderten von Menschen geholfen, sie für sich anzuwenden um sich von unerwünschten Komplexen oder Verhaltensmustern zu befreien. Oft genügt eine korrekt geführte Sitzung von ungefähr einer Stunde um einen Komplex dauerhaft abzulegen (ein Problem loszuwerden). Wenn Sie diese Technik anwenden möchten, hier ist sie:

Suchen Sie nach dem Muster des Komplexes. Es besteht aus vier Teilen.

- 1) Ihre alteingesessene Wahrnehmung einer möglicherweise verzerrten „Wahrheit“. (**Beispiel:** „Niemand wird mich je wirklich lieben“ oder einfach „Niemand liebt mich“.) Diese Aussage oder dieser Gedanke ist verbunden mit:
- 2) Einer oder mehreren begleitenden Emotionen (**Beispiel:** Schmerz oder Apathie). Diese führen zu:
- 3) Geistiger und/oder körperlicher Anstrengung oder geistigem und/oder körperlichem Stress. (**Beispiel:** Auch wenn Sie ein echtes Verlangen danach haben unter die Leute zu kommen und neue Menschen kennenzulernen, kann tief sitzende Trauer oder Apathie Sie dazu bringen unfreundlich zu sein, Selbstmitleid zu empfinden oder sich nicht die Mühe zu machen Leute zu treffen. Vielleicht vernachlässigen Sie gar Ihr Äusseres und Ihre Umgangsformen.
- 4) Ihr Unterbewusstsein hält das Muster über die Jahre zusammen mit seiner eingebauten „immer“ oder „nie“ Methode, die es auch zur Aufbewahrung Ihrer Erinnerungen anwendet. Sie können es mit der Methode eines Computers vergleichen, der alles speichert, was Sie eintippen, auch Fehler, die Sie unabsichtlich eingegeben haben. Sie können diesen sonst auf immer eingeschlossenen Fehler oder diese verzerrte Wahrheit entfernen, wenn Sie wissen wie. Bildlich gesprochen, drücken Sie auf die Löschtaste des imaginären Computers.

Ihr unteres Selbst funktioniert unter Verwendung dieser absoluten Begriffe.  
Nachstehend einige Beispiele:

Drei typische Beispiele von Bestandteilen eines Komplexes. Denken Sie daran: Ihr unteres Selbst argumentiert wie ein Computer – in absoluten Begriffen.		
Möglicher auslösender Gedanke	Mögliche treibende Emotion	Mögliche körperliche Belastung
ALICE: „Ich werde immer kränklich sein. Ich werde mich nie gesund und kräftig fühlen.“	<b>SCHMERZ</b>	(Hartnäckiges Festhalten an Schmerz) Alice kann sich noch so anstrengen, ihr Schmerz raubt ihre Energie und sie wird nie die Kraft haben, die Dinge zu tun, die sie tun möchte.
BILL: „Wenn ich in meinem Leben nicht erfolgreich bin, werde ich in der Gosse landen!“	<b>ANGST</b>	(Zwanghaftes Streben nach Besitz) Bill hat nie Spass oder Freizeit, weil er zwanghaft seine ganze Zeit und all seine Bestrebungen dafür aufwendet mehr Geld zu verdienen.
CHARLOTTE: „Jedes Mal wenn es mir ernst ist mit einem Mann, verlässt er mich!“	<b>ÄRGER</b>	(Angespanntes Wollen, aber nicht Können) Auf Grund ihres tief sitzenden Ärgers und der begleitenden Anspannung endet ihre fortwährende Suche nach dem richtigen Partner immer im Misserfolg.
<b>Denken Sie daran, der vierte Bestandteil des Komplexes ist das „immer“ oder „nie“.</b>		

## Suche nach dem Beginn des Komplexes

Nachdem Sie das Muster erkannt haben, suchen Sie nach dem Beginn, d.h. *das erste Mal* in Ihrem Leben, als Sie dieser Kombination von Komplexelementen begegnet sind. Jeder Komplex, der Ihnen heute ernsthafte Probleme bereitet, begann ziemlich sicher in Ihren ersten Lebensjahren. Damals war ihr unteres Selbst von einer Aussage überzeugt, die zur damaligen Zeit richtig gewesen sein mag oder auch nicht. Jedenfalls hat es ihr unteres Selbst als Wahrheit akzeptiert und verallgemeinert, d.h. Ihr unteres Selbst hat es als beständige „Wahrheit“ in sein Gedächtnis programmiert. Seither benutzt Ihr unteres Selbst diese Information gewohnheitsmässig und beeinflusst Ihr Leben damit noch heute.

Warum tut es dies? Weil Sie diesen Vorfall in der Kindheit überlebt haben, glaubt Ihr naives, aber sehr kraftvolles unteres Selbst - das alles sehr wörtlich nimmt - dass diese eine Reaktionsweise beim Wiederauftauchen eines gleichen verwirrten Gedankens, Gefühls oder einer gleichen Emotion die *einzig* Möglichkeit zu Überleben in vergleichbaren Umständen ist, und dies ein Leben lang. D.h. bis etwas geschieht, das Ihr unteres Selbst überzeugt, dieses längst überholte Muster aufzugeben. Dieses „etwas“ ist genau das, was wir hier tun. Schauen wir uns einmal an, wie solche Muster geformt sind. Jeder Fall ist natürlich einzigartig, aber die drei oben gezeigten Beispiele könnten ungefähr so begonnen haben:

**(ALICE)** Nehmen wir einmal an, dass diese Dame, heute wohl so im mittleren Alter tatsächlich oft krank ist, aber ihr Arzt keine medizinische Ursache für ihre wiederkehrende Erkrankung finden kann.

Als dreijähriges Mädchen oder noch früher, hat Alice wiederholt von ihrer Mutter „gelernt“, dass „kleine Mädchen in unserer Familie immer schwach und kränklich sind“. Aber auf der anderen Seite hat sie auch „gelernt“, dass „alle Frauen unserer Seite der Familie sehr fleissig sind“. Diese *widersprüchliche Doppelaussage* könnte der Ursprung für ihr lebenslängliches Problem sein. Ihr unteres Selbst ist mitten im Konflikt dieser zwei Wahrnehmungen gefangen. Sie „weiss“, dass sie sehr fleissig sein *sollte*, aber sie „weiss auch“, dass sie das *nicht kann* weil sie „kränklich“ ist. Die erzeugte Spannung zwischen „sollen“ und „nicht können“ ist ausreichend genug, um Alice traurig und krank zu machen.

**(BILL)** Bill mag zwischen Ende zwanzig und Anfang fünfzig sein. Es könnte sein, dass Bills Vater ein Geldproblem hatte. Er hat immer deutlich gezeigt, wie besorgt er über die absolute Notwendigkeit war „finanziellen Erfolg“ im Leben zu haben. Nehmen wir an, dass Bill eines Tages, kurz nach Schuleintritt gefaulenzt und die Hausaufgaben vernachlässigt hätte. Sein Vater erteilte ihm darauf hin eine Lektion, indem er seine Fähigkeit, *überhaupt etwas ordentlich zu machen* in Frage stellte und ihm das Taschengeld strich. Der Vater hat die Überzeugung in Bills leicht zu beeindruckendes Gemüt „gehämmert“, dass wenn er nicht immer hart arbeitet und immer viel verdient, er in der Gosse enden würde „genau so wie diese miesen Penner, die wir neulich dort unten gesehen haben!“ Unter dem Eindruck dieser Angst einflössenden Belehrung hat Bills heranwachsendes unteres Selbst eine strenge Haltung gegenüber Geld und der Anstrengung es zu verdienen entwickelt.

**(CHARLOTTE)** Diese Dame ist, sagen wir einmal, Anfang dreissig. Sie wird unbewusst von einem bestimmten Typ Mann angezogen und versucht für diesen attraktiv zu sein. Jedoch, nach ein paar ersten Treffen, sobald sie signalisiert, dass sie ernsthaft an ihm interessiert ist, verlässt er sie. Es könnte sein, dass ihr Vater immer kühl und unnahbar war, ohne das natürliche Verlangen seiner Tochter nach Zuneigung wahrzunehmen. In ihren vor-pubertären Jahren wurden ihm seine ungelöste Probleme - welcher Art sie auch immer waren - zu viel, und er verliess Frau und Kind. Die Mutter der kleinen Charlotte bestärkte diese Erfahrung häufig, indem sie *alle Männer* als „unzuverlässig“ und „Deserteure“ bezeichnete. Innerlich war das Kind wütend über die Ungerechtigkeit dieser Auffassung, welches ihr unteres Selbst jedoch als Tatsache akzeptierte.

Das könnte sein, wie die kleine Charlotte „lernte“, dass die Männer sie *immer* verlassen würden, und wie Charlottes unteres Selbst, nun da sie erwachsen war, immer Männer anzuziehen schien, die diese unglückliche Erwartung auch tatsächlich erfüllten.

Unser hypothetischen Charaktere, Alice, Bill und Charlotte leiden alle an akuten, realen Problemen, auf Grund von Einstellungen und Verhaltensmustern, welche sich in ihrem unihipili, ihrem unteren Selbst, vor vielen Jahren, als sie noch Kinder waren, kristallisiert haben.

Wenn Sie einen hindernden Komplex haben, ist er natürlich einzigartig. Mit grosser Wahrscheinlichkeit ist sein Muster/sind seine Muster auf die gleiche Art und Weise zusammengesetzt wie oben beschrieben.

Mit Bezug auf bewusst erlernte Muster (erwünschte Gewohnheiten) beachten Sie bitte, dass diese für das Überleben, Wohlergehen und die Sicherheit einer Person absolut notwendig sind. Kinder lernen notwendigerweise selber zu essen, aufs Klo zu gehen, eine Strasse sicher zu überqueren, zu lesen, zu schreiben, Spiele zu spielen, Rad zu fahren, mit andern Menschen zu interagieren und so weiter und so fort. (In anderen Gesellschaften müssen sie sich möglicherweise eine andere Garnitur von Überlebensfähigkeiten aneignen.)

Wenn Sie sich bereit fühlen, sich von einem unbewusst erlernten Verhalten, welches Ihnen heute Schwierigkeiten bereitet zu trennen, d.h. die Wichtigkeit desselben aufzugeben, fahren Sie bitte mit dem nächsten Schritt weiter.

### **Die Bestandteile des Komplexes isolieren**

Nehmen Sie das Muster auseinander. Entwirren Sie seine Bestandteile. Lesen Sie wie:

**(AUSLÖSENDER GEDANKE)** Bringen Sie es in eine kurze Aussage wie in den obigen Beispielen (beispielsweise: „Alle Männer sind unzuverlässig“).

**(TREIBENDES GEFÜHL)** Isolieren Sie die Emotion(en), die den Gedanken begleiten. Fühlen Sie Trauer? Angst? Wut? Schuld? Was sonst? (Beachten Sie den Überblick über die Vektor Therapiemethode weiter unten).

**(ANSTRENGUNG/BELASTUNG)** Bestimmen Sie nun den Anstrengungs-/Verhaltens-/Belastungs-Bestandteil des Komplexes. Als Resultat Ihres Festhaltens an einem fixen,

auslösenden Gedanken, zusammen mit seinen ihn begleitenden Gefühlen, haben Sie zu jenem früheren Zeitpunkt eine Anstrengung unternommen, auch wenn diese nur geistig war, etwas *zu tun* oder etwas *nicht zu tun*. Jetzt, in der Gegenwart, entspannen Sie sich und lassen Sie Ihre Gedanken zurück schweifen. Was fühlen Sie, was diese etwas-Aktion gewesen sein könnte? War es zuschlagen, fliehen, verstecken, verschwinden, sich ergeben, erstarren, still halten, warten, schreien, sich los reißen, ausdehnen, zusammenziehen, etwas los lassen, an etwas festhalten oder was?

**(BESTÄNDIGKEIT)** Bitte erinnern Sie sich daran, dass es in der „Natur“ Ihres unteren Selbstes liegt, diese verschlungenen Bestandteile zusammenzuhalten, immer, als Überlebensmuster, ausser es wird davon überzeugt, es nicht mehr zu tun.

Jetzt da Sie die Bestandteile des Komplexes definiert, entwirrt und isoliert haben, entscheiden Sie ob Sie bereit sind, diese zu beseitigen. Um sie auf Dauer los zu werden benützen Sie weiterhin Ihre bildhafte Vorstellung wenn Sie fortfahren.

### **Beseitigung der Komplex-Bestandteile**

Visualisieren Sie Feuerstelle vor Ihnen. Wenn Sie es bevorzugen, kann es auch eine Abfallgrube, ein elektrischer Schredder oder ein mentaler Staubsauger sein. Benützen Sie, was immer Sie als Entsorgungsmaschine anspricht.

Wo in Ihrem Körper halten Sie diesen Gedanken, fühlen Sie die Emotionen, erfahren Sie dieses Verhalten/diese körperliche Belastung, und wo klammern Sie sich an die begleitende Beständigkeit, das „immer“ oder „nie“? In Ihrem Herzen? In Ihrem Bauch? Überall? Stellen Sie sich diese Gefühle in den Zellen Ihres Körpers vor.

Nun gehen Sie in Ihrer Vorstellungskraft zurück in die Zeit und an den Ort, wo Sie die Bestandteile zum ersten Mal in gemeinsamer Aktion erlebt haben (möglicherweise frühe Kindheit). Während Sie „dort hinten“ sind, zeigen Sie Ihrem unteren Selbst mit Nachdruck, wie Sie diese Bestandteile beseitigen, indem Sie typische Handbewegungen hin zu der Stelle in Ihrem Körper machen, wo jeder einzelne dieser Bestandteile zu wohnen scheint. Stellen Sie sich vor, wie Sie jeden einzeln aus Ihrem Körper herausziehen. Werfen Sie jeden mit einer dramatischen Geste in die imaginäre Feuerstelle oder anderen Abfallbeseitiger. Damit lassen Sie Ihr unteres Selbst wissen, dass keine Bindung zu dem unerwünschten Komplex mehr besteht und es demnach nicht mehr danach handeln muss.

Kommen Sie jetzt „zurück“ in die Gegenwart und betrachten Sie die Erfahrung, die diese Sitzung angeregt hat. Wenn es sich gut anfühlt, haben Sie diese Vektor-Sitzung abgeschlossen. Wenn nicht, suchen Sie und gehen Sie zurück in eine noch *frühere Zeit* in Ihrem Leben, als der Komplex sich möglicherweise geformt hat, und wiederholen Sie den Vorgang.

Wenn es sich gut anfühlt, beachten Sie, dass Sie sich von diesen Banden der Vergangenheit befreit haben. Ihr unteres Selbst ist nun in der Lage angemessen zu reagieren, in Zusammenarbeit mit Ihrem bewussten Selbst, in Ihrem eigenen besten Interesse, in jeder ähnlichen Lebenssituation, die Ihnen in der Gegenwart begegnen mag.

## Vektor Hinweise

- 1) Wenn Sie in der Vergangenheit nach dem ersten Mal Ausschau halten, als sich die entsprechende Begebenheit abgespielt hat und Sie sich nicht an den wirklichen Ablauf der Dinge erinnern können, ist es ebenso effektiv, einen plausiblen Zwischenfall zu erfinden. Denn Sie arbeiten nur mit Ihren eigenen Eindrücken davon, was passiert ist. Dieses erste Mal kann so weit zurück liegen, wie Ihre eigene Geburt (**MÄDCHEN**: „Sie hatten sich so einen Jungen gewünscht.“)  
  
Es könnte sogar sein, dass Sie eine schockierende Mitteilung bereits im Mutterleib empfangen haben (**MUTTER zum VATER**: „Es ist ganz allein deine Schuld, du betrunkenen Trottel! Du hast mich geschwängert! Ich will dieses verdammte Baby nicht!“)  
  
Ihr erstes Mal könnte sogar eine Erinnerung an ein grauenhaftes Ereignis in einer früheren Inkarnation, bei dem Sie jemandem schreckliches Unrecht getan haben oder jemand Ihnen. (**PERSON**: „Ich habe schreckliche Angst vor scharfen Gegenständen!“ oder „Ich hasse (eine ethnische oder religiöse Gruppe) mit Leidenschaft! Ich möchte sie am liebsten alle umbringen!“)
- 2) Wenn Ihr unteres Selbst später irgendwelche zusätzlichen Teile des beseitigten Komplexes „herauf“ an Ihre bewusstes Selbst schickt, können Sie mit ihnen in der gleichen Weise verfahren und das gleiche Verfahren anwenden.
- 3) Wenn später ein komplett anderer Komplex zum Vorschein kommt, gehen Sie mit ihm in der gleichen Weise vor. Führen Sie die gleichen Schritte durch.
- 4) Wenn Sie eine Abneigung gegenüber dem Loslassen eines der Bestandteile Ihres Komplexes verspüren, prüfen Sie welchen (vielleicht lächerlichen) Wert ein Anhaften an diesen Komplex für Sie haben könnte. Fragen Sie sich, „Welches Geschehen verhindert oder begünstigt mein Festhalten usw.?“ Nachdem Sie diese Frage beantwortet haben und Sie den Komplex immer noch beseitigen möchten, wenden Sie den gleichen Vorgang an, um den Grund/die Gründe loszuwerden, um derentwillen Sie am Komplex festhalten wollten.
- 5) Einige mögen sagen „Warum in der Vergangenheit wühlen? Befassen wir uns lieber mit der Gegenwart.“ Antwort: Wir befassen uns mit der Gegenwart. Für das untere Selbst ist Vergangenheit und Gegenwart ein und dasselbe. Beide sind „jetzt“.
- 6) Wenn Ihnen die Vektor-Methode bekannt vorkommt liegt es daran, dass sie zugegebenermaßen vereinfachte, nützliche Elemente aus früheren Therapiemethoden enthält. Aber sie vereint in ausgewählter Weise neue Entdeckungen mit solchen, die in der jahrzehntelangen Entwicklungsphase verfeinert wurden und sich als hoch effizient erwiesen haben. Wenn Vektor Ihnen zu rasch und zu einfach vorkommt, könnten Sie die Vektor-Methode vielleicht anwenden um herauszufinden, warum Sie meinen, dass eine Technik, die Sie von Ihren unerwünschten Komplexen befreit *unbedingt*

langwierig und kompliziert sein muss. Geben Sie dem Vorgang einfach so viel Zeit, wie er benötigt.

- 7) Wenn Sie empfinden, dass Ihre Schwierigkeiten tatsächlich wegen des Einflusses einer anderen Person bestehen, haben Sie bitte Verständnis dafür. Sie können diese andere Person nicht ändern, aber nachdem Sie die gewünschten Veränderungen in sich selbst erreicht haben, werden Sie andere unterschwellige Signale oder Schwingungen aussenden. Dadurch werden sich Ihre zwischenmenschlichen Beziehungen möglicherweise entsprechend verändern.
- 8) Bitte beachten Sie, dass Vektor einzigartig ist darin, dass es nicht diagnostiziert, keine Urteile bildet, nicht „etikettiert“, nicht kritisiert und keine Ratschläge erteilt. Es sagt Ihnen nicht, was Sie „tun sollten“ oder „nicht tun sollten“, was Sie zu sagen oder zu denken haben. Vektor wird Ihnen nur als einfache, erprobte (im besten Sinne des Wortes) Technik näher gebracht, die es Ihnen ermöglicht, effektiv Ihre unerwünschten Verhaltensmuster zu beseitigen – sie los zu werden. Benützen Sie dieses effiziente Werkzeug, um alle Hindernisse auf Ihrem Pfad, Ihrer Aka-Schnur auszuräumen. Die Idee ist, Sie von Ihrer Vergangenheit zu befreien bis zu dem Punkt, an dem Sie ein wohl begründetes Vertrauen in Ihre eigene Urteilsfähigkeit und in Ihre Fähigkeit Entscheidungen zu treffen haben im Hier und Jetzt.
- 9) Es wäre kontraproduktiv, neue starre Glaubenssätze oder Konzepte anzulegen, um die beseitigten zu ersetzen. Halten Sie Ihre Gebetsaffirmationen bewusst getrennt und eigenständig von allen anderen dauerhaften, starren Konzepten, die zu einem späteren Zeitpunkt vielleicht mit einem gewünschten Richtungswechsel in Konflikt geraten könnten oder Sie in Ihrem spirituellen Wachstum behindern könnten.

Bitte beachten Sie, dass es sich hier nicht um eine Übung handelt, die Sie wiederholen sollen. Nachdem Sie die Beseitigung der vier Bestandteile beendet haben und Sie fühlen, dass Sie Ihren Pfad von den unerwünschten Komplexen befreit haben, denken Sie nicht darüber nach und schauen Sie nicht zurück auf das, was Sie gerade getan haben. Untersuchen Sie das unerwünschte „Gepäck“ von gestern, das Sie entfernt haben, nicht aufs neue. Lassen Sie die kalte Asche der früheren Komplexe in der Feuerstelle, wo Sie sie verbrannt haben. Betrachten Sie sich als für immer von ihnen befreit; dabei empfinden Sie vielleicht ein endgültiges Gefühl der Erleichterung.

## Übersicht über die Vektor-Therapie

- 1) Haben Sie festgestellt, dass Sie einen Komplex haben, den Sie gerne loswerden möchten?
- 2) Suchen Sie die vier Bestandteile, die, wenn sie miteinander verbunden sind, einen Komplex formen:
  - a:** auslösender Gedanke oder Empfindung
  - b:** treibende Emotion
  - c:** körperliche Anstrengung oder Belastung
  - d:** Beständigkeit: der „immer“ oder „nie“ Faktor
- 3) Spüren Sie den Beginn des Komplexes auf. Suchen Sie den Zeitpunkt (entweder konkret oder plausibel) an dem die vier Bestandteile zum ersten Mal *gemeinsam aufgetreten sind*.
- 4) Trennen Sie die Bestandteile des Komplexes:
  - a:** Gedanken, wie zum Beispiel:
    - 1) Wann immer ich... dann habe ich...
    - 2) Ich mache immer...
    - 3) Sie machen immer...
    - 4) Die Welt ist...
    - 5) Die Leute sind immer...
    - 6) usw ... usw ... usw ...

### **b:** Gefühle

Abgeklärtheit	Freude	Überschwang	Begeisterung	Interesse	Langeweile	Gereiztheit	Schmerz	Feindseligkeit	Wut (offener Ärger)	Hass (versteckter Ärger)	Missgunst	Angst	Scham	Schuld	Trauer	Apathie
• <b>NEUTRAL</b>																
Ein wünschenswerter Zustand. So wie ein Autofahrer im Leergang, können Sie rasch in eine andere – vorübergehende – Position auf der Skala wechseln, die passend zu den momentanen Umständen ist, ohne dass Sie dort festsitzen.																

**c:** Verhalten / Belastung. Der Versuch Ihres Körpers etwas zu tun oder etwas vermeiden zu tun „damals“.

Beispiele:

- 1) zuschlagen
- 2) fliehen, verstecken, verschwinden
- 3) unterliegen
- 4) erstarren, stille halten, warten

- 5) sich los reissen
- 6) ausdehnen oder zusammenziehen
- 7) etwas loswerden... usw ... usw ... usw

**d:** Beständigkeit: Das „immer“ oder „nie“ des Komplexes.

- 5) Beseitigen Sie die Bestandteile des Komplexes durch Vorstellungskraft. Visualisieren Sie sich in der damaligen Zeit. Benützen Sie Ihre Hände, als würden Sie in Ihren Körper hinein greifen und jeden einzelnen Bestandteil aus dem Körper heraus ziehen und werfen Sie ihn in das vorgesehene Abfallgefäß, zum Beispiel eine Feuerstelle.

Wenn Sie noch Fragen haben, lesen Sie nochmals das Vorgehen der Vektor-Methode durch.

Das ist das Ende dieses Teils der Reinigung mit Vektor. Jetzt können Sie mit Ihrem Huna-Gebet weiterfahren.