

Wir sind im Allgäu: Nimm Dir die Freiheit & iss Dich gesund

----> Sorgenfrei Glutenfrei – Messe im Scheidegg Kurhaus am Sonntag, den 11. März 2012

----> & Informationstreffen am Montag, den 12. März 2012, 10 + 19 Uhr, Im Steinkreis, Zollstraße 6

Was ist Gesundheit?

Woran glauben Sie, einen gesunden Menschen zu erkennen?

Ist er gut gelaunt, hat er Arbeitskraft, oder ist er außergewöhnlich körperlich beweglich?

Wie viele gesunde Menschen in Ihrem Umfeld kennen Sie?

Gehen Sie einmal gedanklich in Ihren Familienkreis, Freundeskreis, Arbeitskreis, Freizeitkreis.

Wie gesund schätzen Sie sich auf einer Skala von 1-10 (krank – gesund) ein?

Gesundheit des Menschen ist laut Weltgesundheitsorganisation

„ein Zustand des *vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens* und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen. Quelle: Wikipedia

In Zeitschriften, im Radio,, überall werden wir mit Krankheiten konfrontiert.

Trotz medizinischer und wissenschaftlicher Weiterentwicklungen steigen in den Statistiken die Zahlen der Kranken. Daraus folgert der Schluss, dass unser gegenwärtiges Wirtschaftssystem von unseren Krankheiten gut lebt.

Beispiel: Diabetes und Depressionen

Was ist, **wenn** ich einmal älter werde?

Ich bekomme heute schon für eine Zeit - die ich aber täglich selbst beeinflussen und mitbestimmen kann - Angst implantiert!!!.

Entsteht eine Resonanz z.B.: mit der Angst?

Wenn ich mit der Angst in Resonanz gehe, dann hat es auch etwas mit mir zu tun.

Denn ich akzeptiere damit einen Mangel. Die Frage lautet: Mangel an was und warum?

Welche Ursachen projiziert dieses Gefühl in die Gegenwart und welche Auswirkungen entstehen dadurch?

Wie komme ich aus diesem Kreis der alten Körperempfindungen und psychischen Zuständen heraus?
Wer kann mir helfen?

Helfen aber kann jeder sich nur selbst.

Was benötige ich, um mich für eine bessere Energie zu entscheiden?

Der Mensch ist nicht nur Körper und Psyche, sondern auch Seele.

Die Seele - ein Anteil der vollkommenen Liebe. Auf dessen Ebene es keinen Vergleich und keine Bewertungen gibt. Alles darf so sein wie es ist und dennoch fließt die bedingungslose Liebe.

Leid und Lust kennt nur unser Kopf mit seinem Ego.

Der Verstand lebt tagtäglich diese Extreme.

Entweder esse ich im Übermaß – oder halte eine Diät ein.

Ich gammle herum - oder mache 5x die Woche Sport.

Wir sind im Allgäu: Nimm Dir die Freiheit & iss Dich gesund

----> Sorgenfrei Glutenfrei – Messe im Scheidegg Kurhaus am Sonntag, den 11. März 2012

----> & Informationstreffen am Montag, den 12. März 2012, 10 + 19 Uhr, Im Steinkreis, Zollstraße 6

Extreme erzeugen Stress und eine persönliche Unausgeglichenheit mit unberechenbaren Folgen.

In keinem Extrem kann ich mich lange aufhalten. Immer wieder schlägt mein Pendel in die gegensätzliche Richtung und erzeugt das Gefühl von Unzufriedenheit und Versagen.

Doch wo ist meine Mitte?

Um in der inneren Ruhe zentriert wählen zu können, was ich brauche, danach sehnt sich meine Seele.



Habe den Mut zur Veränderung.

Aus kosmischer Sicht bedeutet jede Erkrankung, dass Du Dich mehr Deinen inneren Werten zuwenden solltest.

Leider steht mir meine persönlich erlebte Geschichte oft im Weg!

Du benötigst ein neues Verständnis der Umstände, ein wertvolles Zuordnen, eine Übersicht.

So kannst Du mit der gleichen Energie die zerstörend wirkt Neues und Herzliches aufbauen.

Die hemmenden Gefühle können z.B. in der Innenweltarbeit durch einem Dialog mit neuen Bildern und Gefühlen befriedet werden. Denn innere Gespräche sind für das Kopfgehirn genauso real wie ein gegenwärtiges Gespräch.

Beides ist über die Erfahrung möglich. Aber erfahren kann ich nur, was ich selbst tue.

Ich selbst bin ja die Ursache und die Auswirkung für mein Leben.

Und jeder hat den freien Willen dies zu tun oder zu lassen. Jederzeit!

Ich möchte Dich motivieren, Deinen Körper als einen freundlichen Botschafter Deines Unterbewusstseins zu akzeptieren. Ja, ihn sogar willkommen zu heißen.

Er ist Dir grundsätzlich wohl gesonnen und bestrebt, Deine Lebensreise erfolgreich zu gestalten.

Das Frühjahr steht für Reinigung und Wachstum. Das Yang steigt langsam auf und durchdringt sowohl die Pflanzenwelt als auch unseren Körper.

Jetzt kann der bereitliegende Samen seine Wurzeln tief in die Erde strecken, um eine wunderbare Blüte zur Entfaltung zu bringen.

Dieser kosmische Zyklus unterstützt Dich jetzt sowohl in der Körperreinigung als auch in der mentalen Neuausrichtung.

Unser (Körper-) Gefäß kann aber erst etwas Neues aufnehmen, wenn zuvor ein leerer Raum entstanden ist. Ein Zustand ohne Erinnerung, Bedingungen oder Vorannahmen.