

Buddha

Wenn Du in den Spiegel blickst, stellst du dir nicht selten die Frage, was du darin erblickst. Wer ist diese Person die dich anblickt. Bist Du es? Ist es jemand Fremder? Jemand, der dir bekannt ist? Oder bleibt das Spiegelbild merkwürdig leer, obwohl Du davor stehst?

Entspricht das eigene Spiegelbild immer dem eigenen Sein? Nicht immer, mitunter ja. Wie weit habe ich mich von mir entfernt, wenn ich die Person im Spiegel nicht mehr zu erkennen vermag, wenn ich ablehnend ihr gegenüber stehe, wenn ich sie vielleicht nicht mehr erblicke, weil ich sie zu negieren beginne? So zimmerte ich mir in den vergangenen Jahren ein eigenes Spiegelbild von mir zusammen und eben dieses besagte Bild ist nicht mehr in einem herkömmlichen Spiegel reproduzierbar. Daher kann es von dir auch nicht mehr angenommen werden.

Wie konntest du dich in den letzten Jahren so sehr von dir entfernen?

Ist Seele und Körper nicht mehr EINS, sind die Energieströme zwischen Seele und Körper unterbrochen. Der Körper wird unweigerlich krank. Mangelnde Selbstannahme, wohin soll sie auch anderes führen als in die Krankheit? Seinen Körper anzunehmen, ihn zu lieben, mit ihm und der Seele EINS zu sein, bedeutet nichts anderes als in einem energetischen Kreislauf zu sein, in einem meist gut funktionierenden, energetischen Kreislauf. Entfernt sich die Seele vom Körper oder umgekehrt, wird dieser Kreislauf unterbrochen und führt zwangsweise eines Tages zum Tod.

Es ist mir wichtig, dass ihr euch bewusst erlebt, dass ihr euch bewusst im Spiegel erkennt, euer Spiegelbild, euer SELBST annehmt und auch sinnbildlich in die Arme schließt. Nur wenn ihr in die Eigenliebe in die Selbstannahme geht, werdet ihr über die Energien verfügen die euch zustehen. Sie werden euch hochleben lassen und erst dann werdet ihr merken wie kräftig ihr seid. Kraftlosigkeit resultiert meist aus einem Unvermögen in einer vollkommenen Einheit zu leben. Diese Einheit wird bereits unterbrochen, wenn ich an mir hinunter blicke und mit meinem Körper nicht zufrieden bin. Wie kann mich etwas in einer Einheit begleiten, wenn ich daran mäkle und unzufrieden bin? Wie kann etwas fließen, wenn ich es mit meinen dunklen Gedanken unterbreche. Gedankenreinheit. Seht nicht hinunter an euch und mäkelt. Seht vielmehr hinunter an euch und erfreut euch eures gesunden Körpers und regt ihm im Gedankenaustausch an, den Stoffwechsel etwas anzukurbeln oder was immer es auch sein soll. Kehrt eure Gedanken in positives Licht, ins POSITIVE und nehmt euch in allen Facetten an.

Besinne dich deiner Kräfte und lasse sie in dir aufleben. Lasse sie in dir fließen. Es ist nicht notwendig, dass ihr am Ende eines Arbeitstages müde und ausgelaugt seid. Nehmt euch am Ende des Arbeitstages nur 5 Minuten Zeit und besinnt euch auf eure körpereigenen Ressourcen. Hebt die Energie von unten nach oben und verteilt sie mit einer gleitenden Arm- und Handbewegung über den Körper. Die Energie darf fließen, sie darf wieder stark werden und dich erfrischen. Am Ende sollst du vital sein und durch deine eigenen Energien gesegnet. Der Glaube in dir soll fließen und durch den Glauben in dir, durch den Glauben in dir an dich, soll es nie wieder passieren, dass du dir über einen Energieengpass Gedanken zu machen hast. Vertrauen, das du dir selbst entgegen bringst, wird belohnt. Du darfst dich nur nicht aus deinem eigenen Spiegel verlieren oder die Person in deinem Spiegel nicht mehr erkennen. In der vollkommenen Selbstannahme liegt dein Schlüssel für die meisten deiner Probleme.