

1140 Wien, Linzerstraße 342/4
Tel. 0680 314 41 35
Email: info@jasmuel.at
www.jasmuel.at

JASMU-EL
ENERGIEARBEIT

Energie der Zeit - Vom 9. September 2013 Extreme Herausforderungen, Erkrankungen und Erschöpfung

Bevor ich zur Energie der Zeit komme, eine Ergänzung zu der Frage:
Warum ist dieses Jahr so schwierig und herausfordernd?

Vor einiger Zeit hatte ich ein Gespräch zu dem Thema: Warum ist dieses Jahr so schwierig. Erst als die Antwort kam, verstand ich das Thema des Jahres „Neues integrieren“: In den letzten Jahren hat sich der Wandel innen vollzogen. Verhaltensweisen und innere Strukturen haben sich geändert. Dieses Jahr müssen wir das Neue in unser Leben, in unsere Verhaltensweisen, in unsere Denkstrukturen integrieren. Und das wird immer wieder „geübt“.

Auch das Außen verändert sich. Systeme und Strukturen geraten ins Wanken. Das heißt, die Situationen zwingen uns, immer wieder in die Verbindung zur inneren Kraft und Weisheit, zur Seele, dem höheren Bewusstsein und in die zentrierte Mitte zu gehen. Wir müssen üben, immer wieder in die Ruhe und Klarheit zu kommen, uns immer wieder neu zu orientieren, nicht mehr den alten Gewohnheiten und Verhaltensmustern zu folgen sondern immer wieder neu zu schauen, was jetzt stimmt und was jetzt zu tun ist.

Was gerade ist

Seit Ende August ist es für viele sehr anstrengend. Ernsthafte körperliche Beschwerden und Erkrankungen treten gehäuft auf. Unvorhergesehene Ereignisse bringen Planung und Struktur durcheinander. Projekte stagnieren oder verändern sich völlig. Schwierigkeiten fordern Lösungen, Aufmerksamkeit und Kraft. Einiges läuft „unrund“. Manchmal scheint es, als würde ein Knoten die Situation/Aufgabe blockieren und es bewegt sich nichts. Dann löst sich der Knoten plötzlich, es gibt eine Lösung, aber oft nicht so, wie man es vorhatte oder wollte. Es kostet Kraft, Organisation und Klarheit, die Situationen zu meistern und gute Strukturen zu schaffen, mit denen wir die Aufgaben bewältigen können und die uns darüber hinaus Zeit für uns lassen, für unsere Erholung und fürs Kraft tanken. Denn gleichzeitig zu den Herausforderungen spüren viele auch wieder Erschöpfung, Angst, Panik, Niedergeschlagenheit, Traurigkeit. Die Frage, wie es weiter gehen soll und ob alles gut wird, drängt sich immer wieder auf.

Menschen berichten, dass auch Hunde zur Zeit sehr müde sind, sich weniger bewegen wollen und viel schlafen.

Was beginnt

Vieles wird wieder in Frage gestellt. Die veränderten äußeren Situationen erfordern immer wieder ein genaues überprüfen, was stimmt mit der eigenen Wahrheit überein, was will ich und was nicht, was will ich tun, wie will ich mich verhalten, was stimmt noch. Wir sind gefordert, zu dem zu stehen was wir wollen, was unsere Herzensanliegen sind und Wege zu finden, sie zu verwirklichen. Es geht nicht darum, alle Brücken abzubrechen oder alles hinzuschmeißen. Es geht um Entwicklung, Entfaltung, darum Wege und Möglichkeiten zu finden. Es geht darum, trotz Zweifel in die Kraft zu gehen und zu sagen: „*es ist mir gleich, ob meine Vision Erfolg bringt oder ob andere das schon machen. Es ist das, was ich tun will und bei*

dem mein Herz jubiliert – und dafür stehe ich. Und wenn die Zeit da ist, gehe ich die anstehenden Schritte kraftvoll.“ Es ist also auch wichtig, auf den passenden Zeitpunkt zu achten.



Für unsere Visionen und Projekte erhalten wir Unterstützung, sowohl von Menschen als auch aus der geistigen Ebene.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt gerade auch auf dem Körper: er verlangt Aufmerksamkeit und Heilung.

Was können wir tun

Finden Sie eine Struktur oder Technik, mit der Sie immer wieder schnell in die Kraft, Gelassenheit und Klarheit finden. Besonders wichtig ist gerade, gut für den Körper zu sorgen. Zeiten für Erholung und Meditation sind sehr unterstützend.

Empfehlung: Wenn du in turbulenten oder schwierigen Situationen bist, stelle dir vor, wie dich ein Orkan herumwirbelt und dass du dann wieder in die ruhige Mitte kommst. Zum Beispiel indem du dich bewusst von der ruhigen Mitte, vom stillen Auge des Orkans anziehen lässt oder dass du dich durch den Wirbel in die Mitte hineindrehst. Du gelangst von den Turbulenzen in Ruhe, Kraft und Klarheit.

Eine andere Möglichkeit ist, eine Körperstelle zu aktivieren, die dich immer wieder in die zentrierte Kraft bringt. Lege dann eine Hand auf diese Körperstelle und stelle dir vor, wie du dadurch wieder in deine innere Mitte kommst.

Es ist gut, diese Technik immer wieder zu üben, denn dann gelingt sie in den turbulenten Situationen schneller. Und man kann sie überall und schnell nutzen. Man muss nicht erst in Meditation gehen. Ein Gedanke, die Berührung mit der Hand reicht.

Hilfreich ist auch, so etwas wie eine Alarmglocke zu installieren, die zeigt, dass du aus der Mitte gefallen bist und nun wieder Zentrierung und Klarheit brauchst.

Unterstützende LichtWesen Essenzen: [Nr. 34 Erde](#) (Ausdauer, Kraft schöpfen), [Nr. 52 Meine Kraft](#) (Kraft, Selbstbewusstsein, eine neue Ordnung finden), [Nr. 21 Maria](#) (genährt sein, Geborgenheit, für sich sorgen) www.LichtWesen.com

