

1070 Wien, Neubaugasse 48/3/34
Tel. 01 52 64 333
Email: info@jasmuel.at
www.jasmuel.at



JASMU-EL
ENERGIEARBEIT

Meisterschaft

In den letzten Wochen waren viele Menschen körperlich krank oder stürzten in emotionale Tiefen. Manche fühlten sich wie gelähmt: Sie waren so traurig, dass sie das Bett nicht verlassen wollten. Sie fühlten sich so kraftlos, dass sie nichts mehr tun wollten. Sie waren so hoffnungslos, dass sie nicht mehr leben wollten.

Jetzt geht um "Meisterschaft". Unsere Aufgabe ist es, die Verantwortung für unser Leben, für unser Glück, für unsere Gefühle selbst zu übernehmen. Dafür bekommen wir eine kraftvolle Unterstützung. Es steht an, dass wir uns nicht mehr von unseren Gefühlen und Gedanken beherrschen lassen, dass sie nicht mehr den Verlauf unseres Lebens bestimmen. Gedanken sind nur Gedanken, Gefühle sind Gefühle und sie kommen ungerufen – und leider gehen sie nicht, wenn sie uns nicht passen. Da wir sie leider auch nicht abstellen oder zurückhalten können und sie uns manchmal zu sehr beeinflussen oder ängstigen, ist eine Möglichkeit, sie direkt an einen Engel oder an das "Kosmische Wandelamt" zu schicken. So dürfen die Gedanken sprudeln, die Gefühle dürfen toben und während sie ihren Weg zur Transformation finden, kann es sich in uns klären. Je mehr sprudelt, desto mehr klärt sich. Wir können einen Weg finden, wie wir die Gefühle und Gedanken wahrnehmen und akzeptieren und uns trotzdem nicht von ihnen beherrschen lassen. Wir können herausfinden, wie unsere Gedanken und Gefühle uns nicht mehr lähmen, in Verzweiflung stürzen oder zu unbegründeter Euphorie veranlassen. Auch wenn wir traurig oder verzweifelt sind, sollten wir das Bett verlassen und den Tag beginnen. Auch wenn wir die Einstellung haben, "es hat alles keinen Sinn", sollten wir trotzdem schauen, was wir selbst tun können, um zur Zufriedenheit und zu innerem Frieden zu finden.

Gefühle und Gedanken sind wie Wellen, sie kommen und gehen. So wird auch die Phase der Kraftlosigkeit wieder verschwinden und wahrscheinlich irgendwann wieder auftauchen. Schwierigkeiten, Enttäuschung und Erwartungen wird es immer wieder geben. Wenn es uns gelingt, das zu akzeptieren und auch die Gefühle und Gedanken zu akzeptieren, werden sich Gedanken, Gefühle und Schwierigkeiten zwar nicht ändern, aber es fällt leichter, sich davon nicht beeinflussen zu lassen. Dadurch finden wir mehr und mehr zu innerem Frieden und zur Stimme der inneren Weisheit.

Wir bekommen jetzt kraftvolle Hilfe dafür, dass wir in unsere Kraft kommen und unsere Vision von einem erfüllten Leben verwirklichen. Wenn wir bereit sind, zum Meister unseres Lebens zu werden, wenn wir bereit

sind, Gefühlen und Gedanken wahrzunehmen und uns davon nicht beherrschen zu lassen, erhalten wir zur Zeit eine sehr intensive Unterstützung für Veränderung und inneren Frieden.

Meiner Wahrnehmung nach geht es auch immer noch darum, gut für den Körper zu sorgen. Wir sollten überprüfen, was der Körper braucht, um gesund und kraftvoll zu sein.

Empfehlung: *Achten Sie auf ihre Gefühle und Gedanken, vor allem, wenn sie sich gelähmt, enttäuscht, kraftlos, hoffnungslos oder euphorisch fühlen. Was würden Sie tun, wenn diese Gedanken und Gefühle nicht da wären? Wenn Sie sich diese Frage stellen, erkennen Sie leichter, was Sie wirklich wollen, was Ihre innere Weisheit Ihnen rät. Schaffen Sie sich außerdem Strukturen und halten Sie diese ein - zum Beispiel: jeden Morgen 15 Minuten Gymnastik, jeden Tag einen Spaziergang, einmal die Woche zum Sport, jeden Tag 15 Minuten bewusste Erholung oder Meditation. Auch wenn Sie keine Lust oder scheinbar keine Zeit haben, wenn es regnet, wenn sie zu müde sind oder sich nicht gut fühlen, führen Sie diese Strukturen regelmäßig aus.*

Unterstützende LichtWesen Essenzen: Nr. 2 (Lao Tse – Gelassenheit und innere Ruhe), Nr. 12 (Lady Nada – Lebensgenuss), Nr. 16 (Hilarion – seinen Platz finden)

Text von Dr. Petra Schneider
Weitere Infos. www.Lichtwesen.com