

Sieben Lebensgeheimnisse

Es ist das Geburtsrecht für uns als menschliche Wesen - oder besser gesagt, als spirituelle Wesenheiten, die in einem Körper-Geist-Seele-Gefährt "wohnen", ein Leben in vollkommener Gesundheit, Freiheit, Fülle und Wohlergehen auf allen Ebenen zu führen.

HERZLICH WILLKOMMEN!

Wir erforschen das Leben in seiner vollkommenen Vielfalt und die Zeit ist reif, all das verborgene Wissen jetzt jedem Menschen zugänglich zu machen. Nicht alles wird uns auf Anhieb gefallen, denn es kann unbequem sein oder gar Angst machen, in die Eigenverantwortung zu gehen. Dennoch führt kein Weg daran vorbei, aus der lieb gewonnenen



Komfortzone hinaus ins wahre Leben zu gehen, denn nur dort ist Wachstum für uns.

Sobald eine Seele in die Materie eintritt, also schon im Mutterleib, vergisst sie meist ihre Herkunft als ewiges und unendliches Energiewesen und unterwirft sich freiwillig den Erfahrungen in dieser begrenzten physischen Welt mit Raum und Zeit.

Unsere tiefste Sehnsucht ist es aber, wieder zu unserem wahren göttlich-universellen Bewusstsein zurückzufinden, uns zu erinnern an unsere wahre Heimat und den Grund, warum wir eigentlich hier sind. Wir wollen uns selbst leben und einbringen mit all unserem Potential in dieses Leben.

Fakt ist: Erziehung, Bildungswesen, Kirche, Staat, Medizin, usw. sind selten an unserem Wohlergehen interessiert, weil in erster Linie wirtschaftliche oder machtpolitische Interessen dahinterstehen, die unser Leben beeinflussen und steuern. Wer sich entscheidet für ein selbstbestimmtes Leben, ist eingeladen, neue Wege zu gehen und mehr und mehr hinter die Kulissen offizieller Lehrmeinungen, Medien und gewohnter Sichtweisen zu blicken.

In diesem Sinne wünsche ich dir spannendes Lesen und ein wunderbares, magisches Leben!

Deine

Rita Maria

1. Du bist ich und ich bin du...



Ob es dir gefällt oder nicht: Individualität hin oder her: Sobald wir wissen, dass alles eins ist und wir aus der gleichen Ursubstanz bestehen, müssen auch den Schluss zulassen, dass wir **als Teil der Quelle auch gleichzeitig die Quelle sind und wir gleichzeitig eins sind mit allem, was die Quelle hervorgebracht hat.**

In diesem Sinne bist du also auch ein Teil von mir und ich ein anderer Ausdruck von dir.

Welche Konsequenz hat das für die Praxis? Solange alles in unserem Leben bestens läuft und die Beziehungen zu anderen Menschen gut sind, berührt uns das vermutlich kaum. **Interessant wird es dann, wenn wir stärker positiv oder negativ von anderen berührt werden** und wir in irgendeiner Weise Resonanz spüren, die uns **aus unserer Mitte bringt.**

Zu **Menschen, die uns positiv berühren**, fühlen wir uns hingezogen – hier gilt es, zu hinterfragen, **welche Eigenschaft oder Gewohnheit wir in unser Leben integrieren oder erlernen dürfen.** Wenn man sich in so einem Fall bewundernd zurücklehnt und den anderen machen lässt oder sich auf den anderen verlässt, weil er etwas so gut kann und es einen selbst sowieso nicht freut, dann ist man vermutlich auf dem Holzweg. Vielmehr gilt es hier **den**

Spiegel durch unser Gegenüber als Aspekt von uns selbst zu erkennen und zumindest ansatzweise zu integrieren.

Ganz anders erscheint uns der Fall, wenn die Resonanz zu einem Mitmenschen uns zornig, wütend, ohnmächtig oder panisch fühlen lässt. Zunächst ist es wichtig, sich vom Gefühl als solches zu distanzieren – man HAT ein Gefühl, aber man IST es nicht! Das gibt uns die Macht, uns eine neue Entscheidungs- und Betrachtungsweise zu erlauben und uns nicht in der Identifikation mit dem Gefühl zu verlieren.



Meist erkennen wir im ersten Moment nicht, was wir selbst mit der unangenehmen Situationen, Unfällen oder Streit zu tun haben. Aber es gibt keine Zufälle und auch keine Willkür – alles im Leben folgt gewissen Gesetzmäßigkeiten.

Wir alle haben in uns Bereiche, wo wir nicht gerne hinschauen oder die so tief in uns vergraben und verkapselt sind, dass wir gar nicht wissen, dass sie da sind. Menschen, die uns unangenehm berühren, triggern meist genau diese Bereiche an.

Wir können uns z.B. fragen: **Habe ich in anderen Situationen vielleicht mit anderen Menschen genauso gehandelt? Wo und wann habe ich ähnlich reagiert? Möchte ich eigentlich genauso sein und erlaube es mir nicht? Gehe ich nach außen total ins Gegenteil und bin daher auch nicht in der Mitte?**

Man bekommt mit der Zeit Übung darin, diese Zeichen unserer Seele zu verstehen und zu hinterfragen, was es denn für uns zu lernen gäbe. Sehr hilfreich kann dann auch das hawaiianische Vergebungsritual werden, mehr dazu im nächsten Punkt:

2. Alles fließt – Pantha rhei

Leben ist Wachstum, Stillstand gleicht dem Tod.

Wer in seiner inneren Entwicklung stehen bleibt, sich Neuem gegenüber verschließt und alles abblockt, was zu Veränderungen in seinem Leben führt, fällt zurück im Lebensfluss, weil sich alles um ihn in derselben Zeit weiterbewegt und entwickelt.

Leben ist Veränderung, ist Wachstum, ist Magie. Unsere Seele hat viele Möglichkeiten, uns darauf aufmerksam zu machen, dass wir uns weiterbewegen sollen. Sehr oft geschieht das in Form von Krankheiten, von Entgiftungsreaktionen, Unfällen oder sonstigen Situationen, die uns zwingen, etwas zu verändern.

Wir sind aufgefordert, aus der Stagnation wieder in Fluss zu kommen – körperlich und seelisch.



Das kann besonders schmerzhaft werden, wenn wir krank werden oder eine sonstige Störung uns aus unserer Bahn wirft, wenn geliebte Menschen uns verlassen oder sterben oder wenn sich berufliche oder private Stress-Situationen aufbauen.

Dies sind immer Hinweise, genauer auf eine Sache, ein Problem oder eine Lebenssituation hinzuschauen. Oft geht es nur um das **WAHR-NEHMEN** alter Muster, sehr oft um **VERÄNDERUNG** von Gewohnheiten und sehr oft ums **LOSLASSEN** von Altlasten.

Wer so etwas wie eine Schuld für unangenehme Lebensumstände im Außen sucht, ist auf dem Holzweg - allerdings auch der, der sie ständig bei sich selbst sucht! **Denn in Wahrheit gibt es keine Schuld!** Es gibt nur Konsequenzen oder Folgen eines Verhaltens, einer Gefühlsschwingung oder einer inneren Überzeugung - ob bewusst oder unbewusst, aber **das Thema Schuld dürfen wir getrost aus unserem Wortschatz streichen!**

Kennst du **das Hawaiianische Ritual Ho'oponopono**, bei dem wir im Grunde nichts anderes machen, als Schuldzuweisungen durch Vergebung (die ohne Schuld natürlich auch überflüssig ist, aber es ist eine Art Krücke für unseren Verstand) neutralisieren und **das Göttliche in anderen und in uns selbst erkennen**. Jedes Ereignis im Außen, mit dem wir konfrontiert sind und das uns positiv oder negativ berührt, **kann nur durch unsere vorherige seelische Zustimmung geschehen. Unsere Seele WILL wachsen, lernen**, Schale für Schale ablegen und mehr und mehr zu ihrem innersten wahren Wesenskern vordringen.

Wie oft schimpfen wir auf die Verantwortlichen, weil uns etwas nicht passt und geben die Verantwortung für unsere Gesundheit, unser Einkommen und unser Seelenheil an andere ab. Unweigerlich fühlen wir uns dann auch als **Opfer** - aber auch hier kommt dieses Prinzip zum Tragen:

Wer sich derzeit als Opfer fühlt, ist dringend aufgerufen, seinen Schöpfergeist in sich wachzurütteln, sich auf seine eigenen beiden Füße zu stellen, Stopp zu sagen und wieder ins Vertrauen der eigenen Macht zu gehen!

4. Wie innen so außen - wie oben so unten

Wieder eine Binsenweisheit, denkst du? Hast du schon einmal etwas gehört von den **"Spiegelgesetzen"**? Sie besagen etwas Ähnliches. Die Wissenschaft hat längst bewiesen, dass **jeder von uns seine eigene Welt erschafft durch seine Betrachtung, Wahrnehmung und Auslegung**. Sogar unser Gene werden von uns beeinflusst - und das hat man doch früher für völlig unmöglich gehalten!



Stell dir vor, du bist mitten in einer imaginären Hohlkugel und die Innenwand ist ein Spiegel. Alles was du aussendest wird an dieser Wand reflektiert und kommt direkt oder auf Umwegen über Menschen und Lebenssituationen wieder zu dir zurück. **Wäre es da nicht sinnvoll, nur das auszuschicken an Schwingungen, Gedanken, Gefühlen und Handlungen, was du auch gerne selbst wieder zurückerhalten möchtest?**

Was wäre, wenn unser Umfeld, die Menschen, mit denen wir zu tun haben, unsere Beziehungen, Lebenssituationen und unsere Lebensumstände von uns selbst erschaffen würden? **Kannst du diese Vorstellung ertragen** oder erscheint sie dir absurd, insbesondere für die unerwünschten Situationen in deinem Leben?

Ich gestehe, es hat eine Weile gebraucht, aber mittlerweile bin ich **fest davon überzeugt, dass wir unser Leben insgesamt selbst erschaffen**, dass sich im Außen spiegelt, was in uns drin ist, dass Krankheitssymptome und Schicksalsschläge genauso unsere "Freunde" sind, wenn wir ihre Botschaft an uns lesen lernen. Du kannst dich jederzeit fragen: **"Warum habe ich mir diese und jene Situation oder Krankheit kreiert? Was wollte ich daraus lernen? Wozu war ich bisher nicht bereit? Was soll ich loslassen oder wo soll ich genauer hinschauen?"**



Ein sehr anschaulicher Vergleich ist auch der mit einem Radio: Du stellst am Radioempfänger mit dem Programm eine ganz bestimmte Frequenz ein, weil du auch ein ganz bestimmtes Programm empfangen willst. Verdrehst du den Knopf auch nur um Haaresbreite, ist der Empfang schlecht oder du bekommst etwas ganz Anderes gesendet als das, was du dir gewünscht hast.

Genauso ist es mit uns selbst: **Wir selbst schwingen, unsere Gedanken und noch viel kraftvoller unsere Gefühle und Überzeugungen schwingen alle in einer ganz bestimmten Frequenz.** Da wir uns in einem Meer an Potentialen und Frequenzen befinden, das uns umgibt und durchdringt, filtern wir mit unserer eigenen Schwingung sozusagen aus dieser „Ursuppe“ das heraus, was zu unserer Schwingung passt und ihr am ehesten entspricht.

Wenn du diesen Gedanken, dass du selbst deine Welt erschaffst, zulassen kannst, wirst du staunen, welche Macht wirklich in dir steckt und du wirst lernen dankbar zu sein für alles, was in deinem Leben geschieht. **Der Spiegel, den dir dein Körper, dein Umfeld und dein gesamtes Leben in seinem ganzheitlichen Ausdruck liefern, sind Abbild deines Innenlebens** und dieses kannst du verändern, neu gestalten und nach deinen Vorstellungen gemäß deinem Lebensplan selbst bestimmen, womit wir auch schon zum dritten Punkt kommen:

6. Wir sind verbunden mit allem was ist



Alle führenden Bewusstseinsforscher sind sich einig: Die **wissenschaftlichen Erkenntnisse erweitern sich täglich** und zwar auf so drastische Weise, dass unser bisheriges Weltbild und das der Physik, Chemie, Medizin und anderer Bereiche oft völlig auf den Kopf gestellt wird.

Aber eines ist für alle klar: **Es muss eine höhere Intelligenz geben, einen Plan oder ein Bewusstsein, welches hinter allem steht, was wir kennen und noch kennen lernen werden.**

Sicher hast du schon einmal von „**Fraktalen**“ gehört. Fraktale sind sich ständig wiederholende Formen - in uns und um uns herum. Sie finden sich in unseren Lungen, Nieren und Blutgefäßen genauso wie in Pflanzen, bei Wetterphänomenen oder im Herzrhythmus – **sie bilden den Kern allen Lebens** und pflanzen sich weiter in die unendlichen Räume nach innen und außen.

Wer lernt, in Bildern zu denken anstatt in Formeln, nähert sich ihrem Verständnis und findet bis dato Verborgenes in der fraktalen Geometrie der Natur. Der Physiker Benot Mandelbrot empfahl: **„Denk nicht an das, was du siehst, sondern an das, was nötig war, um das Sichtbare zu produzieren.“**



Der Schlüssel sind **unzählige Wiederholungen einer Form**, die immer kleiner wird – große und kleine Teile sehen dabei immer gleich aus (Selbstähnlichkeit – z.B. bei Baumverzweigungen, Romanesco-Rosen (siehe Bild), auf der Mondoerfläche, in Arterien...).

Die Kunst ist der Mathematik sehr nahe, sie sprechen nur verschiedene Sprachen. Fraktale machen Formen anderer Dimensionen der Natur sichtbar, die schon immer da waren, aber unser Auge konnte sie nicht wahrnehmen.

Unser Universum erhöht derzeit seine Frequenzen in rasender Geschwindigkeit, sodass sich täglich neue Welten für uns öffnen: **Dinge, die schon immer da waren, erkennen wir auf einmal, indem wir neue Sichtweisen erlernen. Wir sind dabei, Unsichtbares sichtbar zu machen und Unmögliches zu ermöglichen.**

Das kann nur dadurch funktionieren, weil wir Teil des universellen Bewusstseins sind, welches die gleichen Mechanismen benutzt wie wir mit unserem Bewusstsein. Es steht „über“ uns, steuert uns und wir sind zugleich Teil davon.

Was bedeutet das in der Praxis für unser Leben, unser Essen und unsere Gesundheit?

So wie sich einzelne Tropfen des Meeres getrennt von den anderen Tropfen fühlen können, so empfinden auch wir unsere **Individualität und Einzigartigkeit** sehr stark - wie eine nicht zu kopierende Zusammenstellung fast **unendlicher Potentiale** erfahren wir uns ständig neu.



Und dennoch: **Die Ursubstanz allen Seins ist die Gleiche** – ob für Menschen, Tiere, Natur und Kosmos. **Es gelten seit ewigen Zeiten die gleichen Gesetzmäßigkeiten, alles wiederholt sich – im Großen wie im Kleinen.**

Alles, was ich tue, denke oder fühle, prägt sich in das Gesamtmuster des Universums ein und hat Auswirkungen auf das ganze große Bild. Der Spruch

„**Tue nichts, was du nicht willst, das man dir tut**“, hat durchaus seine Berechtigung und ermuntert uns, in die Eigenverantwortung zu gehen – für uns selbst und alles, was ist.

In allen Bereichen des Lebens, ob in Politik, Wirtschaft, Gesundheits- und Sozialsystem, Kirche, Finanz und Familienleben würde kein Stein mehr auf dem anderen bleiben, wenn wir uns dessen bewusst wären, dass **alles, was wir in das große Feld einspeisen, immer auch Rückwirkungen auf uns selbst hat**, auf welche Weise auch immer

Wir wären auch nicht alleine überlebens- oder entwicklungsfähig und das führt uns gleich zum nächsten, sehr verwandten Punkt:

5. Wir sind unendlicher ewiger Geist

Unabhängig davon, ob man an ein Leben nach dem Tod glaubt oder nicht, gibt es kontrollierbare Beweise von Menschen, die Wissen aus früheren Inkarnationen hatten, das sie nicht aus diesem jetzigen Leben haben konnten.



In der **Reinkarnationslehre** geht man davon aus, dass sich eine unsterbliche Seele immer wieder in einem neuen Körper inkarniert. Begriffe wie **Karma, Gesetz von Ursache und Wirkung oder karmische Beziehungen** werden von manchen akzeptiert, von anderen nicht. Dass man aus der Bibel Passagen zu diesem Thema schon im 4. Jahrhundert entfernt hat, ist mittlerweile allgemein bekannt.

Wenn ich die **Hypothese, dass es Raum und Zeit nicht gibt**, hier einfließen lasse, so komme ich zu folgendem Schluss: **Alle unsere früheren und zukünftigen Leben treffen sich im Moment der Gegenwart.** Sind es **Parallel-Leben**, die wir führen? Findet sozusagen alles gleichzeitig und multidimensional statt, was wir doch meist als getrennt und in zeitlichen oder räumlichen Abständen wahrnehmen? Ich fühle das als Ewigkeit.



Es kann nichts in oder um uns herum sein, das nicht schon irgendwo als Plan existiert hat. **Kommt der Plan unseres Lebens von außen? Ist unser Leben dem Schicksal unterworfen? Oder sind es gar wir selbst**, die in einer höheren Dimension unser Leben und unsere **Lebenserfahrungen als „Plan“ entworfen** haben? Könnte es sein, dass uns Krankheit, Probleme und Schicksalsschläge von unserer eigenen inneren Führung geschickt werden, um uns wieder daran zu erinnern, was wir uns vor unserer Geburt für dieses Leben vorgenommen haben? Könnte es sein, dass wir uns zu dieser Zeit auch mit anderen Seelen vereinbart haben, gemeinsame Erfahrungen zu kreieren, völlig unabhängig davon, ob sie für uns scheinbar gut oder schlecht im üblichen Sinne der polaren Weltansicht sind?

Wir sind nicht unser Gedanken - wir haben Gedanken

Wir sind nicht unsere Gefühle - wir haben Gefühle

Wir sind nicht unser Handlungen - wir führen körperliche Handlungen aus

Was sind wir dann, wirst du vielleicht fragen? :-) - Nein, wir sind auch nicht, was wir essen/trinken und nicht einmal, was wir verdauen. Zumindest müssten wir den Aspekt der Ernährung ganzheitlich sehen und auch das miteinbeziehen, was unsere Sinnesorgane Augen, Ohren, Nase, Haut und Mund von außen aufnehmen oder nach außen abgeben. Das alles mögen Ausschnitte und Puzzlestücke des großen Mosaik-Bildes sein, das wir sind.

Der Weg von dem, was wir zu sein glauben bis zu dem, was wir wirklich sind, gleicht dem Abschälen einer Zwiebel – **alles ist bereits da und muss nur noch ausgepackt werden.**

In den letzten Jahren haben wir es in der Gesellschaft vernachlässigt zu lernen, die logische Gedankenarbeit zu reduzieren und den uralten Teil unseres **limbischen Systems** in Gemeinschaft mit der entscheidend wichtigen **Zirbeldrüse** wieder zu reaktivieren. Dort entstehen Neurotransmitter und Botenstoffe, die uns **Visionen bringen, eine Art Überschau auf das Leben und eine Ahnung des Göttlichen**.

Wichtig dabei ist es, **das logische Denken** und den Neokortex (Vernunft, Analyse, falsche Ziele) **abschalten zu lernen**, da es als eine Art **Zensor** für das limbische System wirkt, welches der Ursprung unserer Gefühle ist. Das kann man einüben und innerhalb von wenigen Tagen oder Wochen durch Meditation oder andere Übungen erlernen.

Die Anderswelt oder das Unbewusste ist die Schatzkiste, aus der wir uns herausholen, was wir uns erschaffen und sein wollen. **Quantenphysik, Alchemie und uralte Traditionen** treffen sich heute, um uns erwachen zu lassen zu dem, was wir in Wahrheit sind: **göttliche Schöpferwesen**.



**Nicht Sklaven,
nicht Lasttiere und
nicht Sünder sind wir -
sondern Söhne und Töchter Gottes, der
universellen ewigen schöpferischen Intelligenz!**

Wenn wir aber Kinder unseres Schöpfers sind, dann müssen doch auch wir Schöpferfähigkeiten in uns haben, ist doch logisch oder? Warum sagt uns das aber keiner oder warum lernen wir das nicht in der Schule? Ob das mit bewusstem Hintergrund geschieht oder weil die Menschen in unserem Umfeld es auch nicht anders erfahren haben: **Tatsache ist, dass wir funktionieren wie ein Sender und das empfangen, worauf wir unser "Frequenz" eingestellt haben**. So einfach ist es in Wahrheit - und so funktioniert es seit jeher!

Das bedeutet im Klartext: **Wir waren schon immer Schöpfer unseres Lebens durch unsere Gedanken, Gefühle, erlernte Glaubenssätze und tiefste in uns verankerte Überzeugungen**, die wir schon im Mutterleib regelrecht in uns "aufgesogen" und für wahr gehalten haben.

Wir wussten es nur nicht, dass wir in Wirklichkeit meist fremdem Leben, sowie fremden Ideen und Mustern gefolgt sind, die von außen kamen.

Die gute Nachricht: **Sobald uns das bewusst wird, können wir unser gesamtes Leben, unser Verhalten, unser Denken, Fühlen und Tun hinterfragen und somit alles verändern**. "Was entspricht wirklich meiner innersten Wahrheit? Welche Lernaufgaben, Lebensziele oder Visionen trage ich in mir und wie kann ich sie mir bewusst machen und umsetzen? Was hat mich bisher daran gehindert?"

6. Wahr -Nehmung ist zugleich ein Schöpfungsakt



Wir nehmen nicht eine Welt wahr, die einfach da ist, sondern laut **Quantenphysik** können wir gar nicht beweisen, dass eine objektive Welt tatsächlich vorhanden ist. Vielmehr ist es so, dass **wir mit unserem Bewusstsein unsere Welt mitgestalten, erschaffen und subjektiv wahrnehmen** - das wurde auch bei **physikalischen Versuchen** bewiesen, wo durch die subjektive Wahrnehmung physikalische Systeme beeinflusst werden konnten.

Wir sind auf einer subtilen Ebene alle miteinander verbunden. Allein das Modell der **morphogenetischen Felder** nach Rupert Sheldrake kann bereits so manches erklären, wie z.B: gleichzeitige Entdeckungen oder Erfindungen an unterschiedlichsten Plätzen der Welt oder telepathische Phänomene. Letztere häufen sich derzeit und vor allem erkennen immer mehr Menschen, dass sie schon Zeit ihres Lebens feinstoffliche Fähigkeiten hatten, diese aber nicht bewusst wahrgenommen oder gar ihnen vertraut hätten.

Der Geist steuert laufend die Materie. Hier ein Beispiel: Die Nerven und Muskeln sind dafür verantwortlich, dass wir reden können. Dabei entstehen sogenannte „Aktionspotentiale“, indem Membranen verändert werden durch Proteine. Diese Proteine (Eiweißstoffe) sind Moleküle mit bestimmten Verbindungen. Unser Geist geht nun in diese Verbindungen hinein und muss die Moleküle in der Membran so verändern, dass ein Aktionspotential entstehen kann.

Schaltstellen dabei sind unsere Gefühle. Diese sind es nämlich, die gemeinsam mit unseren Gedanken **Molekülbindungen verändern**. Man weiß inzwischen, dass diese Verbindung durch **Elektronen** zustande kommt, welche eine besondere Eigenschaft haben: eine Art Drehmoment oder Spin. Genau diese Eigenschaft des Spins ist es, die ich selbst beeinflussen kann, wenn ich gelernt habe, wie es geht. Die **Epigenetik** zeigt dies auf faszinierende Weise!

Nehmen wir **das Beispiel der Heilung von einer Krankheit**: Vorausgesetzt, wie haben einen festen inneren Glauben bzw. ein körpereigenes Wissen von unserer ursprünglichen Gesundheit, welches durch positive Gefühle, Erwartungen und Erfahrungen entstanden ist, **können diese Informationen darüber, wie ich ursprünglich völlig heil aufgebaut und gedacht war, wieder abgerufen werden.**

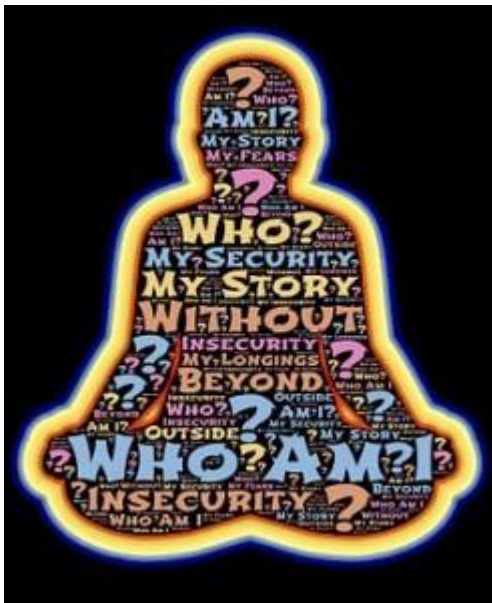
In meinen Gefühlen muss ich dabei ganz sicher sein – wenn Zweifel da sind, funktioniert es nicht. Heilung ist eine Angelegenheit von Körper und Geist selbst und kann von außen nur insoweit beeinflusst werden, dass der Patient Vertrauen darin entwickelt und so seine **Selbstheilungskraft** in Gang setzt.

Wie funktioniert das in der Praxis?

Wenn du als erstes deine **IST-Situation** anschaust, dann das **Ziel** und **was dich bis jetzt daran gehindert hat**, es zu erreichen, dann bist du schon ein gutes Stück in deine Eigenverantwortung hineingekommen. Lass nicht locker und beachte die **Gesetze der Resonanz und der Anziehung**:

Überlege dir, ob das, was du gerade denkst, wahr werden soll? Wäre das in deinem Sinne und zum Wohle aller? Wie schwingen deine Gedanken, Gefühle und Überzeugungen? Bist du im Hier und Jetzt oder mehr in Vergangenheit und Zukunft?

Auch wenn das Wissen darum bereits in uns ist, so entsteht ein Prozess, der seine Zeit benötigt, um sich wieder daran zu erinnern. **Glaubenssätze und Affirmationen machen nur dann Sinn, wenn wir sie bis in unsere Körperzellen hinein spüren und bereits in der Gegenwart als ver-wirk-licht WAHR-nehmen können.**



Fange klein mit einer Sache an und integriere sie in dein Leben. ZB. kannst du im ersten Schritt morgens nach dem Aufstehen und abends vor dem Einschlafen eine **DANKE-Übung** machen. **Sage dir mindestens 10 Dinge in deinem Leben, für die du dankbar bist.** Du wirst sehen, dass sich deine innere Schwingung sofort verändert, dass du dich entspannst, ruhiger und friedlicher wirst.

Erst wenn du diese Übung sicher in deinem Leben verankert hast, gehst du zum nächsten Schritt über und nimmst dir täglich mindestens 15-20 min nur für dich Zeit, wo du gar nichts tust - auch nicht lesen oder musizieren. Nichts tun und einfach nur **SEIN**, das muss man auch einmal erst wieder lernen. Und so geht es weiter - dein Herz weiß genau, was gerade für dich ansteht. Wenn du **mit dir selbst in die Stille gehst**,

wirst du es genau hören und vielleicht in dieser Zeit sogar viele Antworten auf deine Fragen bekommen, die du bislang im Außen nicht bekommen hast.

Als weiteren Tipp möchte ich dir noch an die Hand geben, so oft als möglich **Kontakt mit der NATUR** aufzunehmen. Dort findest du Balance, kommst weg vom Alltag mit seinen Herausforderungen und deine Aura kann sich reinigen und aufladen.

Habe Geduld mit dir und anderen - wir alle sind Ausdruck der einen einzigen Urenergie, die wir Gott oder anders nennen können. Es ist eine so große und in Wahrheit einfache Tatsache,

dass wir sie kaum glauben können - **getraue dich, deine Fesseln und Grenzen zu sprengen, habe den Mut, ganz du selbst zu sein und deine wahre Göttlichkeit in dieses Leben einfließen zu lassen!**

7. Raum und Zeit sind Illusionen

Um das alles zusammenzufassen könnte man sagen: **Vergangenheit und Zukunft treffen sich im Hier und Jetzt der Gegenwart.** Was war, scheint vorbei und unveränderbar, bei dem was kommt, ist die Frage, wie weit wir es beeinflussen können durch das, was wir **JETZT** wahrnehmen, denken, fühlen und tun.



Atomkerne und Elektronen haben zwar Masse, aber dazwischen gibt es so viel leeren Raum, dass man die Masse-Anteile nahezu vergessen kann.

Was enthält dieser „leere“ Raum? Er ist voll von Information und Energie als Möglichkeit. Diese Energie wartet darauf, in die Realität umgewandelt zu werden.

Man kann sich ein undefinierbares Rauschen aus vielen Tönen oder das Meer aller Möglichkeiten vorstellen, aus dem wir durch unser Denken und Fühlen einen bestimmten Inhalt herausfiltern – so haben wir etwas erschaffen: Quanten, Quantenmuster oder wie immer wir es nennen. **Das Vakuum oder Meer aller Möglichkeiten in uns ist fließend verbunden mit allem, was uns umgibt und durchdringt.** Alles, was wir uns bereits erschaffen haben, ist sozusagen **gespeichert**, bleibt für immer erhalten und ist auch an allen anderen Teilen des gesamten Universums vorhanden und von überall her **abrufbar**.

Wir haben also eine sehr **große Verantwortung für das, was wir fühlen.** Viele Menschen mit gleichen Gefühlen bündeln sich zu starken Kräften, die Menschen, Natur und alles andere beeinflussen – über Raum und Zeit – und das alles wird gespeichert.!

D.h.: wenn wir uns als Kollektiv von Ängsten und Groll leiten lassen, erschaffen wir uns genau diese Realität.



Wir sollten Gefühle manifestieren, die Heilung, Gesundheit, Freude einspeichern in das große Feld – das wäre die beste Investition in die Zukunft von uns selbst, unseren Kindern und der Erde als Gesamtes. **Wichtig dabei ist, dabei Raum und Zeit außer Kraft zu setzen und Affirmationen oder neue Glaubenssätze immer in der Gegenwart und schon als erfüllt zu formulieren.**

Wer sagt: „Ich will abnehmen, ich will unbedingt abnehmen“, wird kaum den Erfolg haben, den er sich wünscht. Das Unterbewusstsein nimmt alles wortwörtlich und versteht bei diesem Satz: „Ich bin dick“ – andernfalls würde man ja nicht abnehmen wollen...und verwirklicht es. Das Gleiche gilt für: „Ich will gesund werden“, „Ich werde mein Leben verändern“, „Ab morgen wird alles anders“- **man schwingt im Mangel und bekommt Mangel...**

Viel besser und zielführender ist der Vorgang, wenn wir am Ende beginnen, also uns das Ziel als schon erreicht vorstellen und uns von ganzem Herzen dafür bedanken. Wir müssen mit allen Sinnen spüren, wie es sich anfühlt, wie glücklich wir sind, dass alles in unserem Leben gut ist. Wir können zurückschauen und uns vergegenwärtigen, wie wir dieses Ziel erreicht haben, wie einfach und anmutig sich eines zum anderen gefügt hat, wie wir zum richtigen Zeitpunkt die richtigen Menschen getroffen haben und alle Unterstützung bekamen, die hilfreich war. Auch die **Evolution** läuft so: Es wird ein Ziel ausgedacht und dann werden die Mechanismen dazu entwickelt.

Wenn wir als Individuen und dann als Kollektiv diese Lebensgeheimnisse entschlüsseln, kann es zu dem **Paradigmenwechsel** kommen, den wir uns alle wünschen! **Freiheit, Friede, Gesundheit und Fülle sind bereits da** – in uns und um uns herum als Potentiale, die es anziehen gilt.

Ich bin überzeugt davon, dass du und dass wir gemeinsam es schaffen, dieses neue Miteinander erfolgreich zu etablieren und wünsche dir dabei unendlich viel Freude, wunderbare Erkenntnisse und frohes Schaffen!

Herzlichst

Deine



Rita Maria

von www.bleibfrohundgesund.com