



MODUL 01 | WOCHE 01

Wie oben, so unten; wie innen, so außen; wie der Geist, so der Körper“.
Die Verhältnisse im Universum (Makrokosmos) entsprechen denen im Individuum
(Mikrokosmos)

– die äußeren Verhältnisse spiegeln sich im Menschen und umgekehrt.

Alles ist Nahrung, auch deine Gedanken.

Gedanken werden zu deinen Gefühlen, deine Gefühle lösen körperliche Effekte aus und können dir entweder Kraft geben und/oder dich auch schwächen und krank machen.

Mind over Body!

Jeder Gedanke, jedes Gefühl hat auch einen biochemischen Effekt auf deinen Körper. Lerne deinen Geist zu "entgiften", genau so wie du deinen Körper reinigst. Indem du dir bewusst machst, was und wie du genau denkst, kannst du innerlich Ordnung schaffen.

Bewusstsein ist die einzige Realität!

„Heilung“ entsteht, wenn du dich mit dir bewusst auseinander setzt und schaust, was dir wirklich gut tut.

Wenn du schlechte Gewohnheiten austauschst gegen Gewohnheiten, die dir wirklich gut tun und dich nachhaltig stärken.

Je mehr du in die Selbstverantwortung gehst und damit deine Selbstheilung mehr und mehr aktivierst,

kann sich dein volles Potential entfalten.

(Mut, Liebe, Kraft, Fülle, Fokus, Stabilität, Freude, Frieden, Dankbarkeit, Klarheit, Transformation, Selbstliebe, Leichtigkeit, Verbundenheit, Selbstvertrauen, Selbstbestimmung)

„Alles was ist, ist Nahrung“

Am Anfang stehen immer die Fragen: -

- Wer möchte ich sein?
- Wie möchte ich mich fühlen?
- Was bedeutet heil sein für mich?
- Was gewinne ich aktuell noch durch meine Beschwerden?
- Möchte ich denn wirklich glücklich sein, mich frei fühlen, heil und unbeschwert sein? Oder sind Beschwerden, schon zu einem Teil meiner Persönlichkeit geworden?

Möchtest du glücklich und gesund sein, dann denke und fühle es, bevor du es im Aussen anziehst.

Du kommunizierst am leichtesten mit deinem Unterbewusstsein über deine Gefühle. Indem du deine Gedanken lenkst, kannst du auch deine Gefühle lenken.

Empfange das was du dir wünschst, indem du es zuerst fühlst.

Dein Unterbewusstsein ist wie ein Navi, du kannst es steuern und bestimmen wohin deine Reise geht!

Dankbarkeit

Dankbarkeit und Liebe zu fühlen ist der schnellste und effektivste Weg die Energiefrequenz in deinem Körper zu erhöhen.

Alles wofür du dankbar bist, wird sich in deinem Leben vermehren.

Dankbarkeit bedeutet, deinem Unterbewusstsein die Botschaft zu senden:

Das gefällt mir, ich freue mich über mehr davon oder aber auch, ich brauche nicht mehr davon, ich hatte genug.

Du bekommst nicht das was du möchtest, sondern das was du zu empfangen bereit bist.

Du richtest deinen Fokus von Mangel auf Fülle und wir alle wissen: wir bekommen, was wir aussenden.

Bist du glücklich, ist die Welt gut zu dir.

Fühlst du dich schlecht, ziehst du schnell ähnliche Frequenzen an, die dasselbe in dir auslösen.

Du bist der Kapitän deines Lebens, du bestimmst, wohin deine Reise gehen soll.

Fokus und Wiederholung schaffen Routinen, die wichtig sind für die Neuausrichtung und sichere Inseln in deinem Alltag bilden.

Finde jeden Tag 7 Dinge für die Du dankbar bist:

„ Ich(Name).... bin dankbar für weil.....“

Ein Weil (Begründung) gibt Dir nochmals den genauen Anhaltspunkt dafür, wieso Du dankbar sein darfst.

z.B. Ich, Angelina Quadflieg, bin dankbar für meinen Körper, weil er mir ermöglicht dieses Leben zu fühlen.

"Wir müssen den Menschen befreien von dem Kosmos, den die Physiker und Astronomen konstruiert haben, von einem Kosmos, in dem er seit der Renaissance eingesperrt ist. Trotz all ihrer Schönheit und Größe ist die Welt der toten Materie zu eng für den Menschen. Sie entspricht ihm ebenso wenig wie seine gesellschaftliche und wirtschaftliche Ordnung. Wir dürfen an dem Dogma ihres ausschließlichen Realitätsanspruchs nicht länger festhalten, denn wir wissen, dass ihre Grenzen nicht unsere Grenzen sind, dass uns andere Dimensionen offen stehen, als nur die des physikalischen Kontinuums... Der Geist des Menschen reicht über Zeit und Raum hinaus in eine andere Welt. Er selbst ist diese Welt und es steht ihm frei, ihre unendlichen Zyklen zu durchlaufen. Den Zyklus der Schönheit, der sich den Denkern, den Künstlern und Dichtern erschließt, den Zyklus der Liebe, dem Opfermut, Heroismus und Entsagung entspringen. Den Zyklus der Gnade, welcher der höchste Lohn derer ist, die leidenschaftlich nach Wesen und Ursprung der Dinge suchten. Wir müssen aufstehen und uns auf den Weg machen. Uns befreien vom blinden Glauben an die Technologie. Den Reichtum unserer ganzen Fähigkeiten in ihrer ganzen Vielfalt zur Verwirklichung bringen."

-ALEXIS CARREL