

GLÜCKS-Impulse Oktober 2015: **Klare Ansage - mutig ins Neue**

Meine Wahrnehmungen für Oktober 2015:

Themenkreise:

- 1. Das Ego lieben**
- 2. Alles ist eins - die Individualität im großen Ganzen**
- 3. Klare Ansage: Mut zu einer Wahrheit, die wir noch nicht ganz kennen**
- 4. Zentriertheit**

Anmerkung:

Als Beilage zu diesen GLÜCKS-Impulsen findest Du eine Tabelle zu den mir bekannten Seelen-Strukturen.

Diese entspricht meiner eigenen Wahrnehmung und Forschung. Ich erhebe wie immer keinen Anspruch auf Richtigkeit oder Vollständigkeit. Diese Tabelle kann Dir ev. helfen, Deine Themen klarer zu erkennen und zu lösen. Ebenso möchte ich Dich damit in der Kommunikation mit Deinen Freunden, Verwandten, Kollegen und Bekannten unterstützen.

1. Das Ego lieben

Ihr Lieben Alle, seit Monaten kann unser Ego einfach nur noch "wow" und "huch" sagen, bei all den vielen Veränderungen, die innen und außen geschehen oder zu denen wir uns "gezwungen" fühlen.

Lange Zeit waren wir der Meinung, das Ego gehöre - hart ausgedrückt - eliminiert, damit wir spirituell sein können. Diese Meinung teile ich nicht.

Genau so wie alles und jeder, möchte auch diese Instanz wertgeschätzt und geliebt werden. (Vergleiche: Wenn Du zu einem Kindergeburtstag gehst und das Geburtstagskind Geschwister hat, so nimmst Du wahrscheinlich auch für die Geschwister eine kleine Aufmerksamkeit mit, z.B. eine Leckerei oder Luftballons.)

Schließlich hat auch das Ego mehrere Aspekte, die ich nicht alle ins Negative einordnen möchte. So hat es uns oft geholfen, zumindest bei einer tiefergehenden Betrachtung der Ereignisse, z.B. um Grenzen zu setzen oder uns zurückzuziehen aus einer unstimmgigen Situation.

Ich habe zu diesem Thema auf Facebook den Beitrag "Die Kooperation Deiner Ebenen" gepostet, hier der Link: <https://www.facebook.com/The-Three-Tree-513115218837325/timeline/>

Übung für den Alltag:

Nimm Kontakt zu Deinem Ego auf. Lasse es vor Dir erscheinen, als Wesenhaftigkeit. Strahle Liebe und Dankbarkeit aus, umarme es und sage "Danke!" Sage ihm, dass es Dir wertvoll und wichtig ist und dass Du es bittest, ab jetzt gemeinsam mit Deiner Seele und Deinem Bewusstsein, mit allem was Dich ausmacht ein Team zu bilden, das Dich zur richtigen Zeit an den richtigen Ort bringt, um mit den stimmigen Menschen/Seelen in Kontakt zu kommen. Liebe es, liebe Dich, liebe Deine Seele und alle Deine Ebenen.

2. Alles ist eins - die Individualität im Großen Ganzen

Franz von Assisi: "Das wonach Ihr sucht ist das, was sucht."

Alles im gesamten Universum ist auf liebevolle, fürsorgliche Art und Weise miteinander verbunden.

Alles ist lebendig, bewusst und gibt Antwort.

Je nachdem, welche Seele Du hast (Himmels-/Sternen- oder Erdenseele), und je nachdem wie weit Du Dein Bewusstsein und Dein Herz geöffnet hast, ist Dir das bewusst bzw. ist das für Dich selbstverständlich oder spürbar.

Nun gilt es aber, inmitten dieser "Symphonie Gott" eine ganz individuelle Note zu spielen, sodass die Symphonie harmonisch erklingen kann.

Wie findest Du Deinen Ton, Deine Schwingung, Dein Ich-Bin?

Ganz einfach: **Mache Deine Seele zur Realität!**

Übung für den Alltag:

Leichter geht es mit Menschen, denen Du vertraust.

Setzt Euch zusammen. Macht gemeinsam eine kleine Atem-/Meditationsübung.

Dann beginnst Du:

Du bittest Deine Seele, sich allen zu zeigen, Du stellst sozusagen Deine Seele in den Raum. Lasst 1-2 Minuten Stille, in der jeder - vor allem Du - zu Deiner Seele hinspürt. Was nimmst Du selbst wahr? Welche Farben, Qualitäten, ev. Klänge, Symbole, Eigenschaften?

Die anderen erzählen Dir, was sie über Deine Seele so erfahren, was sie wahrnehmen können. Du hörst kommentarlos zu.

Wenn Ihr fertig seid, bitte Deine Seele, wieder ganz in Deinen Körper zu kommen. Spüre genau hin: Wo tritt die Seele ein? Wie fühlt sich ihre Energie in Deinem Körper an? Wohin kann sie leicht fließen, welche Körperteile werden leicht "beseelt", welche ev. gar nicht? Nimm es wahr und merke es Dir, ev. mache Dir Notizen.

Dann kommt der nächste dran.

Erweiterte Übung:

Mache diese Übung bitte erst, wenn Du mit Deiner Seele vertraut bist!

Wähle einen Menschen aus, dem Du Dein Leben anvertrauen würdest und der sich für die Seele interessiert und der sehr liebevoll und wohlwollend zu Dir ist. Vertraue.

Setzt Euch gegenüber hin, so dass es Euch möglich ist, einander z.B. an den Händen zu berühren. Atmet tief und gut, und werdet still. Geht in Eure Innenräume, jeder für sich. Verbindet Euch mit der höchsten, lichtvollsten Ebene. Lasst den goldenen Regen des Segens Euch und Euer Beisammensein durchströmen.

Bittet Eure Seelen, ganz in Euren Körpern anwesend zu sein. Wenn Ihr es möchtet, bittet gerne auch Kräfte des Lichtes und der Liebe (z.B. Schutzengel) zu Euch.

Dann bitte Deine Seele, kurz zur Seite zu treten. Bitte die Seele Deines Gegenübers, sich in Deinen Körper zu begeben.

Wo tritt sie ein? Wie fühlt sie sich an? Wie verhält sie sich in Deinem Körper?

Wenn Du genug hast, bittet Ihr gemeinsam die Seele, sich neben Deinen Übungspartner zu stellen. Dann bittet Ihr Deine Seele, kurz in den Körper Deines Übungspartners einzutreten. Er nimmt wahr, wo Deine Seele bei ihm eintritt und wie sie sich anfühlt etc.

Dann läßt jeder von Euch wieder seine Seele in seinen Körper ein.

Ihr erzählt einander von dieser Erfahrung.

Vertraue darauf: Die Seele ist Realität! Deine Seele ist das, was Du wirklich bist, und sie möchte in diesem Leben auf dieser Erde verkörpert werden, mit all ihren wunderbaren Qualitäten und mit einem ganz spezifischen Auftrag.

Aus meiner Erfahrung zeigt sich die Seele immer nur in dem Ausmaß, das Du gerade noch irgendwie verkraften kannst. Denn eines ist Fakt: JEDE Seele ist RIESENGROSS! DU bist RIESENGROSS und voll mit z.B. Kraft, Freude, Extase, Mut, Zärtlichkeit und sonstigen Aspekten der Liebe. Es gibt immer eine "Hauptfrequenz" oder "Hauptqualität", diese erfährst Du wahrscheinlich als erste. Dann kommen noch viele andere hinzu.

Die Anderen erkennen meist mehrere dieser Qualitäten, weshalb es wichtig ist, Freunde zu haben, die sich mit Dir über Deine und deren Seele austauschen. Allein ist das viel schwieriger, mühe Dich nicht unnötig ab. Finde die Menschen, die das gerne mit Dir tun, lasse Dich dabei von Deiner Seele führen. Sollten wir allein sein, gäbe es nicht so viele Menschen auf unserem Planeten. Jetzt ist es an der Zeit, (neue) Gruppen zu bilden. Vielleicht triffst Du auf ganz neue Menschen - das wäre auch ganz am Puls der Zeitqualität, v.a. ab Mitte Oktober.

3. Klare Ansage:

Mut zu einer Wahrheit, die wir noch nicht ganz kennen

Diese Überschrift liest sich wie ein Oxymoron.

Was ich damit sagen möchte ist folgendes:

Wer nicht freiwillig mit diesem großen Strom der Veränderung (seit 2012, aber ganz massiv seit Ende August 2015) mitgeht, wird sozusagen von den äußeren Umständen dazu "gezwungen". Ich habe oftmals darüber geschrieben.

Jetzt gibt es keine Ausreden mehr! Wenn Du nicht dort bist, wo Du hingehörst (laut Seelenplan), wirst Du "rausgeschmissen". Wer oder was nicht mehr zu Dir gehört, wird sich auf irgendeine Art und Weise verabschieden oder aus Deinem Leben verschwinden, wenn Du Dich nicht aktiv darum kümmerst.

Andererseits: Du bist jetzt gefordert, zu sagen, was Dir nicht mehr passt, und zwar in jedem Lebensbereich! Am heftigsten spüren wir diesen Druck zur Wahrheit in unseren Beziehungen. Wir können uns nicht mehr verbiegen, vor allem die Frauen nicht. Aber auch die Männer spüren diesen Druck auf irgendeine Art und Weise. Plötzlich wird ganz klar: So kann und möchte ich nicht weiter leben.

Darum ist Punkt 2 so wichtig: Lerne Deine Seele kennen und mache sie zur tagtäglichen, stündlichen, minütlichen REALITÄT. Und dann: verkörpere sie, lebe sie aus. Am besten legst Du Dir ein Seelen-Tagebuch zu, in dem Du Dir Notizen machst.

Großteils wird das im Oktober so aussehen: Wir haben vielleicht noch keine konkrete Vorstellung oder sogar keine Ahnung davon, WAS genau auf uns wartet, wir spüren nur, dass es etwas Anderes, etwas Neues ist.

4. Zentriertheit

Stille ist wie die Liebe: Sie ist das Blatt Papier, auf dem geschrieben wird. Sie ist der Raum, in dem Klang möglich ist. Sie ist die Schwerkraft, die wir nicht aufheben können, indem wir eine Mauer aufstellen. Sie ist das Auge im Orkan. Sie bleibt. Immer.

Finde diese Stille in Dir. (Buchtipps oder CDs von Eckhart Tolle: "Finde die Stille in Dir").

Egal, wie groß die Gefühlswelle ist, die die Ereignisse jetzt in Dir auslösen: Mache Dir mitten in diesem Sturm bewusst, dass es diesen heiligen Raum der Stille in Dir gibt, in jeder Körperzelle, in Deiner Seele, überall! Finde sie und gehe dorthin. Und dann bleibe dort. Es ist gut, nicht schnell zu reagieren.

Werde innerlich ganz ruhig und ganz langsam. Lasse es um Dich herum toben. Atme. Höre Deinen Atem. Spüre ihn.

Übung für den Alltag:

Atme ein und denke Dir "ich atme Stille ein"

Atme aus und denke Dir "Stille durchströmt mich"

(Das Wort "Stille" kannst Du mit jeder anderen, Dir wohltuenden Qualität ersetzen: Ruhe, Kraft, Freude, Licht....)

Ich empfehle Dir, jetzt auch gut auf die Signale des Körpers zu achten. Schenke ihm viel Schlaf und Ruhe, wenn er danach verlangt. Pflege diesen Tempel, in dem sich Deine Seele wohlfühlen und verwirklichen möchte. Tue Dir selbst etwas Gutes!

Wir spüren alle, dass wir uns verändern. Wohin uns diese Veränderung trägt, wissen wir nicht. Seien wir gewiss, dass es gut und jedenfalls besser als alles Bisherige ist! ("Expect the best" sagt Serge Kahili King, HUNA Schamane, Hawaii).

Was wir brauchen, ist ein tiefes Vertrauen ins Leben, in Gott, in unser wahres Ich (Seele!). Das Neue, das auf uns wartet, ist gut. Und es ist sicher besser, als alles bisher Dagewesene. Ob es um Deine Liebesbeziehung geht oder um Deinen Beruf, um Deinen Wohnort oder Deinen Freundeskreis - vertraue darauf, dass jetzt alles in Richtung Bestimmung, Freude, Liebe geht. Und zwar Liebe in einer bisher nicht vorstellbaren Größe, Tiefe, Weite, Form. Diese Liebe ist auch nicht so einfach in eine Form zu bringen, denn sie wächst täglich und sie wirkt in alles, das Dich ausmacht, und somit auch in alles, das Dich umgibt, hinein. Sie verändert alles.

Bleiben wir nicht so, wie wir sind. Öffnen wir uns diesem Wunder.

***In großer Freude über das stets Neue
Euer "GLÜCKSKIND®" Sigrid Mara***