

Mut und Zuversicht

„Mut entsteht am Anfang des Handelns, Glück am Ende.“ Demokrit

Das heißt nichts anderes als, mach aus deinen Ängsten Mut, aus der Hoffnungslosigkeit Zuversicht, aus der Enttäuschung Liebe, aus der Einschränkung Freiheit, so wirst du glücklich. Jede Handlung setzt eine Entscheidung in unserem eigenen Bewusstsein voraus. Es ist die Frage, wo wir unsere Aufmerksamkeit unsere Gedanken und Worte hinlenken. Mut wird ja oft als Abwesenheit von Angst wahrgenommen. Jedoch verlagert sich nur der Fokus und man nimmt etwas anderes als wichtiger wahr. Ich habe immer wieder bei mir und andere festgestellt, dass die Entscheidung sich selbst als Opfer oder als Schöpfer wahrzunehmen, den entscheidenden Unterschied darstellt, in welche Richtung sich unser Leben bewegt, ist die Aufmerksamkeit auf Mut und Zuversicht oder auf Angst und Hoffnungslosigkeit gerichtet. Wir haben die Wahl.

Mut zu neuen Ideen – die Heiltechnik „Das Körper-Spiegel-System“

Alles, was in unserem Leben und alles, was in unserem Körper geschieht, hat mit etwas in unserem Bewusstsein angefangen. Diese These ist der Ausgangspunkt des „Körper-Spiegel-Systems“, einer Heiltechnik von Martin Brofman, die er entwickelte, nachdem er sich 1975 selbst von Krebs im Endstadium geheilt hatte. Das war ein sehr mutiger Schritt und hat viele Menschen inspiriert. Ich praktiziere und lehre diese Heiltechnik erfolgreich seit mittlerweile mehr als 23 Jahren. Für mich war es anfangs ein mutiger Schritt der Befreiung von Verhaltens- und Gedankenmustern, die mich blockiert hatten. Aber ich bekam als Geschenk sehr viel Lebensfreude und Zuversicht.

Mut auf die Botschaften des Bewusstseins zu hören

Unser Bewusstsein ist das, was wir sind, unsere Erfahrung des Seins. Wir selbst entscheiden, was wir denken und was wir fühlen.

Wenn unsere Entscheidungen Stress in uns erzeugen, dann erfahren wir diesen Stress auch in unserem physischen Körper. Wir können bestimmte Symptome unseres Körpers mit einem bestimmten Stress und einer bestimmten Art und Weise zu sein in Verbindung bringen. Das Symptom ist eine Botschaft aus dem tieferen Teil des Bewusstseins. Wir wissen, dass Viren Krankheiten verursachen. Viren sind überall. Aber warum sind einige Personen betroffen und andere nicht? Gibt es da ein bestimmtes Schema, eine Ordnung, nach der die Dinge im Körper passieren? Die Antwort lautet: ja. Der Schlüssel liegt im Bewusstsein jedes Einzelnen. Unser Bewusstsein, die Erfahrung des lebendigen Seins, ist Energie. Wir können es "Lebensenergie" nennen. Diese Energie füllt unseren gesamten Körper aus und ist mit jeder Zelle unseres Körpers verbunden. Wenn wir eine Blockade in unserem Energiefeld erzeugen und diese ausreichend stark ist, dann wirkt sich dies auf der körperlichen Ebene aus. Es entsteht ein Symptom. Wir sind jeder Schöpfer, wenn wir ein Symptom erschaffen haben, dann können wir es auch wieder auflösen.

Mut zu Achtsamkeit im Alltag

Es bedarf Mut und Selbstvertrauen achtsam auf sich selbst zu hören und seinen eigenen Weg zu gehen. Wenn wir uns durch unseren Alltag bewegen, können wir uns selbst Fragen: „Wie aufmerksam gehe ich durch den Tag?“ Wie achtsam gehe ich mit meinen Bedürfnissen, Gefühlen und Gedanken um? Wie wach bin ich in meinem Bewusstsein und wie bewusst nehme ich die feinen Zeichen wahr? Es ist eine Frage der Achtsamkeit in jedem Moment. Manche Tage ist es leicht in Verbindung mit unserem inneren Wesen zu sein und der Intuition zu vertrauen und zu folgen. Sie führt uns ja immer mit 100 %-iger Genauigkeit zum Ziel. Wenn wir der Intuition folgen, sind wir am richtigen Ort, mit den richtigen Personen und machen die richtige Sache. Wir fühlen uns im Gleichgewicht und die Energie fließt frei und leicht durch uns hindurch. Wir sind in Harmonie und erfahren körperliche und geistige Gesundheit.

Die Sprache der Chakren

Wir sind Energiewesen. Diese Energie wird gesteuert und gelenkt von unserem Bewusstsein. Unser Bewusstsein umfasst alles, was wir erfahren können, all unsere Wahrnehmungen, all unsere Sinne, all unsere Denkprozesse und alle Seinszustände. Unser Bewusstsein kann in sieben Kategorien unterteilt werden, von denen jede mit einem bestimmten Energiezentrum, einem Chakra verbunden ist.

So ist das **Wurzelchakra**, welches sich am unteren Ende der Wirbelsäule befindet, zum Beispiel mit dem Bewusstseinsbereich Sicherheit, Geborgenheit und Vertrauen verbunden. Wenn wir entscheiden, auf eine bestimmte Situation mit Stress zum Beispiel mit Angst zu reagieren, dann erfahren wir diese Spannung auf energetischer Ebene im Wurzelchakra. Je nachdem wie lang anhaltend oder intensiv wir diese Spannung beibehalten, wird es sich verdichten und wir erschaffen ein Symptom. Es bedarf also Mut und Zuversicht, damit wir in diesem Bereich des Bewusstseins, des Energiesystems und unseres physischen Körpers wieder Harmonie und Gleichgewicht erschaffen. Es ist somit sehr gesund diese Eigenschaften zu fördern. Die Heilseminare helfen dabei auf allen Ebenen unseres Seins wieder ins Gleichgewicht zu kommen und achtsam damit umzugehen, um im Gleichgewicht und Gesundheit zu bleiben. Man geht mutiger und zuversichtlicher durch sein Leben und ist glücklicher.

Viola Schöpe heilte mit dieser Methode bei sich allergischen Heuschnupfen auch eine Skoliose. Seit Beendigung ihrer Ausbildung bei Martin Brofman 1994 ist sie akkreditierte Seminarleiterin des "Körper-Spiegel-Systems". Sie kann auf eine 23-jährige Erfahrung als Heilerin zurückblicken und konnte vielen Menschen in ihrem Heilungsprozeß weiterhelfen.

Heilseminare „Das Körper-Spiegel-System“ mit Viola Schöpe in DD: 1. - 2. April & 20. - 21. Mai **Info & Anm.:** Telefon +49 (0) 178-5623723, E-Mail: violaschoepe@web.de, www.koerper-geist-heilung.de

