

# Zeitgeist

## Surfen mit dem Gesetz der Anziehung

*Anstelle von Horoskopprognosen möchten wir hier die durch die Quantenphysik inzwischen nachgewiesene universelle Dynamik der Realität vorstellen. Jeder Mensch kann durch seine Aufmerksamkeit sein Leben beeinflussen und es durch gezielte Übung mehr und mehr in positive Bahnen lenken.*

### Die Lösung ist auf einer anderen Frequenz als das Problem

**W**ie siehst du deinen Körper? Bist du zufrieden? Bist du gesund? Wenn dir jemand ein Kompliment macht, kannst du es dankbar annehmen? Oder sagst du: „Ja aber meine dicken Oberschenkel, mein Pickel, etc.“ Suchst du tagtäglich mit deiner Aufmerksamkeit nach Mängeln? Stehst du vor dem Spiegel und findest dich schön? Oder registrierst du nur die „Problemzonen“ und kämpfst verzweifelt dagegen an?

Wie du vielleicht bemerkt hast, wird diese Mühe kaum belohnt. Denn auch der Körper folgt unserer Aufmerksamkeit. Wenn wir uns als zu dick, zu alt, zu hässlich betrachten, folgen die Zellen unseres Körpers – welche sich in kurzer Zeit immer wieder komplett erneuern – diesem Bild immer wieder aufs Neue.

Wenn du solch einen unzufriedenen Gedanken denkst, bemerkst du gleich darauf das ungute Gefühl, das damit einhergeht. Dies ist das Zeichen, dass du deine Aufmerksamkeit und

damit deine Schöpferkraft auf etwas richtest, das dich deinem Ziel nicht näher bringt, sondern – würdest du lange in diesem Zustand verweilen – die unerwünschte Situation noch verstärkt.

Auch in Gesundheitsfragen gilt das gleiche. Ärzte und Wissenschaftler suchen nach einem Heilmittel, das für alle gültig ist – wie wir alle wissen, haben sie das bei allem Fortschritt bisher noch nicht geschafft. Der Zusammenhang von Krankheiten und psychischer Verfassung setzt sich nur zäh durch. Und doch ist sie nicht zu übersehen. Würde man nach der Kernursache forschen, die individuell in jedem Menschen in seinen Überzeugungen, Glaubensmustern und Gefühlsgewohnheiten liegt, könnte man möglicherweise viel größere Erfolge feiern.

Ich sage nicht: geh nicht zum Arzt. Wir brauchen sie selbstverständlich (noch). Doch nimm diesen Monat bewusst deinen Körper in deinen

eigenen Zuständigkeitsbereich. Beobachte dich: Ertappst du dich bei einem schlechten Gefühl, geh dem Gedanken nach, der davor da war.

Entschließe dich, an dich zu glauben. Siehe die Teile an dir, die dir gut gefallen und würdige sie. Fühle dich wohl in deiner Haut, indem du dir Gutes tust. Auch wenn du nicht „perfekt“ bist. Du bist perfekt DU!

Würdige dich und finde Freude an kleinen Schritten. Deine besseren Gefühle zeigen dir, dass du auf dem Weg der Verbesserung bist, auch wenn sie noch nicht sichtbar geworden ist – sie ist auf dem Weg.



Und wenn Sie individuelle Unterstützung für Ihre persönlichen Wünsche und Ziele möchten, vereinbaren Sie ein Einzelcoaching bei Ursula Wenning unter der Tel. 07221 - 27 81 98 oder schreiben Sie an [ursula.wenning@freenet.de](mailto:ursula.wenning@freenet.de); [www.quantum-light-work.com](http://www.quantum-light-work.com)



### **Wie schaffe ich es ein geregeltes und harmonisches Leben zu erschaffen?**

Darauf gibt es eine einfache Antwort: Sei glücklich!!

Jetzt wirst du mir womöglich antworten: „Jaaa, aaaber: Meine Arbeit, mein fehlender Partner, meine Geldprobleme, meine Figur, etc.“

Ja, genau das ist das Problem: Wenn du dich auf das fixierst, das du verändert haben willst und es als Alibi benutzt, nicht jetzt schon glücklich oder zumindest zufrieden zu sein, werden deine Wünsche sich nur zäh erfüllen, wenn überhaupt.

Doch würdest du nun das würdigen und segnen, was an deinem Leben bereits gut ist, würdest du das Tor zu noch größerer Harmonie und Freude öffnen.

Erfreue dich an Kleinigkeiten: z.B. dem erfrischenden Regen und dem Duft, der der Erde entströmt. Dem Sonnenschein und das Gefühl der Strahlen auf deiner Haut. Die frische Luft und die grünen Blätter im Wald. Deine süße Wohnung, auch wenn sie etwas klein ist, deine lieben Freunde und den netten Austausch mit ihnen.

Du findest garantiert genug Schönes in deinem Leben, das bereits jetzt Realität ist. Es gibt so viel Reichtum, von dem wir in diesem Lande umgeben sind. Wir haben es uns nur bisher abgewöhnt,

ihn auch zu sehen. Wir sehen eher, das was uns fehlt und genau hierin liegt der Schlüssel: Fühle dich reich beschenkt – auch wenn es momentan nur dein kleines Gehalt ist – und zelebriere die Fülle um dich herum. Auch wenn sie nicht dir allein gehört, du lebst in ihr. Und davon ist genug da, auch wenn dir der eine oder andere aus welchen Gründen auch immer etwas anderes einzureden versucht.

Ein „geregeltes Leben“ sollte sich allerdings nicht nach den Meinungen anderer – noch so wohlmeinender – Menschen richten. Finde heraus, was für dich „geregelt“ bedeutet. Das ist deine eigene Freiheit und deine eigene Reise. Mache sie zu einem größeren Abenteuer und träume größer. Was wäre noch möglich für dich? Auch wenn es noch nicht sichtbar geworden ist, genieße die Gefühle, die dir die Vorstellung ihrer Erfüllung schenkt. Und je besser du dich fühlst, desto näher bist du dem/der die/der du wirklich bist. Und darum geht es letztendlich.



SIE HABEN PERSÖNLICHE FRAGEN ZUM ZEITGEIST, DIE SIE BRENNEND INTERESSIEREN ODER DIE SIE STÄNDIG MIT SICH TRAGEN?

**Dann lassen Sie es uns Wissen!** Wenden Sie sich vertrauensvoll an unsere Expertin Ursula Wenning unter [wenning@widu-magazin.de](mailto:wenning@widu-magazin.de) oder schreiben Sie uns an WiDu Magazin, Küferstraße 8, 76530 Baden-Baden. Unter den Eingängen werden zwei Fragen ausgesucht und kostenfrei im WiDu beantwortet. Die Redaktion behält sich vor, zu lange Zuschriften zu kürzen. Ihre Anonymität wird selbstverständlich gewahrt.