

# Zeitgeist

## Surfen mit dem Gesetz der Anziehung

*Jeder Mensch kann durch seine Aufmerksamkeit sein Leben beeinflussen und es durch gezielte Übung mehr und mehr in positive Bahnen lenken.*

### Kontakt mit deinem Inneren Wesen

**D**u bist nicht nur der Mann oder die Frau aus Fleisch, Blut und Knochen. Du bist weit mehr. Der größere Teil von dir verbleibt feinstofflich. Das heißt, dass dein Menschsein – bei aller Brillanz – doch der kleinere Teil ist, der nur begrenzte Übersicht des Gesamtbildes hat. Täglich wachsend und lernend, aber doch der kleinere Teil.

Menschen, die einen guten Instinkt haben und meistens am richtigen Platz am richtigen Ort das Richtige tun, haben einen guten Kontakt zu ihrem Inneren Wesen, das uns permanent Impulse und Führung sendet. Dies geschieht in Form von Bauchgefühlen, Träumen, plötzlicher Gewissheit oder/und ganz unvermittelt. Wir könnten dieses Innere Wesen auch als

geistige Führung oder Schutzengel bezeichnen. Egal wie es benannt wird, es ist wohltuend, eine tiefere bewusstere Verbindung mit diesem inneren Teil von uns aufzubauen bzw. zu stabilisieren.

Wenn sich der Mensch oft einsam, verlassen, ungeliebt oder unglücklich fühlt, liegt das nicht so sehr daran, dass das Leben diesem Menschen nicht das gab, was er zu brauchen glaubte. Es liegt in erster Linie daran, dass der Kontakt zu seinem Inneren Selbst nicht oder nur wenig besteht. Dann fühlt man sich oft unzentriert und unzufrieden. Und das zieht dann mehr Unerwünschtes an. Die meisten Menschen suchen Liebe und Erfüllung an falschen Stellen und sind dann enttäuscht, wenn sie bemerken, dass sie es von dort nicht genügend bekommen.

Schließe dich deiner geistigen Quelle mehr an und tanke auf: Nimm dir täglich 15 bis 20 Minuten Zeit. Schließe die Augen und bekräftige die Absicht, mit deinem inneren Wesen

in tiefere Verbindung zu kommen. Atme tief ein und aus und lass die Gedanken wie Blätter im Wind davontreiben. Immer wieder. Atme sie aus. Atme auch alle aufkommenden Gefühle immer wieder aus. Lass alle Vorstellung los und konzentriere dich auf deinen Atem. Lass dich innerlich tiefer sinken und fühle – ohne etwas zu forcieren – einfach das, was da ist. Wärme? Zaghafte Freude? Wohlbefinden? Beobachte es und bade dich in den entstehenden Gefühlen.

Je öfter du das tust, desto häufiger erkennst du Impulse, Inspirationen und sanfte Führung für dein Leben. Und du erkennst, dass du niemals allein bist.

••• 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)