

Ein offenes Herz, der Weg zu innerer und äußerer Harmonie

Kennen Sie diese Situation? Sie sitzen mit Ihrem Partner im Auto oder zu Hause und alles ist ganz friedlich. Und wie aus heiterem Himmel nehmen Sie Worte wahr, die Ihre innere Harmonie zerstören und Sie sind auf Widerstand, Abwehr, Gegenwehr programmiert. Sie versuchen vielleicht gelassen zu antworten und ein Wort gibt das andere. Sie wissen genau wie es endet, sie können es nicht stoppen.



Kürzlich war ich in genau dieser Situation. Aber noch bevor ich das erste Mal antwortete, erinnerte ich mich an mein Herz und daran, dass nur ich es bin, der es öffnen kann. Dieser Gedanke genügte und ich spürte eine warme Welle durch meinen Körper fließen, die diesen Widerstand, diese Abwehr auflöste und mich in den Zustand der Harmonie zurückholte. Unser Gespräch verlief ganz anders als sonst – kreativ und bereichernd.

Und immer öfter erinnere ich mich in solchen oder ähnlichen Momenten an mein Herz, an die Liebe und Größe, an das unendliche Mitgefühl. Es ist dann so präsent spürbar und hat die Wahrnehmung in meinem Leben total geändert. Es ist wie ein Wunder, das voller Leichtigkeit einfach geschieht. Ich habe erfahren was es wirklich heißt, mit dem Herzen zu sehen.

„Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.“

Antoine de Saint-Exupéry: Der kleine Prinz

Täglich begegnen uns Situationen im Außen, in den zwischenmenschlichen Beziehungen, die ungesunde, krankmachende, belastende Emotionen auslösen. Denn jede Begegnung und jedes Wort löst in uns Emotionen aus. Meist bemerken wir es nicht, wir fühlen uns „normal“. Manchmal können wir gut damit umgehen und manchmal bleibt Belastung, Schmerz oder Groll zurück. Und genau dieser alte Herzschmerz ist es, der uns dann hart, verschlossen und abwehrend sein lässt und verletzende Gedanken und Reaktionen auslöst.

Wir können den Automatismus unserer Gedanken und Reaktionen stoppen. Hören, sehen und fühlen wir dem Herzen. Eine Wahrnehmung voller Unschuld und Reinheit – ganz einfach aus sich selbst heraus. Denn das weite offene Herz kennt keinen Groll.

Wir alle haben ein unendliches Potential an Mitgefühl und Liebe in uns. Um das zu fühlen und zu leben gibt es einen ganz einfachen Weg: Öffnen Sie die Tür Ihres Herzens und erlauben Sie, dass der Schmerz sich transformiert und als lichtvolle Schwingung zu Ihnen zurückkehrt. Eine Möglichkeit die uns allen zur Verfügung steht und zu einem natürlichen Teil unseres Lebens werden kann – auch im Alltag.

Rendezvous mit deinem Herzen

Vorträge und Tagesseminare unter www.directhealing.de oder 0431 55 72 695