



## **Meisterin Lady Nada - „Wege zum inneren Frieden“ - 06.06.2014**



*Ich weiß noch gut aus meinen Leben auf der Erde, wie wichtig der innere Frieden für mich war. Er war die Grundvoraussetzung für positive Veränderungen in meinem Leben und für meine Arbeit als Dienerin Gottes. Der innere Frieden entscheidet darüber, was ich denke und fühle. Er ist der Kreator der Gedanken und Gefühle. Der Frieden ist unabdingbar für ein Leben in Fülle Frieden bringt Liebe und Heilung. Ein Leben in Frieden, bringt euch alles, was ihr euch wünscht. Frieden heißt das Tor zu eurer Göttlichkeit. Der Frieden in euch, wird eure Außenwelt in Frieden verzaubern. Innen wie Außen und Außen wie Innen. Ihr könnt nur euch selbst verändern und im Außen geschehen lassen.*

*Frieden ist keine Willenssache. Es ist eine Art Zustand. Entweder, ihr habt ihn oder ihr habt ihn nicht. Es gibt nur ein Schwarz oder Weiß, ihr könnt nicht ein bisschen Frieden haben, nur ganz oder gar nicht. Ihr könnt nur unterteilen in Zeiten, wie z.B. in nie, selten, oft oder immer. Wenn ihr ihn einmal kennt, werdet ihr ihn schätzen lernen und versuchen ihn zu halten.*

*Ich werde euch lehren, wie ihr ihn schnell und einfach zu eurem Wegbegleiter machen könnt, wie ihr ihn immer wieder schnell zurückholen könnt.*

*1. Die Grundvoraussetzung um Frieden zu fühlen, ist sich selbst zu fühlen. Das heißt, das Wahrnehmen von Emotionen und das unterscheiden, ob es die eigenen oder fremde sind. Je größer eure Herzöffnung wird, desto empfänglicher werdet ihr auch für fremde Emotionen. Ihr müsst lernen sie auszufiltern und nur noch die eigenen zu fühlen. Dieses hat einen großen Anteil an dem Chaos heutzutage, den Menschen ist einfach nicht klar, das es nicht immer ihre Gefühle sind, die sie fühlen. Wer in seinem Herzen zentriert ist, wird nur seine eigenen Emotionen fühlen. Für die eigenen Emotionen ist jeder selbst verantwortlich, d.h. niemand anders hat dafür zu sorgen, das ihr euch gut fühlt.*

*2. Es liegt in eurer Hand, wie ihr euer Leben lebt und wie ihr es erlebt. Ihr seid die Meister eures Lebens, wenn euch euer Leben nicht gefällt, habt ihr die Macht es zu ändern. Diese Macht ist kein Privileg, jeder hat sie in sich, ob er sie nun bewusst oder unbewusst nutzt.*

*Diese Denkweise ist oft nicht erfreulich, da ihr euch eingestehen müsst, das ihr ganz alleine euer Leben kreiert und niemand anders dafür verantwortlich ist. Es ist manchmal ein großer Schritt und ganz schön schwierig, sich das einzugestehen. Aber es ist die Sichtweise, wie ihr damit umgeht. Wenn ihr es euch eingestanden habt, könnt ihr anfangen euer Leben bewusst zu verändern. Ihr könnt euch nicht länger, wie Opfer verhalten, ihr werdet bewusste Täter.*

*3. Vieles, das in eurem Leben geschieht, könnt ihr von verschiedenen Standpunkten*

betrachten. Frei nach dem Motto Das Glas ist halb leer oder halb voll. Wenn ihr Probleme von verschiedenen Seiten betrachtet, ergeben sich meist völlig neue Erkenntnisse und Lösungswege. Fast alle Probleme entstehen durch mangelnde Toleranz. Das bedeutet mangelnde Offenheit für anderes/neues. Euer Verstand bevorzugt ihm bekannte Denk- und Sichtweisen. Er geht am liebsten, die ihm bekannten Wege, er verlässt ungern seine Bequemlichkeitszone (das ihm bekannte). Deswegen ist es wichtig, immer wieder kleine Impulse zu setzen, um zu signalisieren, das ihr Veränderung wünscht. Damit setzt ihr jedes mal neue Möglichkeiten frei, die euch dann auf eurem Weg begegnen. Es ist nicht immer die Möglichkeit, die ihr euch gewünscht habt, aber die Möglichkeit, die für euch am besten ist. Ihr habt nicht den Überblick, dass ihr immer erkennen könnt, was gut für euch ist, aber ihr könnt es fühlen. Euer Herz kennt die Wahrheit.

4. Ihr könnt weiter angebliche Zuschauer eures Lebens sein oder ihr nehmt euer Leben bewusst in die Hand und macht das daraus, was euer Wunsch ist. Ihr könnt wählen Täter oder Opfer zu sein. Dazu gehört Disziplin und manchmal Mut. Manchmal ist es nicht einfach aus dem alten Trott auszubrechen, Vieles erscheint schwierig und unmachbar, doch oft trägt der Schein, wenn ihr erstmal anfangt, ist der neue Schritt manchmal ganz leicht.

zu 1.)

**Frage:** Der erste Schritt um inneren Frieden zu finden, ist bei sich selbst anzukommen. Wir merken oft gar nicht, wie sehr wir unsere Aufmerksamkeit nach außen gerichtet haben, ohne auch nur einen kleinen Teil bei uns zu lassen. Je mehr wir unsere Mitte finden und in unserem Herzen zentriert sind, desto kleiner wird der Teil unserer Aufmerksamkeit, den wir für uns benötigen um unseren Frieden zu halten.

**Lady Nada:** Es ist also der Anfang erstmal bei euch selbst anzukommen. Das geht heutzutage ganz einfach, immer wenn ihr merkt, das ihr nicht bei euch seid, braucht ihr euch nur einen Moment auf euch besinnen und einige bewusste Atemzüge machen. Je mehr Zeit ihr in Frieden verbringt, desto kürzer wird der Moment dort wieder hinzukommen. Ihr werdet euch wundern, wie schnell eine Änderung eintritt. Ihr könnt zusätzlich ein oder mehrere Male am Tag einige Zeit nehmen, die Affirmation: 'Ich fühle mich' laut oder in Gedanken sprechen und mit geschlossenen Augen in euch rein zu fühlen. Ihr werdet schnell feststellen, das ihr in solchen Momenten nur schöne Gefühle habt. Das was ihr dann fühlt, ist euer wahres Selbst und alle anderen Gefühle die ihr manchmal fühlt, gehören nicht zu eurem wahren Kern. Es geht darum diese Gefühle aus zu filtern, damit ihr euch nur noch gut fühlt. Dazu noch eine kleine Übung, es ist gut wenn ihr schafft, sie am Anfang 2x täglich durchzuführen.

Nehmt dafür einen Rhodonit in die linke Hand....schließt die Augen,,,sprecht folgende Affirmationen (laut oder leise): Ich bin bei mir. Ich ruhe in mir. Ich bin in Frieden. Ich bin herzzentriert.' ... bleibt mit geschlossenen Augen mit eurer Aufmerksamkeit bei euch.. In dieser Zeit räumen wir in euch auf und befreien euch von allem, was euch davon abhält und bereit ist zu gehen....wenn ihr euch wieder ruhig und geordnet fühlt, öffnet die Augen und beendet die Übung mit der Affirmation 'Ich liebe mein Leben'.

Auf diese einfache Art und Weise ist es möglich, das ihr schnell euren dauerhaften Frieden findet. Durch die gelebte Absicht diesen zu finden, habt ihr die volle Unterstützung von Himmel und Erde, seid offen für Möglichkeiten, die euch begegnen.

Ihr könnt vieles alleine durch ein aktives Leben auflösen. Die Zeiten der langen Meditationen sind vorbei. Aktivität und Kreativität im täglichen Leben sind die Heiler der neuen Zeit.

zu2.)

**Frage:** Der innere Frieden ist die Grundvoraussetzung für das Leben unseres Selbst. Nur wenn wir in Frieden sind, können wir sicher unsere eigene Wahrheit wahrnehmen. Wenn wir nicht in Frieden sind, nehmen wir auch fremde Gefühle wahr, die uns beeinflussen, da es uns oft nicht bewusst ist, dass es sich um fremde Gefühle handelt.

**Lady Nada:** Ihr könnt lernen alle Gefühle zu filtern die ihr wahrnehmt, so dass ihr Klarheit darüber habt, welches eure eigenen sind. Euer Herz nimmt je offener es wird, immer mehr fremde Gefühle auf. Wenn ihr sie nicht von euren eigenen Gefühlen unterscheiden könnt, kann es euch schnell ins Chaos stürzen. Ihr solltet euch regelmäßig klären. Dafür gibt es eine schnelle, einfache Möglichkeiten. Um eure Absicht für Klarheit zu unterstützen, schafft und haltet Ordnung um euch herum, äußere Ordnung schafft innere Ordnung und bringt Klarheit. Erledigt eure Pflichten im Außen, bleibt im Fluss des Lebens, die Zeiten des Rückzugs sind vorbei, geht in die Offensive. Euer Engagement im täglichen Leben wirkt sich auf eure Lebensfreude aus. Je aktiver ihr seid, desto mehr Freude macht das Leben. Eure Freude öffnet euer Herz für Leichtigkeit. Die ermöglicht euch mit dauerhaftem Frieden durchs Leben zu gehen. Wenn ihr Leichtigkeit fühlt, fühlt ihr automatisch nur euch selbst und keine fremden Gefühle.

Ihr könnt uns auch um Hilfe bitten: 'Ich bitte Lady Nada darum mein Herz von allen Gefühlen zu reinigen, die nicht zu mir gehören.... Ich danke dir.' Haltet danach solange Ruhe, bis ihr euch in eurem Herzen verankert fühlt. Ihr sollt euch stets mit einem kleinen Teil eurer Aufmerksamkeit auf euch selbst besinnen, damit ihr ein Gefühl für euch habt und wisst, was in euch los ist. Nur so werdet ihr die Meister eures Seins, ihr müsst euch kennen. Wenn ihr euch nicht seht und kennt, wie soll es dann jemand anders.

Zu 3.)

**Frage:** Die Sichtweise, wie wir über etwas denken, ist entscheidend dafür, wie sich unser Leben entwickelt. Es ist nicht so das die Geschehnisse ein Bestätigung unserer Gedanken, Befürchtungen, Ängste usw. sind,- sondern sie sind das Resultat von all dem. Diese Wahrheit wollen viele Menschen nicht wahrhaben, weil sie sich dann schuldig fühlen. Aber auch hierbei ist die Sichtweise sehr wichtig, anstatt uns selbst fehlerhaft zu fühlen, sollten wir die Möglichkeiten sehen, die diese Tatsache bietet. Wir sind immer im 'Jetzt' und können ab sofort unser Leben verändern.

**Lady Nada:** Ihr könnt vieles übergehen, aber nicht die göttlichen Gesetze. Seid gewiss, sie gelten immer und für jeden, auch für aufgestiegene Meister, Engel und sonstiges. Ihr müsst sie verinnerlichen und danach leben, wenn ihr die Fülle auf allen Ebenen leben wollt. Euer Anliegen sollte sein, immer zum Wohle aller zu leben, dazu gehört auch ihr. Manchmal ist es schwer zu sehen, was zum Wohle aller ist, im Zweifelsfall entscheidet so, wie ihr euch gut mit eurer Entscheidung fühlt, das ist immer der richtige Weg. Ihr könnt alles in eurem Leben nach Gefühl ohne Denken entscheiden, dann lebt ihr aus eurem Herzen und geht den schönsten Weg. Am einfachsten haltet ihr euren Verstand aus eurem Leben raus und benutzt ihn nur noch für Denkaufgaben.

Wenn ihr euren Verstand ausreichend beschäftigt, zieht er sich aus euren Lebensfragen zurück und ihr könnt leichter die Wahrheit in eurem Herzen wahrnehmen und leben. Euer Fühlen und euer Handeln sind die wichtigsten Instrumente für euren inneren Frieden, ohne das die Beiden übereinstimmen könnt ihr keinen inneren Frieden fühlen. Eure Mitte könnt ihr nur dauerhaft halten, wenn ihr kontinuierlich euren Gefühlen entsprechend handelt.

Euer Denken ist bei dem Zusammenspiel vom Gefühl und den entsprechenden Handlungen ein Störfaktor, da sie meist versuchen zu manipulieren und Unklarheit bringen. Jeder Gedanke hat eine Energie die nicht verloren geht und in einem

*morphogenetischen Feld gespeichert wird und zwangsweise irgendwann zu euch zurück kommt. Euer Gedankengut sollte manchmal überarbeitet und aussortiert werden. Diesen Vorgang könnt ihr ganz leicht einleiten, sprecht einfach folgende Affirmationen: Ich denke Liebe. Ich denke Licht. Ich denke Frieden.. Schließt dabei die Augen und haltet sie geschlossen bis ihr euch gut fühlt. Mit diesem Kleinen Reinigungsprozess könnt ihr viel bewirken, er fördert auch eure Klarheit.*

*Zu 4.)*

**Frage:** *Wir können immer selber entscheiden mit welcher Haltung wir unser Leben leben, ob wir unsere Wünsche leben oder die der anderen. Oft werden wir gelebt, wir leben das was uns vorgegeben wird, wir stellen gar nicht in Frage dieses oder jenes zu tun. Wenn es uns nicht glücklich macht, sagen wir uns oft: Was soll ich tun, die Umstände sind halt so, ich kann es nicht ändern. Aber stimmt das wirklich, sind wir Opfer des Lebens?*

**Lady Nada:** *Ihr könnt nicht inneren Frieden vortäuschen, er ist eine innere Haltung die nach außen strahlt. Das tut er nur, wenn er authentisch ist. Wenn ihr anderen helfen wollt gehört er zur Grundlage, sonst spielen all eure Themen in die Hilfe mit rein. Ihr solltet nur helfen, wenn ihr es gerne macht und nicht aus Pflichtgefühl. So ist es bei allem im Leben, sobald ihr etwas aus Pflichtgefühl tut entfernt ihr euch von eurem inneren Frieden. Euer Herz lässt euch immer eure Nr. 1 sein, alles andere redet euch euer Verstand ein.*

*Euer Verstand ist euer größter Feind, wenn es um euren inneren Frieden geht. Euer innerer Frieden kann nur ins Wanken geraten, wenn ihr euch nicht selbst an erster Stelle setzt. Es gibt für euch nichts wichtigeres, kein Kind, kein Partner, keine Eltern, keine Arbeit, usw., es gibt absolut nichts. So lange ihr diese Tatsache nicht dauerhaft verinnerlicht habt, wird euch immer etwas vom wahren Glück und dauerhaftem inneren Frieden trennen. Ihr alleine könnt euch zur Erfüllung bringen, das kann niemand für euch tun. Achtet immer auf euer Wohl, darauf das eure Bedürfnisse erfüllt werden. Stellt nie eure Wahrheit in Frage, nur weil sie nicht der Wahrheit anderer entspricht. Nehmt nie eine Meinung an, ohne selbst hin zu fühlen. Tut nie etwas bei dem ihr euch nicht gut fühlt. Bemüht euch nie nett zu sein, wenn euch nicht danach ist. Nehmt all eure Masken ab und spielt keine Rollen mehr, nur dann könnt ihr euren wahren inneren Frieden fühlen und er wird euch nie wieder verlassen. Dann lebt ihr euer wahres Selbst und die göttliche Fülle auf allen Ebenen ist euch sicher. Dann könnt ihr anfangen euch nach Außen zu bringen und eure Umwelt zu bereichern, dann seid ihr ein Geschenk für andere.*

*Ihr seid richtig, so wie ihr seid. Es gibt keinen Grund mit euch oder anderen zu hadern. Macht euch nie kleiner als andere, aber auch nie größer. Jeder trägt Liebe im Herzen, der eine fühlt sie schon mehr und der andere noch weniger, aber jeder hat das gleiche Potenzial sie zu fühlen und leben. Das macht euch zu gleichwertigen Menschen, hört auf zu bewerten.*

*Ihr solltet immer neben euch schauen und nicht nach oben oder unten, euer Platz ist mittendrin.*

*In Wahrheit und Frieden,*



*ICH BIN Lady Nada*