



800lichter - Letter



„Du brauchst keinen Lehrer, der dich beeinflusst,
du brauchst einen Lehrer, der dich lehrt, dich nicht mehr beeinflussen zu lassen.“
Namasté - Ich ehre den Platz in dir, in dem das gesamte Universum residiert. Ich ehre den Platz des Lichts, der Liebe, der Wahrheit, des Friedens und der Weisheit in dir. Ich ehre den Platz in dir, wo, wenn du dort bist und auch ich dort bin, wir beide nur noch eins sind.

Was brauchst du also noch einen Lehrmeister, wenn du das Göttliche persönlich bist?



Ausgabe 66

<http://www.800lichter.com>

September 2018

**Botschaft der Weisheit und
Inspiration. Wirksam wird sie erst
durch deinen Gebrauch!**

**Selbstliebe, Körperbewusstsein,
Vergangenheit, Neuanfang,
Veränderung und Sinn des
Lebens finden.**

Ich möchte mit dir, über ein paar Dinge reden.

Im Grunde ist das Leben ja sehr einfach. Das was wir geben oder machen, bekommen wir irgendwie zurück. Und das was wir über uns selbst Denken, wird zu unserer Wahrheit. Ich glaube fest daran, das wir alle für unser Leben selbst verantwortlich sind. Und zwar in allen Bereichen.

Wir formen unser Leben durch unsere Gedanken und Gefühlsmuster. Die Gedanken in unserem Kopf, und die Worte die wir aussprechen, beeinflussen maßgeblich das was uns passiert, was wir erleben! Unsere Überzeugungen über das Leben und über uns selbst, verwirklichen sich für uns. Sie sind extrem Wirkungsvoll, ja mächtig.

Es scheint fast, als würde jedes mal wenn wir etwas Denken oder sagen, das Universum zuhören, und ohne uns zu beurteilen, das gehörte in unserem leben reproduzieren.

Unser leben, unsere Beziehungen, unsere Finanzen oder unserer Finanzmangel, unsere Gesundheit, unsere Kreativität, all das ist ein Spiegel dessen, was wir über uns selbst Denken.

Nochmal, die Macht des Universums wertet oder kritisiert nicht, sie nimmt uns

lediglich so, wie wir uns selbst bewerten, und spiegelt diese unsere Selbstbewertung in unserem Leben wieder.

Wenn ich also dann davon überzeugt bin, das das Leben von Einsamkeit geprägt ist und das mich niemand liebt, werde ich auch ein einsames Leben ohne Liebe führen.

Wenn ich jedoch fest gewillt bin, diese Überzeugung loszuwerden, und statt dessen Denke und behaupte das die Welt voller Liebe ist, und ich ein liebevoller und lebenswerter Mensch bin, dann wird auch das für mich wahr.

Neue liebende Menschen werden in mein Leben treten, und die die schon da sind werden mir mit Liebe begegnen. Und mir selbst wird es natürlich auch viel einfacher fallen, anderen gegenüber Liebe zu empfinden, und auszudrücken.

Die meisten Menschen haben sehr merkwürdige Ideen über sich selbst, und teilweise sehr starre Ansichten darüber, welchen Regeln das Leben folgt oder folgen sollte. Damit möchte



ich niemanden Verurteilen. Jeder versucht eben sein Bestes zu geben.

Wenn wir besser Bescheid wüssten, würden wir vieles ganz anders machen. Aber deshalb also dafür das wir sind wer wir sind, sollte sich niemand nieder machen. Diese Einsicht bedeutet statt dessen das wir bereit sind uns zu ändern und uns einen positiven Wandel in unserem Leben herbei zu führen. Dies solltest du unbedingt Würdigen.

Wir dürfen ja auch nicht vergessen, das sich unsere Identität bereits in sehr jungen



Jahren formt. Das geht los mit den Reaktionen unserer Eltern auf unser Verhalten als Kleinkinder.



Am Anfang lernen wir ausschließlich auf diese Weise. Wenn wir dann größer werden, neigen wir dazu, das emotionale Ambiente unserer frühen Kindheit zu reproduzieren.

Das ist weder gut noch schlecht, es ist einfach das was wir als unser zuhause kennen gelernt haben. Genauso tendieren wir dazu Beziehungen zu anderen an der Beziehung unserer Mutter oder unserem Vater oder an der Beziehung unserer Eltern zueinander zu orientieren.

Viel zu oft vergessen wir, dass der Körper ein Geschenk ist, in dem wir unsere menschlichen Erfahrungen auf der Erde machen dürfen.

Angefangen von ungesunder Ernährung über diverse billige Hygieneartikel, zu wenig Bewegung, bis hin zum Konsum negativer Informationen ist den meisten Menschen aber nicht bewusst, was sie ihrem Körper im Laufe ihres Lebens so alles zumuten. Materielle Dinge können unseren Körper schädigen, genauso wie immaterielle Dinge. Negative



Informationen, die regelmäßig in Form von TV, Filmen und Nachrichten konsumiert

werden, werden von unseren Zellen genauso schädlich aufgenommen wie übermäßiger Nikotinkonsum, zu viel tierische Fette und Weizenprodukte sowie künstliche Hautpflegeprodukte (u.a.).

Glücklicherweise ist der Körper so beschaffen, dass nicht alle ungesunden

Dinge, die wir ihm zusetzen, für sofortige Auswirkungen sorgen. Gefährlicher allerdings wird es, wenn wir den Körper ignorieren und er einfach nur funktionieren soll. Dabei haben Männer naturbedingt schätzungsweise noch weniger Körperbewusstsein als Frauen. Liegt vermutlich an der Natur der Geschlechter, da sich die Frau schon seit vielen

Zeiten evolutions-technisch bedingt für den Mann „attraktiv“ machen muss. Vielleicht der einzige positive Effekt der Schönheitsindustrie, welche zumindest die Frau dazu „animiert“, ihren Körper zu

pflügen und ihn „hübsch“ zu machen. Dezent und mit Liebe in Szene gesetzt hat dies mit einem gesunden Selbstwertgefühl zu tun. Wenn es völlig überzogen ist, wie bei Prominenten im TV und in Illus-

trierten, bzw. durch Schönheitsoperationen noch getoppt wird, hat dies dann eher mit der Nichtakzeptanz des eigenen Körpers zu tun. Da stellt sich dann eher die Frage, was diese Menschen verdecken wollen?

Selbstliebe

Es geht nicht um Schönheitsideale, ob dünn oder dick, unter- oder übergewichtig, sondern rein um das Empfinden des eigenen Körpers. Wie gehst du mit deinem Körper um? Liebst du ihn? Hasst du ihn gar? Oder ist er nur Mittel zum Zweck, um zu laufen, zu arbeiten, zu schlafen, Hobbys auszuüben und die alltäglichen Dinge zu verrichten? Wir



spüren unseren Körper meistens erst dann, wenn er weh tut, wenn wir krank sind. Wenn alles in Ordnung ist, spüren wir selten in ihn bewusst hinein und lassen ihm kaum die Wertschätzung zukommen, die er braucht, genauso wie unser Herz und unsere Seele diese regelmäßig brauchen. Ohne Selbstliebe ist es nicht möglich, ein zufriedenes und erfolgreiches Leben zu haben, mit einem lieben Partner, ausreichend Einkommen mit einer Tätigkeit, die Freude macht und mit sympathischen sozialen Kontakte.

Selbstliebe ist nicht nur das Bewusstsein, sich selbst zu

lieben, sondern Selbstliebe betrifft in gleichem Maße den eigenen Körper. Wenn wir uns nicht gerne in den Spiegel sehen, vollkommen nackt, ohne Kleider (sozusagen ohne Masken), dann lehnen wir unseren Körper ab. Dies ist dann kein Akt der Selbstliebe mehr, sondern ein Akt der Selbstablehnung. Und wenn bestimmte Körperstellen zu dick sind, dann ist dies in den allermeisten Fällen die Konsequenz von zu wenig Bewegung und von zu viel ungesunden Nahrungsmitteln. Es fällt alles wieder auf einen zurück, 1 zu 1, ohne Umschweife. Ändern kann man das nur selbst. Am besten jetzt, sofort!

Die Vergangenheit hat keine Macht

Die Vergangenheit hat keine Macht über uns, es spielt keine Rolle wie lange wir eine negative Überzeugung mit uns herumtragen. Die Macht liegt immer in der Gegenwart. Auch deine Macht liegt in der Gegenwart. Eigentlich eine wunderbare Vorstellung. Wir haben jeden Moment die Möglichkeit uns selbst zu befreien.

Das was wir heute erleben, ist das Ergebnis dessen was wir in der Vergangenheit dachten, sagten oder glaubten. Gestern, letzte Woche, letzten Monat im vergangenen Jahr oder in den letzten zehn oder zwanzig Jahren.

Aber nun ist ein neuer Moment, indem wir ganz neu anfangen können. Das was wir jetzt denken, sagen oder glauben, wird dann unseren Morgen prägen. Den nächsten Tag, die nächste Woche, den

nächsten Monat
nächstes Jahr.

Ist es nicht schön sich klar zu werden, das der jetzige Moment einen völligen Neuanfang darstellen kann. Wir können in jedem Augenblick neu beginnen, wenn wir gewillt und bereit sind, Gedankenmuster in unserem Kopf zu ändern.

Wir können niemals die anderen ändern. Wir können nur uns selbst ändern. Und



wenn wir das tun, wird sich unser ganzes Leben ändern.

Lockern wir einfach ein paar der straffen Regeln die wir uns selbst geschaffen haben. Vor allem wenn es sich um negative Überzeugungen handelt.

Gerade in diesen sind wir manchmal besonders stur. Es ist jedoch viel Nützlicher unserem Geist etwas Flexibilität zu lassen. Nur so können wir neue Ideen fassen. Neue Wege gehen, und neue Erfahrungen machen.

Neuanfang

Unser Leben lang finden wir uns immer wieder in



Situationen oder Momenten wieder, die uns unseren Lebensweg infrage stellen lassen. Manchmal haben wir nur eine einzige Möglichkeit nach einem Misserfolg: ein Neuanfang. Vielleicht ist eine lange Beziehung in die Brüche gegangen, vielleicht sind deine Kinder jetzt erwachsen und haben das Nest verlassen, oder vielleicht musst du einfach einen Weg zurück ins Leben finden.

Und das sind die Momente, in denen sich viele Fragen auftun: Was soll ich tun? Wie kann ich von vorn beginnen? Und auch wenn die Antworten auf diese Fragen von deinen persönlichen Umständen abhängen, solltest du immer positiv nach vorn schauen. Das wird den Wind zu deinen Gunsten drehen.

Das sagt sich alles sehr leicht, und doch ist es wahrscheinlich einer der schwierigsten Schritte, die man gehen kann, weil du vermutlich immer wieder von bestimmten Menschen und Situationen an dein Scheitern erinnert wirst. Und das wird Zweifel und Enttäuschung in deinem Kopf säen. Aber die Wahrheit ist, dass dir diese Art von Negativität schadet und dich daran hindert,





Veränderung willkommen Heißen

Eine der besten Möglichkeiten, von vorn zu beginnen, ist es, kleine Sachen zu tun, und das Gefühl zu haben, diese gut zu machen. Und obwohl es vielleicht erst einmal nicht so scheint, können dir diese Dinge helfen, dass du dem Ziel deiner Sehnsucht viel näher kommst.

Vielleicht ist ein großes Ziel, das eine ganze Menge an Mühe und Zuwendung braucht, nicht die beste Idee für einen ersten Schritt. Du brauchst Motivation, um das Gefühl der Kontrolle wiederzuerlangen, das Gefühl zu bekommen, dass die Strömung wieder zu deinen Gunsten fließt, bevor du dich in tiefere Gewässer wagst. Also, setze dir kleine Ziele, sodass du für diese schon nach kurzer Zeit belohnt wirst.

Lass nicht zu, dass dir die Angst, ein Risiko einzugehen, die von deinem vergangenen Misserfolg gestärkt ist, deine Knie zum Zittern bringt, wenn es an der Zeit ist, Veränderungen vorzunehmen, von denen du weißt, dass sie nötig sind. Und sitze nicht nur herum und warte auf das, was kommen mag, oder auf die neuen Herausforderungen, die das Leben für dich bereit hält.

Geh raus, und suche nach neuen



Möglichkeiten, setze dir neue Ziele. Nimm dir vor, jedes Ziel zu erreichen. Leg dir ein kleines Notizbuch zu, in das du jeden Morgen eintragen kannst, was du an diesem Tag erreichen willst.

Wenn du verschiedene Ergebnisse erzielen willst, dann achte darauf, dass du Sachen nicht immer auf die gleiche Weise tust. Mir ist bewusst,



dass das der einfachere Weg ist. Vielleicht ist das der Weg, der dir Sicherheit gibt. Aber vergiss nicht, dass das auch der Weg ist, der dich das letzte Mal zum Scheitern gebracht hat. Manchmal ist es nicht genug, nur Kleinigkeiten zu ändern, manchmal müssen Veränderungen radikal sein.

Namasté

ICH BIN Michael

dein Leben voll und ganz zu leben. Es ist ganz egal, ob dieses Scheitern außerhalb deiner Macht lag, ob es ganz zufällig passiert ist, oder ob es deine Schuld war, jetzt ist die richtige Zeit dafür, weiterzugehen und nicht mehr dort stehen zu bleiben, wo du im Moment bist.

Sinn in deinem Leben finden

Auch wenn dir das während dieser Zeiten nicht so vorkommen mag, wir unser aller Leben hat einen Sinn. Und den deines eigenen zu finden ist einer der wichtigsten Schritte, um neu anzufangen.

Hör auf darüber nachzudenken, was du nicht mehr hast, und such nach etwas Neuem, dem du deine Leidenschaft widmen kannst. Nach etwas, was dir Spaß macht, etwas, das dich befriedigt. Hole deinen Anker ein, und hör damit auf, zu versuchen, vorwärts zu gehen, solange dieser noch am Grund liegt.

Während der ersten paar Tage magst du das Gefühl haben, dass es nicht anderes für dich gibt, und das ist okay, das ist Teil des Prozesses. Aber erlaube dir nicht, zu lange in diesem Zustand zu bleiben. Sondern nur für die Zeit, die für ein bisschen Trauer angebracht ist.

Zur freundlichen Beachtung!

Abdrucke sowie Kopien sind ohne Genehmigung des Verlages und des Autors auch auszugsweise gestattet!!! :-))

Zuwiderhandlungen werden „nicht“ straf- und/oder zivilrechtlich verfolgt!!! :-))

Der Autor distanziert sich ausdrücklich von Textpassagen, die im Sinne des §111 StGB interpretiert werden könnten. Die entsprechenden Informationen dienen der Entwicklung des jeweiligen Lesers. Ein Aufruf zu unerlaubten Handlungen ist nicht beabsichtigt.

Risiko-Hinweis: Der Inhalt unseres 800lichter-letters wurde mit großer Sorgfalt sowie in bestem Wissen und Gewissen erstellt, dennoch sind Fehler und Irrtümer menschlich und berechtigen daher zu keinerlei Schadensersatz Forderung.

Keiner der an der Herstellung des 800lichter-letters Beteiligten bietet offizielle persönliche Beratung an. Eben sowenig empfehlen wir unseren Lesern Aktionen und Handlungen, die einzig und allein auf dem Inhalt unseres 800lichter-letters beruhen.

Unser800lichter-letter erscheint ausschließlich in elektronischer Form als PDF-Datei, und ist im Buchhandel nicht zu erhalten. 800lichter-letter erscheint monatlich.

Fragen oder Mitteilungen zum Inhalt bitte per E-Mail an: kontakt@800lichter.com

Copyright 2008+2013 - aktualisiert 2017

**Verantwortlich:
Insider-Secrets-Verlag (I-S-V)
Licht+Wege+Verlag (L+W+V)**

