

2

Lektion Online Training



LEKTION 2



Eine Quanten-Perspektive

Heute leben die meisten Menschen im Überlebensmodus. Dieser Modus ist jedoch von Stress geprägt. Stress entsteht, wenn dein Gehirn und dein Körper aus dem Gleichgewicht geraten. Immer dann, wenn du emotional auf deine äußere Umgebung reagierst und beginnst, das unsichtbare elektromagnetische Energiefeld, das deinen Körper umgibt, anzuzapfen, wandelst du es in Chemie um. Im Stress leben bedeutet, dass dein Körper ständig durch den Energieschub des Adrenalins gesteuert wird. Mit der Zeit werden Menschen sogar süchtig nach Stressquellen und beginnen diese aufzuspüren.

Wenn die Stresssituation über einen längeren Zeitraum andauert, ohne Pausen, führt das zu Krankheit. Verschärft wird dieses Problem durch den Neokortex, unser denkendes Gehirn, das die Stresssituation allein durch Gedanken herbeiführen kann. Deine Gedanken können dich wortwörtlich krank machen! Wenn du anfängst, dein Wunschleben zu kreieren, musst du deinem Körper mitteilen, wo er seine Energie hinlenken soll. Das wird eine gewisse Zeit dauern. Unser Programm soll dir helfen, deine Aufmerksamkeit von der äußeren Realität auf ein Informationsfeld zu lenken, das als einheitliches Feld bezeichnet wird.

Du beginnst dich vollständiger zu fühlen, wenn Gehirn und Herz anfangen, kohärenter zu arbeiten. Die beiden Hemisphären des Gehirns beginnen sich zu synchronisieren, und die Vereinigung der Gegensätze wird Ganzheit oder Liebe genannt. In dem Moment, in dem dies geschieht, beginnt das Herz ein bedeutendes Magnetfeld zu erzeugen, sodass du dich mit etwas Größerem verbunden fühlst. Wenn wir dies aus einer Quantenperspektive betrachten, schaffen wir einen Bereich jenseits von Raum und Zeit, um unsere Träume zum Leben zu erwecken. Der Schlüssel ist, niemals „vorherzusagen“, was passieren wird oder wann, denn das ist das Unbekannte.

ÜBUNG



Denke an eine dir bekannte zurückliegende Stresssituation. Wie hast du dich in dieser Zeit gefühlt und was hast du gedacht?

.....
.....
.....

Wie hast du in dieser Situation reagiert?

.....
.....
.....

Was kannst du beim nächsten mal bewusst anders tun, denken oder fühlen?

.....
.....
.....



Es ist manchmal schwierig zu erkennen, wann gestresst bist. Viele Menschen sind die ganze Zeit gestresst, ohne es zu wissen. Denkst du ständig an die Zukunft? Machst du dir Sorgen und hast Angst vor dem Gestern? Achte auf deine Gedanken!

