

Zwei Herzen in Deiner Brust

Es ist wahrlich eine Herausforderung, das weltliche und das spirituelle Herz in Einklang zu bringen. Folglich ist es eine Leistung des Meisters, dies zu erfüllen.

Der Meister ruht bereits in Dir – erwecke ihn!

Dein weltliches Herz will, dass Du erfolgreich bist (wie auch immer du das für Dich definierst) – Dein spirituelles Herz will einzig, dass Du wertvoll bist.

Dein weltliches Herz sehnt sich nach Anerkennung, Liebe und Bestätigung – Dein spirituelles Herz weiß um die Verbindung von allen mit allem und sehnt sich dies zu leben.

Dein weltliches Herz hat Erwartungen, an Dich und an die Welt – Dein spirituelles Herz weiß, es ist die Welt und alles ist genau richtig im jeweiligen Moment.

Schön und gut – aber wie bringen wir das nun in Einklang?

Ich finde es sehr hilfreich, die „Bedürfnisse“ meines weltlichen Herzens zu respektieren und gleichzeitig zu wissen, dass ich mehr als nur der Mensch bin.

Wenn wir es immer auf diese Weise betrachten, beginnen wir zu verstehen, dass wir als Mensch sehr primäre Ambitionen haben und wir können uns dies erlauben. Wir brauchen es nicht mehr zu verurteilen. Denn wir erkennen immer mehr, dass wir gleichwohl eingebettet sind in unser Seelenenergiefeld und somit ins Ganzen.

Das wiederum eröffnet uns die Möglichkeit – weil kein Verurteilen mehr stattfindet – die wahren Hintergründe der Sehnsüchte unseres weltlichen Herzens zu ergründen. Je tiefer wir in diese Ergründung einsteigen, desto tiefgründiger werden wir (Wortspiel *lach*). Wir verstehen uns mehr und mehr, wir lösen die „unwirklichen Sehnsüchte“ auf und gelangen immer tiefer in Einklang mit den Sehnsüchten unseres spirituellen Herzens. Das wiederum sind dann keine Sehnsüchte mehr, sondern die Intention des Wahrhaftigen, des wahren Lebens.

Es ist wichtig, dass wir verstehen, dass wir diese Ebenen untereinander beeinflussen können indem wir uns um die einzelnen Ebenen (Herzen) kümmern.

So bringt einerseits Energiearbeit und Meditation viele weltliche Sehnsüchte zum Auflösen. Andererseits können wir über die

„Energieversorgung“ unseres Körpers auch auf die spirituelle Ebene Einfluss nehmen.

Ich selbst habe hierzu eine interessante Erfahrung gemacht: zugegeben ich experimentiere immer wieder mit meiner Ernährung und somit habe ich nun erlebt wie wichtig es ist, das CHI unseres Körpers zu stärken. Mit einer Ernährung, die unsere Körperenergie (=Chi) schwächt, schwächen wir unser Gesamtenergiefeld. Damit ist nicht nur „Schwächen“ im Sinne von Diäten gemeint, sondern auch mit einer Ernährung, die nicht für die eigene Körper-Konstitution geeignet ist, z.B. im Sinne von TCM.

Deine Körperenergie beeinflusst wiederum Deine Gefühlslage, das wiederum beeinflusst Deine Gedanken und damit Dein Handeln und letztendlich das Maß in dem Du Dich Deinem Spirit öffnen und hingeben kannst.

Die Energie der Körpermitte zu stärken wirkt sich besonders positiv auf Deine Verbindung zum Leben aus – dort wo sich Dein spirituelles und Dein weltliches Herz treffen und vereinen wollen!

In der Jetzt-Zeit sind wir gefordert alle Ebenen zusammenzubringen und als gleichermaßen wichtig zu erkennen. Meditation – Ernährung – Bewegung – Energiearbeit – Arbeit für unseren Nächsten – Präsenz für uns selbst ... alles ist gleich wichtig. Stärken und verbessern wir das eine davon, so werden auch alle anderen Teile gestärkt.

Also, jetzt dürfen/sollen wir uns Herz öffnen und uns annehmen mit all den Facetten, die wir sind: weltliches & spirituelles Herz - Mensch & Seele – Ego & reiner Geist – ich & Du.

Je sanfter wir mit uns sind, je liebevoller wir uns um uns kümmern, desto mehr sind wir fähig sanft und liebevoll anderen Menschen zu begegnen.

Copyright by

