

ANNA MARIA STARK



Seelen
POTENZIALE

LESEPROBE

TASCHENBUCH

man
kau

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im
Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Anna Maria Stark
Seelenpotenziale
ISBN 978-3-86374-449-6
1. Auflage März 2018

Mankau Verlag GmbH
D-82418 Murnau a. Staffelsee
Im Netz: www.mankau-verlag.de
Internetforum: www.mankau-verlag.de/forum

Lektorat: Martin Stiefenhofer, Freiburg
Endkorrektur: Susanne Langer M. A., Germering
Cover: Anna Maria Stark, Gipfelstürmer Design GbR, Augsburg,
unter Verwendung eines Motivs von capitanoseye/Shutterstock.com
Gestaltung Innenteil: Mankau Verlag GmbH

Illustrationen: Can Stock Photo / merydolla (10/11); Can Stock Photo /
rfcansole(34/35); Anna Maria Stark (49, 70, 75, 93, 101, 103, 129, 150, 173);
Can Stock Photo / vjanez (136/137)

Druck: Druckerei C. H. Beck, Nördlingen



Wichtiger Hinweis des Verlags:

Die Autorin hat bei der Erstellung dieses Buches Informationen und Ratschläge mit Sorgfalt recherchiert und geprüft, dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr; Verlag und Autorin können keinerlei Haftung für etwaige Schäden oder Nachteile übernehmen, die sich aus der praktischen Umsetzung der in diesem Buch dargestellten Inhalte ergeben. Bitte respektieren Sie die Grenzen der Selbstbehandlung und suchen Sie bei Erkrankungen einen erfahrenen Arzt oder Heilpraktiker auf.

*Alles, was wirklich zu dir gehört,
hat die Fähigkeit,
dich in der Tiefe zu berühren.*

Inhalt

<i>Deine Seele ist dein wahres Ich</i>	11	3 Schritte zum Kontakt mit deinem Inneren	55
Wann beginnst du,	12	Schritt 1:	
Was in jedem von uns existiert	14	Umkehr deiner Aufmerksamkeit	56
Potenziale wollen gelebt werden	16	Übung: So gelingt deine	
Die Sehnsucht, dich selbst zu finden	21	Aufmerksamkeitsumkehr	61
Was dich wirklich inspiriert	21	Schritt 2:	
Du bist zu Hause in dir selbst	25	Dein Wahrnehmungszentrum platzieren	63
Deine Zusammensetzung macht die Besonderheit ...	26	Übung: So platzierst du dein	
Nimm Platz in deiner eigenen Welt	30	Wahrnehmungszentrum	68
 		Schritt 3:	
Teil 1: Schaffe innere Ganzheit	35	Zugriff auf deine Eigenschwingung	71
Erinnerst du dich	36	Übung: So erspürst du deine Eigenschwingung ...	74
Die Berührung deiner inneren Wahrheit	39	Strukturelle Klärung deines Energiefeldes	78
Das untrügliche Bauchgefühl	40	Echtheit ist spürbar	79
Das Gesamtbild ist entscheidend	42	Die stimmige Wirkung deiner Person	83
Wende deinen Blick nach innen	44	5 Schritte zum vollständigen Seelencode	86
Finde Zugang zu deinem feinstofflichen Ich	46	Schritt 1:	
Kontaktiere dich selbst	46	Der Ankerpunkt deines Seelenwesens	87
Die Faszination des Neubeginns	48	Übung: So positionierst du deinen Ankerpunkt ...	91
Die innere Dimension von Wissen	50	Schritt 2:	
Die Trägheit der sichtbaren Welt	51	Entfernen von Fremdenergien	95
Finde wahre innere Stärke	53	Übung: So entfernst du Fremdenergien aus dir ...	101
		Schritt 3:	
		Zusammenführen eigener Energieteilchen	106
		Übung: So führst du deine	
		Energieteilchen zusammen	109
		Schritt 4:	
		Expansion deines Seelencodes	112
		Übung: So expandierst du deinen Seelencode	120

Schritt 5:		Entscheidungssystem 3:	
Verdichtung deines Energiefeldes	124	Urpunkt-Entscheidung – für Beziehungs- und	
Übung: So verdichtest du dein Energiefeld	130	Gefühlsthemen	196
Deine neu geschaffene innere Ganzheit ...	132	Übung: Installiere die Urpunkt-Entscheidung ...	200
 		Übung: Teste mit der Urpunkt-Entscheidung	203
Teil 2: Intuitive Entscheidungsfindung	137	Entscheidungssystem 4:	
Du sehnst dich ...	138	Spontane Wahrnehmung – als akutes	
Vertraue deiner inneren Entscheidungsinstanz	138	Hinweissystem	204
Löse dich von dem, was dich niemals		Übung: Installiere die spontane	
erfüllen wird	141	Wahrnehmung	206
Die natürliche Intelligenz deiner Seele	143	Übung: Teste die spontane Wahrnehmung	207
Was in dir angelegt ist	146	Entscheidungssystem 5:	
Erkenne das Wesentliche	151	Unterhaltung mit dem älteren Ich –	
Entscheidungen der Seele	156	die Auswirkungen deiner Entscheidung	209
Was ist Stimmigkeit	157	Übung: Installiere die Unterhaltung	
Die Funktion deiner Gefühle	163	mit dem älteren Ich	214
Entscheidungssysteme	168	Übung: Teste durch eine Unterhaltung	
Die energetische Richtungsangabe	169	mit dem älteren Ich	215
Entscheidungssystem 1:		Es war deine Absicht, ...	218
Stimmigkeit – für Allgemeinthemen	177	Durchlässigkeit ist dein größter Schutz	219
Übung: Installiere Stimmigkeit	180	Der Ausdruck deiner inneren Größe	221
Übung: Teste Optionen auf ihre Stimmigkeit	184	 	
Entscheidungssystem 2:		Über die Autorin	225
Grad der Stimmigkeit – für konkret			
fassbare Themen	185		
Übung: Installiere den Grad der Stimmigkeit	190		
Übung: Teste den Grad der Stimmigkeit	193		



*Deine Seele
ist dein wahres Ich*

Wann beginnst du, ...

die Welt in ihrer Wahrhaftigkeit anzusehen? Wie sie dir voller Liebe und unendlicher Hingabe Möglichkeiten aufzeigt, zu einem Leben zu finden, das dir vollkommen entspricht. Wie sie dir ständig Wiederholungen anbietet, wenn du wieder zu mutlos warst, das letzte Signal zu beachten. Permanent wird dir in Fülle das geschenkt, was du kreiert hast und dir sehlichst wünschst. Doch dein andauernder Drang zur Verweigerung deiner eigenen Vollständigkeit hindert alles an seiner Umsetzung.

Tief in dir hast du es bereits seit jeher geahnt. Und doch immer wieder verdrängt, da du nicht wusstest, wie du mit dieser Sehnsucht umgehen sollst. Es ist das starke Bestreben danach, den Dingen in deinem Leben wahre Schönheit und Bedeutung zu verleihen. Doch diese innere Qualität kannst du nur den Dingen geben, die wahrhaftig aus dir selbst kommen und wirklich zu dir gehören.

Du sehnst dich vielleicht von Herzen danach, dass es ganz bestimmte Situationen und Menschen geben möge, die für dich und dein Leben genau richtig sind. Die für dich vorgesehen sind und die Fähigkeit haben, dich wahrhaft zu erfüllen, wenn du ihnen begegnest. Doch die meisten von uns verwerfen diesen Gedanken immer wieder, da wir den stimmigen Weg mit den Mitteln, die wir an die Hand bekommen haben, nicht so recht finden können.

Im Laufe des Lebens geben wir meist die Verantwortung dafür ab, dass wir eigentlich von Beginn an intuitiv spüren können, was wirklich richtig für uns ist und was nicht. Und so verliert sich mit der Zeit das wegweisende Potenzial unserer Seele immer mehr: Die Fähigkeit, den stimmigen nächsten

Schritt in allen Belangen zuverlässig erkennen zu können. Denn Willkür entspricht weder unserem Wesen noch unserer Seele. Unser Herz hängt wie verrückt an etwas, mit dem es ganz im Einklang ist.

Im Grunde sehr eindeutige Hinweise begegnen dir auf deinem Weg immer wieder. Etwa dann, wenn du von Zeit zu Zeit Menschen begegnest, die dich auf wundersame Weise tief bewegen. Vielleicht durch ein zunächst scheinbar unverbindliches Gespräch, aber mit Worten, die dich so sehr berühren und in Bewegung versetzen, dass du umgehend den Drang verspürst, dein Leben zu verändern und endlich deinem Inneren anzupassen. Vielleicht findest du dich unerwartet in einer Situation wieder, die dein Herz überwältigend weit werden lässt, sodass du deinem wahren Wesen für einen Moment gestattest, sich vollständig zeigen zu dürfen. Oder du findest tiefe Bestätigung in einer Tätigkeit, für die du erstaunlicherweise so große Liebe empfinden kannst, dass du regelrecht in ihr versinkst und dich selbst darin verlierst. Das ist wundervoll magisch anmutend und doch real inspirierend und aufrüttelnd.

Jeder von uns kennt diese Momente, die das Potenzial haben, das eigene Leben nachhaltig zu verändern. Eines haben diese Begegnungen gemeinsam: Sie befreien uns für einen Augenblick von unserem beengenden Selbstbild und lassen uns unbefangen erkennen, wie wir wirklich als ganzes Wesen gemeint sind und wie sich unsere ursprüngliche Intention und der daraus folgende Verwirklichungsdrang auf dieser Welt tatsächlich anfühlen. Daraus entsteht ein tief berührendes Gefühl, das durch nichts anderes in uns gelöst werden kann. Wir fühlen unseren wahren Ankerpunkt unserer Seele.



5 Schritte zum vollständigen Seelencode

Du bist der Ausgangspunkt deines Lebens. Deiner werdenden Geschichte und all deiner noch in der Entstehung begriffenen Erfahrungen. Ein wunderbar passgenaues Rädchen in der Gesamtmaschinerie des Lebens, in der jedes Teilchen seinen Platz hat, eine ganz eigene Funktion, und immer wieder dazu aufgefordert wird, diese ganz individuelle und ganz besondere Funktion auch auszufüllen.

Spielen alle diese Teile des universellen Gesamtsystems gut zusammen und befinden sie sich neben ihren ebenso passgenauen Nachbarteilen, so ergibt sich das System als wunderbar fließendes Ganzes. Aus vielen Einzelteilen wird auf diese Weise eine Einheit, und eine wunderbare Vernetzung untereinander kann entstehen. Positionieren wir die Teile, also auch uns selbst, jedoch unwissend und eher willkürlich im Gesamtsystem und versuchen vor allem, durch reines Wollen ein stimmiges Ganzes entstehen zu lassen, so werden wir uns als Einzelwesen niemals wirklich eingebunden und als harmonisch passend empfinden können.

Für jedes Innenleben gibt es auch eine passende Außenwelt. Für jede noch so außergewöhnliche Art, als Mensch in dieser Welt zu sein, existiert eine bestimmte Gruppe an Menschen, die ganz ähnlich fühlt und denkt. Fühle dich also niemals mehr als Außenseiter, oder gar überflüssig oder nicht dazugehörig zu den anderen. Vielleicht bist du nur am falschen Ort oder hast deine eigenen Teilchen einfach noch nicht stimmig zusammengefügt. Das aber ist möglich.

Möchtest du dich also wohlwollend eingebunden fühlen, so solltest du lernen, als das wahre „Ich“ in deiner eigenen Welt zu handeln, um genau dort hinzukommen, wo du dich absolut stimmig einsetzen kannst. Denn:

*Möglicherweise geht es nicht darum,
dass wir alle die gleichen Chancen haben,
sondern die für uns genau richtigen.*

Mögen unsere übergeordneten Wünsche auch gleich sein, wie etwa die Sehnsucht nach Hingabe, tiefer Liebe und Berührung. Doch die Wege und Mittel der Menschen, um diesen Zustand innerer Zufriedenheit und Gewissheit zu erreichen, sind doch sehr unterschiedlich.

Sorge also dafür, dass du fühlen kannst, wer du wirklich bist, sodass du auch handeln kannst, wie es zu diesem inneren Selbst stimmig passt. Die Grundlage dafür ist immer dein eigenes Energiefeld!

In den folgenden fünf Schritten zur inneren Ganzheit kannst du lernen, dich selbst, dein feinstoffliches Ich wieder zu vervollständigen, sodass du dich ganz als dieses wahrnehmen und empfinden kannst.

Erlaube dir zu Beginn dieses Prozesses zwei bis drei Wochen als Testphase. In dieser Zeit kannst du in Ruhe, Schritt für Schritt, die innere Gewissheit und das nötige Vertrauen aufbauen, das notwendig ist, um anschließend völlig intuitiv stimmige Entscheidungen treffen zu können.

Schritt 1:

Der Ankerpunkt deines Seelenwesens

Wir beginnen unser Leben in perfekter Ordnung. Einer ganz natürlichen Form unseres Daseins. Dabei verbindet sich die Seele mit einem körperlichen Ausdruck, um sich selbst darin erleben zu können. Sie harmonisiert zunächst mit ihrem Körper und gibt alle Informationen, die sie in sich trägt, auf

ganzheitlich stimmige Weise nach draußen, um sich selbst die Erfahrungen zu ermöglichen, die sie wahre Freude empfinden lässt.

Sobald wir uns jedoch in das Energiewesen Welt einbinden, tauchen wir gleichzeitig auch in eine Art Erinnerungsfeld des Lebens ein. Und ab diesem Zeitpunkt werden wir konsequent und immer stärker beeinflusst. Dabei ist Beeinflussung im Grunde ein positives Merkmal, da wir nur durch gegenseitigen Schwingungsaustausch miteinander verbunden sind. Doch nehmen wir natürlich auch von vornherein Energien und Gedankenformen auf, die uns vielleicht weniger zuträglich sind. Je stärker wir dabei den Blick nach außen wenden, umso mehr Verwirrung entsteht im eigenen Inneren.

Du wirst bestimmt schon bemerkt haben, dass es dir dadurch im Laufe deines Lebens immer schwerer gefallen ist, deiner eigenen inneren Wahrheit noch zu begegnen. Sie ist oft weit von dem entfernt, was du offensichtlich in deiner Umwelt beobachtest. „Wie die Dinge laufen, so laufen sie eben“, denkst du dann vielleicht. Doch irgendwann klopft es von innen an, und wenn du die Tür dann einen Spaltbreit öffnest, begegnet dir vielleicht ein herzöffnendes Selbstgefühl, das eine ganz andere Blaupause deiner Welt in sich abgespeichert hat. Die du – egal, welchen Weg du bisher gegangen bist – jederzeit leben kannst, sobald du nur bereit dazu bist, mit ein wenig Einfühlungsvermögen dort hinzusehen.

Hast du dieses Buch bis zu diesem Punkt gelesen, so hast du die Tür diesen ersten Spalt, hin zu einem intensiveren und ehrlicheren Kontakt mit deiner Seele bereits geöffnet. Nun kannst du Schritt für Schritt wieder Zugang zu deiner ganz individuellen Lebens-Blaupause finden. Allein durch dein einfühlsames Interesse und deine Bereitschaft, etwas tiefer zu graben.

Nun gilt es, das, was du in deinem Wesen vorgefunden hast, wieder konsequent zu klären und stimmig zueinander zu fügen. Zuerst einmal in deinem Inneren, damit sich das Äußere nach und nach anpassen kann. Das Wichtigste ist zunächst, die schlüssige Beziehung zwischen deinem Energiefeld und deinem Körper wiederherzustellen. Denn darauf basiert jegliche Energie- und Informationsübertragung. Und diese wiederum beeinflusst dein Lebensgefühl, deine Lebendigkeit, die Form deiner Ausstrahlung und das Gefühl von „Wer bin ich?“ ganz enorm.

Der erste wichtige Schritt wird sein, dein Energiefeld passend in deiner Körpermitte zu verankern, damit dich die Essenz deines Seelenwesens und besonders dessen Inhalte wieder vollständig erreichen können. Du bindest dich damit wieder körperlich an das Netzwerk deines Energiesystems an.

Dein Körper allein kann im Grunde auch auf Autopilot laufen. Dann jedoch nur im Repeat-Modus, indem er lernt, aufnimmt, wiederholt und vielleicht in Einzelteilen wieder neu zusammensetzt, was er faktisch gelernt hat. Aber:

Wahre Verbindung, stimmiges Neues und das wunderschöne Gefühl von Selbstverwirklichung entstehen erst durch das Angebundensein an das eigene Seelenwesen.

Wieso verschieben wir unser Energiefeld überhaupt aus uns heraus?, fragst du dich vielleicht. Durch ganz unterschiedliche Lebensereignisse kann es passieren, dass wir versuchen, unser Energiefeld ein Stück weit aus uns zu verdrängen, um uns so von unserem feinstofflich intelligenten Wesen abzulösen. Dies kann ganz unbewusst durch unangenehme Erlebnisse wie Trauer, Ängste oder Schuldgefühle ausgelöst werden. Durch einen Schockzustand wie Unfall oder

Missbrauch kann das Energiefeld sogar ganz aus uns heraus geschoben werden, damit wir in eine dumpfere Verfassung gelangen können. Das hat den akuten Nutzen, dass wir uns dann selbst weniger spüren, also zum Beispiel auch den physischen oder psychischen Schmerz nicht so stark empfinden müssen. Geistige oder körperliche Gewalt, ganz egal, ob sie uns zugefügt wird oder ob wir sie selbst ausüben, führt dazu, dass sich die eigentlich zusammengehörenden Elemente – Wesenheit und Körper – voneinander ablösen und gegeneinander verschieben können.

Um immer und immer wieder Dinge zu tun, die deinem eigenen Seelenwesen nicht entsprechen, musst du im Grunde erst „aus dir herausgehen“. Es ist so gesehen die einzige Alternative dazu, sich tatsächlich in sich selbst einzufühlen und die eigenen Entscheidungen stets mit der Energiestruktur und Stimmigkeit des eigenen Seelenwesens abzugleichen.

Aber wer kennt das nicht – in diesem abgelösten und unverbundenen Zustand fühlen wir uns sehr schnell unangenehm leer, frei von Sinnempfinden und spürbarer Lebenslust. Eine wirkliche gesunde Entscheidungsfähigkeit wird jedoch hauptsächlich über die Antworten des eigenen Seelenwesens entstehen, was wiederum eine gute Verbindung zu sich selbst voraussetzt.

Beginnen wir also zunächst damit, dein Inneres wieder stimmig in dir zu verankern, damit du uneingeschränkten Zugriff und wahren Einblick in dein eigenes inneres Wesen erhältst!

Diese Verbindung geschieht über einen Ankerpunkt im Zentrum deines Energiefeldes, den du schlüssig mit deinem Körperzentrum verknüpfen kannst. Anhand dieses Punktes kannst du später auch immer wieder testen, ob du dich noch optimal positioniert in dir selbst befindest.

Interessanterweise ist genau dieser Ankerpunkt auch der Entstehungsort deines Gefühls von Sicherheit. Vielleicht ist dir das selbst schon einmal aufgefallen. Dieses sehr erdig warme Empfinden entsteht unter anderem, wenn dir „ein Stein vom Herzen fällt“. Deine gebündelte Gefühlswahrnehmung rutscht dann vom verängstigten Herz in Richtung Magen beziehungsweise Solarplexus und kann sich dort erst wieder harmonisch ausdehnen, was vorher im erstarrten Herzen nicht möglich war. Wahre Verbundenheit erschafft also das zuversichtlich wohlige Gefühl innerer Sicherheit, das uns wiederum den Mut gibt, etwas genauer hinzusehen, wenn es um die zufriedenstellende Gestaltung unseres Lebens geht.

Übung:

So positionierst du deinen Ankerpunkt

Schließe deine Augen und tauche in dich ein. Fühle dich bewusst in deinen Energiekörper, also dein Energiefeld hinein. Wie bei jeder Übung geht es zunächst wieder darum, dein Wahrnehmungszentrum zu positionieren. Werde dir also des äußeren Bildes deiner Umgebung gewahr, das du wahrscheinlich noch vor dir hast, und ziehe deinen Fokus in dich hinein, sodass du auch wirklich dich selbst aufnimmst, erspüren und verändern kannst.

Nun versuche, dein dich umgebendes Energiefeld als eine Art kugelförmigen Nebel aus Energieteilchen wahrzunehmen. Wenn es dir noch schwerfällt, es zu spüren, dann visualisiere es einfach wie beschrieben. Denn die Essenz der Übung wirst du trotzdem spüren und wirksam ausführen können. Nach einigem Training wird es dir immer leichter fallen, dein Energiefeld wahrzunehmen. Mag es auch zunächst unklar sein, es genügt vollkommen, darauf kannst du vertrauen.

Jetzt beginne, dieses Energiefeld zu orten. Befindet es sich gut sitzend im Zentrum deines Körpers und schließt es deine physische Form vollkommen ein? Oder nimmst du es vielleicht leicht verschoben in Bezug zu deinem Körper wahr – beispielsweise ein Stückchen zur Seite oder nach vorne versetzt? Eventuell fühlst du es sogar etwas weiter aus dir herausgerückt.

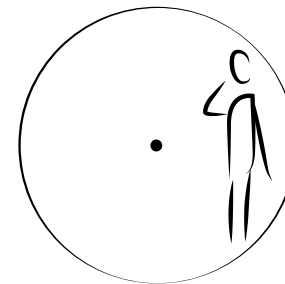
Wie auch immer es sich dir darstellt, du wirst es mit dieser Übung wieder zentral in dir positionieren und verankern können, damit eine klare und funktionierende Kommunikation zwischen dir, also deinem inneren Wesen, und deinem Körper und deinem Verstand stattfinden kann.

Visualisiere nun einen zentralen Punkt in dieser Wolke aus Energieteilchen. Dieser Punkt wird nun dein „Ankerpunkt“ sein, mit dessen Hilfe du dein Energiefeld genau passend mit deinem Körper verbinden kannst, sodass diese in perfekter Ordnung und Harmonie zueinander stehen und optimal für dich arbeiten können. Der zugehörige Zielpunkt befindet sich in deinem Körper etwa auf Höhe deines Solarplexus, also zwischen Brustkorb und Magen.

Hast du Körper und Energiefeld bewusst wahrgenommen, so beginnst du nun, dein Energiefeld mithilfe des Ankerpunktes hin zum Zentrum deines Körpers zu bewegen. Vielleicht funktioniert es bei dir wunderbar schnell, doch gib dir auch die Zeit, falls es etwas länger dauern sollte. Versuche nicht gewaltsam daran herumzureißen, und habe Geduld, falls es sich nur langsam bewegen lässt. Achte ganz besonders darauf, dass jede Bewegung, jede Energieverschiebung ihr eigenes Tempo hat. Mit der Zeit und einiger Übung wirst du deine eigene Energie immer besser unter Kontrolle haben und wunderbar feinfühlig auf sie eingehen können.

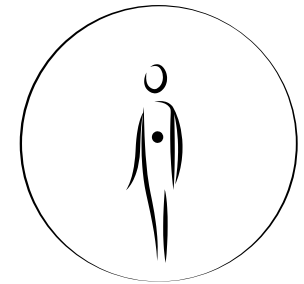
Wenn du dein Energiefeld stimmig zu deinem Körper verschoben hast, dann liegen beide Zentrumsunkte – der deines Energiefeldes und der deines Körpers – übereinander, sodass du dein feinstoffliches Wesen mit deinem physischen Körper verankern kannst. Indem du jetzt klar den inneren Befehl gibst: „miteinander verbinden“.

Sieh nun zu, wie die in deinem Seelenwesen enthaltenen Informationen ungehindert in dich einfließen können, um sich in deinem Körper weitläufig zu verästeln und sich auf alle Bereiche auszudehnen.



Ankerpunkt verschoben: Führt dich zu innerer Unruhe und kreisenden Gedanken um dich selbst.

Ankerpunkt platziert: Ermöglicht dir gezielte Fokussierung, Ruhe und Präsenz.



Fühle dabei, wie die Informationen deines Seelenwesens nun wieder ungehindert in deine Welt einfließen können und dich viel besser erreichen. Spüre, wie alles in dir stimmig und wie von selbst neu programmiert wird, um eine fließende Einheit von innen nach außen zu erschaffen. Erlaube, dass diese Informationen als Gedanken und Gefühle in dir Form annehmen dürfen.

Wenn du diese Informationsübertragung noch unterstützen möchtest, so stell dir mit geschlossenen Augen vor, wie ab jetzt sämtliche Hinweise, die du im Alltag für stimmige Entscheidungen und deinen richtigen Weg benötigst, quasi wie elektrische Impulse von deinem Energiefeld in deinen Körper wandern. Dort werden sie ab jetzt stimmige Gedanken und wegweisende Gefühle zum anstehenden Thema erzeugen.

Initiiere bewusst, dass alle Informationen deiner feinstofflichen Energie permanent in dein Herz einfließen. Denn dieses Organ ist dafür da, dir in jeder Situation eventuelle Unstimmigkeiten aufzuzeigen. Unstimmigkeit bedeutet nichts anderes als eine Differenz zwischen deinem äußeren Handeln und deiner inneren Dimension.

Verweile so lange in dieser Vorstellung, bis die Impulse von selbst entstehen und weiter in dich hinein fließen. Anschließend kannst du dich der Klärung und dem Ordnen deines Energiefeldes widmen.

Zusammenfassung

1. Fühle in deinen Energiekörper hinein und orte diesen in Bezug zu deinem physischen Körper.
2. Visualisiere den „Ankerpunkt“ im Zentrum deines Energiekörpers.
3. Verschiebe dein feinstoffliches Wesen mithilfe dieses Ankerpunktes zentral in deinen physischen Körper hinein.
4. Verbinde durch eine einfache Anweisung dein inneres Wesen mit deinem Körper.
5. Beobachte, wie die Informationen deines Seelenwesens in dich fließen und sich dort ausdehnen.

Mit dieser Verankerung hast du nun die Voraussetzung dafür geschaffen, dein Energiefeld im nächsten Schritt effektiv bereinigen zu können. Du hast jetzt wieder Zugriff auf dein Selbst, allerdings noch nicht ganz vollständig ...

Bestimmt fühlst du dich nach diesem Einpassen deines eigenen Wesens jetzt schon etwas voller bzw. „erfüllter“. Dein Gefäß Körper ist nun wieder mit Inhalt gefüllt und das schafft Lebendigkeit. Die Energien deines Lebens können sich wieder entsprechend deiner Seele bewegen, wandeln und Form annehmen.

Zu einer wirklich stimmigen Fähigkeit der Entscheidungsfindung ist es jedoch nicht nur wichtig, einen funktionierenden Kanal zu schaffen, sondern auch, einen bereinigten Energiekörper sicherzustellen.

Schritt 2:

Entfernen von Fremdenergien

Ist dein eigenes Energiefeld nicht geklärt, so trägst du mitunter nicht nur deine eigenen Energieteilchen, sondern auch Fremdanteile mit dir herum. Das liegt daran, dass du in vielerlei Situationen – unbewusst und quasi aus Versehen – Energien abgibst, aufnimmst oder austauschst. Dabei verwässert sich jedoch dein ursprünglich intaktes Feld und dessen energetische Aussage immer mehr, das in seiner reinen Form immer automatisch diejenigen Dinge, Menschen oder Situationen anziehen würde, die zu dir passen und sich wunderbar stimmig anfühlen würden.

Zum einen geschieht das immer wieder ganz unbewusst durch – zu uns verschiedene – Gefühlswelten und Strukturen von Eltern, Lehrern, Freunden ...

Entscheidungssysteme

In diesem Kapitel möchte ich dir verschiedene Entscheidungssysteme vorstellen, nach denen ich selbst seit vielen Jahren schlüssige Entscheidungen treffe. Sie haben sich über die Zeit hinweg als äußerst hilfreich erwiesen, sowohl in „kleinen“ Angelegenheiten wie auch im vermeintlich Großen, sowohl in Gefühls- als auch „Harte-Fakten“-Fragen. Ob bei der Entwicklung unserer Selbstständigkeit im Beruf, in Beziehungsfragen oder alltäglichen Kleinigkeiten.

Es sind unterschiedliche Systeme, die die Stimmigkeit möglicher Optionen wirksam testen können. Aber sie haben immer dasselbe Ziel: Deutlich und klar die Stimmigkeit einer Option in Bezug auf eine von dir selbst formulierte Frage anzuzeigen. Mit diesen Entscheidungssystemen verbildlichst du dir die innere Antwort auf deine Fragen.

Dabei gibt es Testsysteme, die Wie-Fragen aufzeigen können, und andere, die einfach nur die Grundfrage mit Ja/Nein beantworten. Je nachdem, welche Frage du stellen möchtest, solltest du zunächst das passende System zu deren Beantwortung auswählen.

Dazu solltest du zunächst wirksame Systeme in dir installieren, und zwar schon bevor du sie benötigst, sodass sie im Bedarfsfall auf ganz einfache, unbekümmerte und leichte Art und Weise in deinen Alltag einfließen und dort jederzeit hilfreich angewandt werden können. Wie das geht, erfährst du ebenfalls in diesem Kapitel.

*Entscheide ganz für dich selbst.
Und: Prüfe deine innere Ganzheit,
bevor du Entscheidungen triffst.*

Versuche jedoch nicht, dich in Situationen zu entscheiden, in denen du dich unwohl fühlst und innerlich ahnst, dass sich etwas in deinem Feld nicht in der stimmigen Ordnung befindet. Auch wenn es bedeutet, erneut einen Extraschritt zur inneren Ganzheit gehen zu müssen. Sei dir gewiss, an anderer Stelle wird dir diese zusätzliche Handlung wieder Kräfteersparnis einbringen.

Die energetische Richtungsangabe

Bevor du dich aber entscheidest, solltest du dir erst einmal wieder einige Dinge bewusst machen. Es ist das eine, eine stimmige Entscheidung zu treffen, doch ist es ebenso wichtig, was du anschließend aus dieser neu gewonnenen Erkenntnis machst. Denn für welchen Weg du dich auch entscheidest – oder auch wenn du dich gar nicht entscheidest –, du sendest immer entsprechende Informationen aus. Und diese gestalten deinen Lebensweg zuverlässig. Denn Entscheidungen sind nicht nur gedankliche Festlegungen, sie sind vor allem auch energetische Richtungsangaben.

Überdenkst du ab und an getroffene Entscheidungen? Oder hast du bereits verworfene Optionen im Nachhinein nochmals überdacht und dich gefragt, ob da eventuell doch eine bessere Lösung gewesen wäre?

Die meisten Menschen wiederholen bereits getroffene Entscheidungsprozesse immer und immer wieder. Irgendwie scheint es in unserer Natur zu liegen, unserem „alten“ Ich nicht so ganz zu trauen und lieber noch einmal nachzutesten. Wenn dir auffällt, dass du einen bereits getroffenen Entschluss nochmals überdenkst, liegt das daran, dass du dich nie ganz für oder gegen diese Option entschieden hast. Diese ungeklärten Situationen erschöpfen dich und deinen Energiehaushalt.

*In vielen Lebenssituationen
haben wir uns nur äußerlich für etwas entschieden,
innerlich aber nie ganz darauf eingelassen.*

Jede Entscheidung, die du nur halbherzig getroffen hast, wird nicht nur von dir selbst, sondern auch von allen Beteiligten immer wieder mal infrage gestellt werden. Verwirrenderweise ist dabei meist nicht offensichtlich erkennbar, dass der aufkommende Unmut eigentlich daher rührt, dass kein eindeutiger Entschluss getroffen wurde und du dich somit in dieser Angelegenheit von vornherein nicht klar positioniert hattest.

Hast du dich beispielsweise nur halbherzig für eine Beziehung entschieden, so kann es durchaus passieren, dass dir dein Partner mit scheinbar unbegründetem Misstrauen begegnet – ganz unabhängig von dem, was du an äußerlichem Verhalten von dir zeigen magst. Er spürt eben auf Seelenebene, wie deine wahre Stellungnahme zu eurer Beziehung aussieht. „Wartepositionen“ erhalten von dir niemals die Energie, um sich in dir wirklich zur Ruhe begeben zu können und in einer Situation angekommen zu sein. Dasselbe gilt natürlich für deinen Beruf. Fühlst du dich nur als „Durchlaufposten“ besetzt und schielst eher in Richtung einer anderen Position oder Stelle, so kannst du deinen aktuellen Ort auch energetisch nie ganz ausfüllen. Denn selbst wenn du eigentlich eine andere Richtung einschlagen möchtest, kennt deine Energie nur den jetzigen Zeitpunkt und merkt, ob du diesen nutzt und dich vollständig hineingibst. In all diesen Fällen zeigt deine Energieverteilung genau an, dass du nur „fast“ bei der Sache bist, und dann kann es auch nicht „ganz“ gut werden!

Ebenso verhält es sich, wenn du dich in eine innere Schutzposition begeben hast. Nicht nur in Bezug auf die Be-

ziehungen, für die du dich nicht wirklich entschieden hast, verwehrst du dir die Möglichkeit zu wahrer Hingabefähigkeit, sondern das passiert auch bei Beziehungen, die du mit dem Hintergedanken *nicht verletzt werden zu wollen*, eingegangen bist. Du wirst auf diese Weise nämlich gar nicht erst in der Lage sein, deren wahre Qualität vollständig zu erfahren. Wenn du aus einem Schutzbedürfnis heraus handelst, so werden dieser Gedanke und diese Energie immer zwischen dir und der Tätigkeit oder dem jeweiligen Menschen stehen. So kann kein authentischer, freier Energiefluss entstehen.

Natürlich steht es dir frei, mit deiner Energie umzugehen, wie es dir selbst stimmig erscheint; doch eine solche Art der Entscheidung ist im Grunde eine starke Aufspaltung deiner wundervollen Lebensenergie.

*Eine Entscheidung ist getroffen,
wenn du deine Energie gebündelt in eine Richtung sendest
und den Dingen somit die Möglichkeit gibst,
sich tatsächlich zu entwickeln.*

Das heißt nicht, dass du dich dieser Sache für immer verschreiben musst. Lediglich für *diesen Moment* solltest du der Energie der getroffenen Entscheidung die Möglichkeit geben, sich vollständig auszubreiten. Erst dann machst du aus zwei Energien ein neues Ganzes und kannst erfahren, ob es im Alltag wirklich zu dir passt.

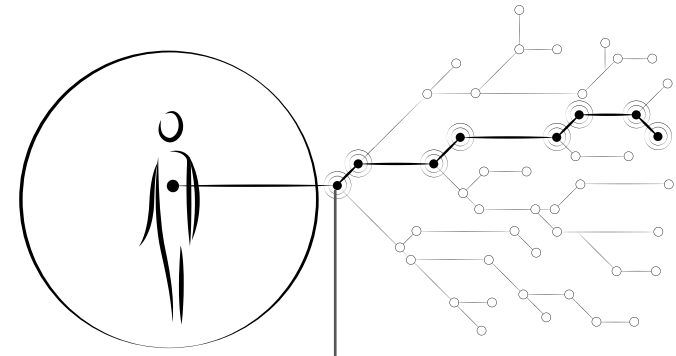
Eine innerlich vollständig abgeseignete und angenommene Entscheidung schlägt sehr hohe Wellen, die wiederum mit ganz bestimmten anderen Energiewellen übereinstimmen, harmonisieren und kraftvoll zu strömen beginnen. Sobald du dich ganz, also mit all deinen Energieteilchen, in Gedanken und in deinem Gefühl für etwas entschieden hast, sendest du

deine Energie und Aufmerksamkeit auch vollständig in diese Richtung. Das bedeutet, du bekommst viel mehr von dem zurück, wofür du dich entschieden hast.

Es generieren sich also augenblicklich viele neue Wegbeziehungen, wenn du dich ganz *für* etwas entschieden hast. Aber ebenso, wenn du dich klar *gegen* etwas ausgesprochen hast, das du als nicht stimmig getestet hast. Dies führt dazu, dass du einem anderen Gedanken und einer anderen Energie Platz machst, zu der diese bestimmte Entscheidungsoption viel stimmiger passt. Sich deutlich gegen etwas zu entscheiden, schafft ein wenig mehr innere Klarheit. Machst du auf diese Weise Platz für Neues, so ist die Einladung bereits ausgesprochen. Keine zu vergebende Position deines Lebens wird lange unbesetzt bleiben, wenn du sie innerlich vollständig freigibst und diesen befreienden Entschluss mit einem wohlwollenden Gefühl versiehst. Die Entscheidung ist dann gefallen. Du hast die Weichen klar gestellt, wodurch deine Energie ungehindert in einer nicht unterbrochenen Linie weiterfließen kann. Durch eine klare Ja- oder Nein-Entscheidung stellst du immer die Weichen für den Fluss deiner Energie.

Erst wenn du dich aber vollständig für etwas entschieden hast, tauchen wieder neue spannende Beziehungen auf deinem Weg auf. Augenblicklich tun sich neue Türen auf und du kannst wieder in dich einfühlen, durch welche du hindurchgehen möchtest.

Solange du dich jedoch in womöglich mehreren unentschiedenen Situationen befindest, teilt sich der Fluss deiner Energie in viele kleinere Verästelungen auf und gibt keiner Richtung so recht die Kraft und Qualität, die sie zur Umsetzung im Leben bräuchte.



Ganzheitliche Entscheidungen bringen dir immer mehr stimmige Situationen.

Auch wenn deine innere Stimme anfangs vielleicht noch recht zarte Auskünfte gibt, ändert sich das schnell, sobald du regelmäßig auch nach deren Hinweisen handelst. Es ist der schnellste Weg, um einen stabilen Kontakt zu deinem Innern zu schaffen. Wenn du jedoch immer und immer wieder dein Inneres nach Antworten befragst und anschließend nur selten danach handelst, wird es dir irgendwann seine Aussage verweigern und sich einen anderen Weg des Ausdrucks suchen müssen!

*Der schnellste Weg,
um eine stabile Verbindung zu deinem Seelenwesen aufzubauen,
ist, auch nach dessen Hinweisen zu handeln.*

Entscheidungen können jedoch auch auf einen späteren Zeitpunkt verschoben werden. Triffst du auf eine Frage, bei der du momentan keine intuitive Antwort ausmachen kannst, so stelle die Frage, ob die Entscheidung erst zu

einem späteren Zeitpunkt getroffen werden soll. Ob das Vorhaben, das du in dir bewegst und zu erfüllen versuchst, vielleicht im Augenblick noch nicht ansteht oder du erst noch mehr Informationen sammeln musst, bis deine innerste Intention ganz klar ist. Denn manchmal zeigt sich dir auch gar keine Antwort. Versuche dann dieser fehlenden Antwort auf den Grund zu gehen, indem du sie mithilfe anderer Gesichtspunkte noch einmal abfragst. Ansonsten stellst du einfach die Frage: „Option zu einem anderen Zeitpunkt auf ihre Stimmigkeit hin prüfen?“

Außerdem kann es vorkommen, dass du einfach noch nicht bereit bist, ein für stimmig befundenes Ergebnis auch wirklich zu leben. Weil es dir möglicherweise noch Angst bereitet oder du genau weißt, dass es dich erst einmal in eine schmerzliche Situation führen würde. Und dazu bist du im Herzen vielleicht noch nicht bereit.

Hier bist du natürlich nicht dazu gezwungen, ein inneres, als stimmig erkanntes Testergebnis anzunehmen. Kein Schubsen, Stoßen oder Drängen deiner Welt wird dich dazu bringen können, ganzheitliche Entscheidungen zu treffen. Jeder von außen getriebene Entschluss wird nicht dauerhaft in deinem Inneren Bestand haben können. So zum Beispiel Entscheidungen, die du aufgrund des Drängens deines Partners oder deiner Freunde getroffen hast, die vielleicht sogar stimmig sein mögen, doch eben noch keine wahren Wurzeln in dir gefunden haben. Und manchmal nehmen wir unsere eigene innere Stimme als eine sehr befremdlich anmutende wahr, wenn sie uns zu Schritten rät, die uns vielleicht erst einmal Existenzängste oder Kummer bereiten würden.

Über die Zeit hinweg und durch vielerlei Erfahrungen wirst du aber feststellen, dass dir diese inneren Wege stets

optimal zuträglich sind. Sie wollen dich nicht geißeln oder zu etwas drängen, wozu du eventuell noch nicht bereit bist. Denn erst, wenn es zu deinem eigenen Bestreben geworden ist, nach dieser inneren Entscheidung zu handeln, wird auch dein Herz seine Ängste loslassen können und zielgerichtet auf das zustreben, was dich wirklich erfüllt. Sobald du dich stärker auf dein inneres Wesen fokussierst als auf deine Person, werden allgemein einige persönliche Eigenschaften in den Hintergrund treten und vielleicht sogar verblassen, darunter auch alte Ängste.

Auf keinen Fall jedoch solltest du das getestete Ergebnis einfach unterdrücken. Daraufhin nimmt dein Inneres nämlich an, du hättest das Ergebnis gar nicht verstanden, und wird andere Wege finden, um dir etwas „nachdrücklicher“ zu zeigen, was es dir eigentlich sagen wollte ...

Alternativ könntest du einfach vereinbaren: „Ich habe das Testergebnis wahrgenommen, stelle es jedoch noch zurück, da ich noch nicht bereit bin, es gedanklich und physisch in mein Leben zu integrieren und umzusetzen. Ich werde dieses Ergebnis nicht unterdrücken, ich bin lediglich noch nicht bereit für dessen weltliche Auswirkung.“

*Wenn du die Dinge freilässt,
bewegen sie sich immer von selbst und zu sich selbst.*

Die innere Struktur jeder Wesenheit und deren stimmige äußere Entsprechung ziehen sich permanent gegenseitig an und finden erst Entspannung, wenn sie sich wie zwei Puzzleteile zueinanderfügen dürfen. Gedanken der Suche und Gefühle der Unruhe lassen dann von dir ab.

Stimmiges hat die Fähigkeit, vom einen zum nächsten zu führen. Stimmige Entscheidungen verhalten sich im Gegen-

satz zu Verstandesentscheidungen interessanterweise nicht eindimensional. Es werden immer verschiedene Aspekte miteinander verquickt, die du vorher gar nicht in Betracht ziehen konntest. Vielleicht siehst du dir zum Beispiel eine neue Wohnung an und lernst dabei „zufällig“ einen neuen Arbeitgeber oder Kunden kennen. Zu vielen Gelegenheiten macht gelebte Stimmigkeit einfach nur sprachlos, weil alles so spielerisch und auf ganz andere Weise „logisch“ geschieht. Es fühlt sich beinahe an, als wäre es ganz selbstverständlich, zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein. Vergiss dabei jedoch nie, dass es natürlich trotzdem an dir liegt, mit den Menschen in Kontakt zu treten und wenn nötig die Initiative für neue Unternehmungen zu ergreifen.

Bevor wir diese wahrhaft schwingende Welt wieder zu unserer eigenen entwickeln können, müssen wir unser Gespür für innere Stimmigkeit schulen und zum stärksten inneren Instrument machen, das heißt nichts anderes, als sich selbst vertrauen und sein eigener bester Freund und Ratgeber werden.

*Wenn sich mit einem Mal alles zueinanderfügt
und sich übereinstimmende Dinge treffen,
ist das die Begegnung mit Synchronizität.
Ausgelöst durch stimmige Entscheidungen.*

So könnte es deine erste ganzheitliche Entscheidung sein, deiner inneren Stimme wieder die Kompetenz zu übertragen, die sie naturgegeben in sich trägt. Ihr zu glauben, dass sie die Grundlage deiner Orientierung im Leben ist. Entscheide dich für Achtsamkeit gegenüber deinem inneren Wesen und dessen Intention. Entscheide dich dafür, das zu tun, wofür du hierhergekommen bist. Entscheide dich dafür, keine überflüssigen Worte mehr zu verwenden, wenn du weißt, dass das,

was du durch deine Ausstrahlung ausdrückst, das mächtigste Kommunikationsmittel überhaupt ist. Entscheide dich dafür, mit Sanftmut die Dinge zu verwirklichen, die dir wirklich entsprechen.

Wenn du es denn so möchtest.

Entscheidungssystem 1:

Stimmigkeit – für Allgemeynthemen

Am liebsten wäre uns ein System, das uns ohne Umschweife ein klares „Ja“ oder „Nein“ präsentieren und dabei alle Aspekte unseres Lebens miteinbeziehen würde.

Da aber „Ja“ oder „Nein“ an und für sich keine Bedeutung haben und sich eher recht unbeweglich und starr anfühlen, rate ich dir, diese Begriffe durch „stimmig“ (oder eben „unstimmig“) zu ersetzen. Dein Fühlen kann damit nämlich viel mehr anfangen. Wir sollten versuchen, Fragen möglichst durch bewegliche Systeme zu beantworten und weniger durch ein unflexibles Ja oder Nein. Denn Entscheidungen sollten keine Grenzsituation für dich darstellen, sondern dich fließend und angenehm in eine ausgewählte Richtung weiterleiten.

Dabei gibt es verschiedene Varianten der Fragestellung, die dir die Möglichkeit eröffnen, wirklich in die zu testende Situation hinein zu fühlen. Bestimmte Fragestellungen wiederum entfernen dich weiter von dem, was du herausfinden möchtest.

Fragst du beispielsweise: „Sollte ich dieses oder jenes tun?“ oder „Soll ich das wirklich machen?“, holst du das zu entscheidende Thema nicht in dein Inneres hinein. Doch die jeweilige Option muss dein Inneres erreichen, damit du stimmig erkennen kannst, was wirklich passt! Spürst du in die eben

genannten Fragen „soll ich ... oder soll ich nicht“ hinein, so merkst du, dass es deine Wahrnehmung viel eher ins Außen zieht, also von dir selber weg, nicht in dich hinein – und so entfernst du dich auch von deiner Intuition, die der eigentliche Antwortgeber wäre.

Die Frage „Wie *fühlt* sich diese Entscheidung bzw. Option an?“ hingegen zieht deine Aufmerksamkeit in dein Inneres und du beginnst die Situation in dir „abzuwägen“. Das bedeutet, du kannst sie hier schwingend in dir pendeln lassen, bis sie beim richtigen Ergebnis zur Ruhe kommt. Diese Art von Frage kann nur schlecht mit einem „Ja“ oder „Nein“ beantwortet werden. Viel leichter fällt es dir, sie als „stimmig“ oder „nicht stimmig“ zu empfinden.

Was uns dabei nochmals bewusst sein sollte ist, dass „stimmig“ nur für die Verbildlichung zweier Energien steht, die wunderbar miteinander schwingen. Es ist also das Abbild der Energiestruktur deines möglichen Entschlusses, den du fokussiert hast, in Bezug auf die Struktur deines inneren Wesens.

Doch wie erkennt man nun dieses Stimmigkeitsgefühl und wie kann man es von Herzensempfindungen unterscheiden, auf die doch sonst so viel Wert gelegt wird, im Sinne von „höre auf dein Herz“?

In einem ersten Schritt empfehle ich dir, genau zu definieren, wie sich eine stimmige Konstellation in deinem Inneren anfühlt. Du prägst dabei im Grunde deinen Verstand so, dass er auf eine passende innere Konstellation mit dem Begriff „stimmig“ reagiert.

Zuvor sollten wir noch klären, was eigentlich das Gegenteil der Antwort „stimmig“ sein sollte. Falls sich eine Entscheidungsoption als „unstimmig“ in deinem Bauchgefühl, also in

deiner Intuition, darstellt, so bedeutet dies, dass dein Wesen und die Option nicht wirklich vereinbar sind. Also zusammen kein ungehindert fließendes Ganzes bilden können.

*Sei dir immer liebevoll bewusst,
dass „unstimmig“ dir den eindeutigen Hinweis darauf gibt,
dass es „eine andere stimmige Option“
für diese Entscheidung gibt!*

Wie du vielleicht jetzt schon vermuten magst, ist Unstimmigkeit nämlich nicht das Gegenteil von Stimmigkeit. Vielmehr stecken hinter „unstimmig“ alle anderen Möglichkeiten, die aber eben kein passendes Puzzleteilchen für dich als Ganzes sein können. Die beiden Testergebnisse „stimmig“ oder „unstimmig“ können sogar sehr nahe beieinander liegen und doch kann nur eines der beiden exakt stimmen und das andere eben nicht. Keine Sorge, du wirst es genau spüren lernen.

Denn die eine Option führt zu einem Empfinden völliger Ruhe und Tiefe und signalisiert dir ein Ende deiner inneren Suche. Das andere wiederum will und will einfach nicht so recht von selbst in dir andocken und hält in deinen Gedanken die Ahnung aufrecht, dass es sich doch irgendwann einfach ablösen könnte, wenn du es für einen Moment nicht richtig festhältst.

Bevor du beginnst, intuitive Entscheidungen für dich auszutesten, solltest du in dir zunächst ein klares Gefühl zu „stimmig“ und „unstimmig“ abspeichern, sodass du diese in Zukunft deutlich und schnell voneinander unterscheiden kannst. Denn das ist einer der faszinierenden Vorteile von intuitiven Entscheidungen: Einmal in deinem System installiert, geht es von nun an sehr schnell, sich zu entscheiden. Dann kannst du deine Energie eher in Überlegungen inves-

tieren, schlüssige und stimmige Alternativen zu unstimmigen Ergebnissen zu finden. Und vor allem deine Gefühle diesen getesteten Ergebnissen anzugleichen, damit du auch das dementsprechend Stimmige anziehen kannst und unstimmi-ge Gedanken aus deinem Energiesystem entfernst.

Noch etwas: Wenn du beginnst, nach innerer Stimmigkeit zu entscheiden, findest du dich natürlich nicht mehr nur in sicher gewählten Situationen, die dein Herzempfinden ausgewählt hätte. Sie wird dich eben auch zu Umständen bringen, durch die du sehr schnell bemerkst, dass du in deinem Herzen noch einige ungelöste Mechanismen verankert hast.

So ist es höchste Zeit, diese zu entdecken und zu lösen. Stimmige Entscheidungen geben dir so die Chance, zu Dingen zu finden, die wahrlich zu dir passen, und zugleich deine noch ausstehenden Gefühlsbarrieren zu bereinigen, sodass du letztendlich dein „Herz“ immer mehr dazu befähigst, weitere stimmig zu dir passende Menschen, Dinge oder Situationen anzuziehen.

Übung: Installiere Stimmigkeit

Schließe deine Augen und verschiebe dein Wahrnehmungszentrum wieder sanft vom Bereich deines Kopfes hin zu deiner eigenen Mitte, an den Ort deiner wesenseigenen Intuition. Von hier aus wirken die Informationen deines Seelenwesens durch deinen Körper hindurch über deine sichtbare Umgebung hinweg und weiter in deine Welt hinein. Alles ist geprägt von deinem spezifischen Seelencode. Dein Körper, deine Organe, dein Herz, jeder Bereich deines feinstofflichen Körpers weiß von diesen Informationen und passt sich diesen an, sobald sie von ihm durchdrungen werden.

Die Antworten deiner inneren Stimme werden für dich im Bereich deines Ankerpunktes im Körper fühlbar und steigen später als Wortbild erkennbar in dir auf. Sodass die Ergebnisse als Wort in deinen Gedanken angezeigt und verstanden werden können.

Wie fühlt sich für dich Stimmigkeit an?

Zunächst einmal solltest du definieren, wie sich dein Stimmigkeits-Empfinden anfühlt oder vielleicht aussieht. Fühle in dich hinein und halte währenddessen das Wort „stimmig“ vor deinem inneren Auge. Hierdurch verknüpfst du dein Fühlen mit dem entsprechenden Begriff, sodass du bei künftigen Testungen nur noch kurz hinspüren musst und diesen Begriff sofort gedanklich angezeigt bekommst.

Tauche in deine ganz persönliche Stimmigkeit ein. Alle Umstände und Konstellationen, die für dich stimmen, schwingen absolut harmonisch mit dir. Sie fließen in sanften Wellen durch deinen Körper, ohne auf abwehrende Hindernisse zu treffen. Hin zu deinem Innersten, das sich augenblicklich voller Sehnsucht für diese Dinge einladend öffnet. Sie haben die einzigartige Fähigkeit, dein Zentrum, deinen Ursprung zu berühren und zu öffnen, um anschließend ganz tief in dich hinein zu sinken. Sie dürfen ungehindert in dich eintauchen und ihre Energie in dir ausbreiten. Es existieren hierbei keine inneren Barrieren, die diese spezifische Energie hindern, mit dir in Kontakt zu treten und mit dir eins zu werden. Dieser Vorgang entspricht deinem Wesen und lässt dich mit sanfter, doch gleichzeitig bestimmter Kraft strahlen und voller Sicherheit in dir ruhen.

Zwei Schwingungen, die sich stimmig begegnen, können so in Einklang miteinander schwingen, dass sie die Klärung und gegenseitige Anpassung ermöglichen.