

NEWSLETTER

Okt. 2010



Dieser Newsletter enthält Himmlisches und Irdisches, Tipps und Termine. (Erscheinungstermin in unregelmässigen Abständen, mehrmals pro Jahr). Der Einfachheit halber habe ich alles in der Du-Form verfasst.

Himmlisches:

Die violette Flamme – Wie wir mit dieser im Alltag arbeiten können

Eine kleine Übung zur Reinigung und Stärkung:

Die violette Flamme ist ein hohes geistiges Instrument, welches uns vom aufgestiegenen Meister St.

Germain zur Verfügung gestellt wurde. Wir können die violette Flamme nutzen, um uns, andere oder eine Situation zu reinigen, zu heilen (oder die Heilung zumindest gut unterstützen) oder zu transformieren. Dazu begeben Sie sich an einen ruhigen Ort, wo sichergestellt ist, dass Sie für etwa 10 bis 15 Minuten Ruhe haben. Setzen Sie sich bequem hin (Liegen geht auch, aber es birgt die Gefahr einzunicken). Schließen Sie die Augen und visualisieren - d.h. stellen Sie sich geistig vor - wie eine Flamme vor Ihnen auftaucht, sie ist anfangs vielleicht gelb oder golden... beobachten Sie, wie sie in Violett wechselt.

Dies geschieht alleine durch Ihre Vorstellung und Ihre Absicht. Visualisieren Sie, wie die Flamme größer wird, wie sie immer weiter wächst, und bald so groß ist wie Sie selbst oder Sie vielleicht sogar ein wenig überragt. Stellen Sie sich vor, wie Sie in die Flamme hineintritt, oder lassen Sie sie alternativ auf Sie zukommen und verschmelzen Sie mit ihr (probieren Sie aus, was besser klappt). Lassen Sie sich durchfluten von den Strahlen der violetten Flamme. Baden Sie in ihren violetten Strahlen und spüren Sie, wie es Sie entspannt. Bitte die violette Flamme, alles was IN DIR, AN DIR und AUF DIR ist und was entweder negativ ist oder nicht zu Dir gehört (damit sind Energien gemeint, die wir alle tagtäglich von anderen Menschen oder der Umwelt aufnehmen) von Dir zu entfernen, Sie davon zu reinigen. Bleiben Sie noch einige Minuten oder solange es sich gut anfühlt in der Energie der violetten Flamme. Bevor Sie beschließen, wieder ins Hier und Jetzt zurückzukommen, spüren Sie bewusst den Boden unter Ihren beiden Fußsohlen, atmen Sie tief ein und aus und öffnen Sie die Augen.

Es ist ratsam, diese Reinigungsübung täglich am Morgen oder abends durchzuführen. Grund: In unserer Zeit nehmen Hektik und das Gefühl von Stress immer mehr zu. Dies können wir auch bei fast allen Menschen mit denen wir täglich zu tun haben beobachten. Dadurch entstehen einerseits

Schlacken im physischen und feinstofflichen Körper, andererseits fühlen wir uns geistig und seelisch oft völlig „zu-ge-müllt“ -> Um die Schlacken und den Müll nun wieder loszuwerden, hat sich die Arbeit mit der violetten Flamme zur Reinigung bewährt.

Solltest Sie nicht jeden Tag Zeit dafür aufbringen können, so ist es natürlich besser, die kleine Übung ab und zu zu machen statt überhaupt nicht.

Noch eine Ergänzung - aus aktuellem Anlass

Wie in den letzten Tagen immer mehr durchsickert, ist das Ausmaß des Aluminiumfabrik-Unfalls in Westungarn weitaus größer, als zuerst vermutet. Dort war am Montag vergangener Woche in einem Aluminiumwerk Giftschlamm aus dem Sammelbecken ausgetreten. Der nächstgelegene Fluss Marcal wurde inzwischen ökologisch für tot erklärt, teilte der WWF mit. Im Moment versuchen die Behörden trotz gegenteiliger Meldungen von Umweltorganisationen das Dilemma herunterzuspielen. Sie erklärten, die Donau und andere große Flüsse wären nicht bedroht, gleichsam bestünde keine Gefahr für die Menschen. Da die Erde und ihr empfindliches Ökosystem jedoch unmittelbar betroffen sind, braucht der Planet unsere Unterstützung.

Daher werde ich 2 x (am Freitag 15.10. und Sonntag 17.10.10 je um 21 Uhr) eine Meditation durchführen, in welcher die Heilkraft der violetten Flamme über dem betroffenen Gebiet zirkulieren wird, dabei die betroffenen Gebiete von Mutter Erde REINIGT und HEILT und vorhandene Schäden an der Erde und dem Wasser und deren Bewohnern - soweit machbar - eindämmt.

Wer mitmachen will, kann sich gern beteiligen. Denn viele erreichen mehr als einer! Dazu bitte ich Dich, kurz vor 21 Uhr ein ruhiges Plätzchen aufsuchen, die Augen zu schließen und die violette Flamme der Reinigung vor Deinem geistigen Auge erscheinen lassen. Schicke die Flamme dann räumlich nach Ungarn in das betroffene Gebiet (alleine Deine Absicht hierzu genügt, dass es funktioniert). Stelle Dir vor, wie die violette Flamme über dem betroffenen Gebiet dort zirkuliert, wie sie (vielleicht ähnlich einem riesigen Staubsauger) von der Luft aus die Verschmutzung aufnimmt, solange bis Mutter Erde und die betroffenen Gewässer gut gereinigt sind (Ich werde die Energie ca. 15 Minuten halten. Du kannst natürlich eine Uhr in Sichtweite platzieren, oder nach Deinen Gefühl gehen, es wird Dir sagen, wann es genug ist). Stelle Dir dann vor, wie die violette Flamme all die aufgenommene Verunreinigung „in sich – in ihren Flammen quasi!“ aufzulösen vermag und transformiert. Vielleicht siehst Du sogar, wie der Schmutz sich in Nichts auflöst. Vielleicht nimmst Du auch ein paar fleißige Engel wahr, die ihn abtransportieren. Egal, wie es sich Dir geistig zeigt, nimm es an. Wenn Du soweit bist, bedanke dich bei der violetten Flamme, nimm bewusst über beide Fußsohlen die Verbindung mit der Erde wahr und öffne nach einem tiefen Atemzug die Augen.



...anke fürs Mitmachen!

Irdisches:

Beziehung – wieso merkt mein Partner das denn nicht?

Wenn es um Paarbeziehungen geht, so haben viele Menschen eine „Er-wartungs-Haltung“. Sie erwarten (warten also darauf) vom Partner, dass dieser auf einen eingeht, rücksichtsvoll ist, sich liebevoll verhält, sich klar ausdrückt was er/sie denkt, fühlt und möchte Wenn wir Glück haben, geschieht das. Unser Gegenüber ist so wie wir es wünschen, ist rücksichtsvoll, liebevoll, geduldig, äußert sich klar. Dann sind wir zufrieden. Nun gibt es aber gerade in engen Beziehungen eine ständige „Wechsel- bzw. Spiegelwirkung“. Das heißt, unser Gegenüber spiegelt uns wider und umgekehrt.



Ein fiktives Beispiel aus dem Alltag: Wir erwarten, dass unser Partner sich bei Problemen nicht mehr so verschließt und zurückzieht, wenn er gekränkt ist. Denn unter seinem/ihren Rückzug leiden wir, fühlen uns von ihm/ihr nicht ernstgenommen, und vor allem in diesen Momenten NICHT GELIEBT. Wir erklären dies dem Partner auch in einer geeigneten Minute. Nun sagt der Partner aber – der darf ja auch seine Meinung kundtun – was ihn an uns stört, und ihn umgekehrt an unserer Liebe zweifeln lässt, das mag z.B. unsere Art sein, sich sehr direkt auszudrücken, ohne auf unsere Worte oder unseren Tonfall zu achten. Wir registrieren dies, und wollen es uns merken. Unser Partner ist uns ja schließlich wichtig. Einige Zeit später gibt's eine erneute Meinungsverschiedenheit. Wir re-agieren wie immer spontan und direkt (re-agieren heißt: wir liefern eine Reaktion auf eine Aktion unseres Partners. Dies geschieht aus einer Art Automatismus. Wir handeln nicht frei und nicht aus der aktuellen Situation heraus. Stattdessen re-agieren wir, verfallen in unser gewohntes Verhaltensmuster.) Um beim Beispiel zu bleiben: Wir sagen sofort und ohne Umschweife, wo er unserer Meinung nach falsch liegt. Daraufhin zieht sich der Partner zurück und verfällt in sein gewohntes vielleicht stundenlanges Schweigen.

Was ist falsch gelaufen? Wir haben vom Partner erwartet, dass er/sie SICH ÄNDERT. Dabei haben wir jedoch unseren eigenen gewohnten Automatismus übersehen. Wir haben im Grunde BEIDE reagiert wie immer. Einer war wie immer sehr direkt, mit Worten und vielleicht auch im Tonfall, der andere war davon geschockt und überrumpelt, dass er sich wie immer zurückzog. Nun sitzen beide wieder mal da, verzweifelt, wütend...und fragen sich, WIESO KAPIERT DER/DIE DAS NICHT?

Und wenn es schon zum x-ten Mal so gelaufen ist, fragt sich mancher: Ist er/sie überhaupt der richtige Partner?

Nun gibt es sicher Paare, die bei aller Liebe und gutem Willen einfach auf Dauer nicht miteinander klarkommen. In gar nicht wenigen Fällen gibt es aber (geistige) Lösungen ...

Daher frage Dich selbst ehrlich: Will ich genau mit diesem Menschen eine Partnerschaft leben? Wenn Du aus tiefem Herzen heraus sagen kannst: **JA**, Das ist der Mensch, den ich an meiner Seite haben möchte, mit ihm/ihr möchte ich eine Beziehung führen, auch Tiefpunkte durchstehen und bin bereit, aktiv meinen Teil dazu zu geben, so lohnt es sich folgendes einmal auszuprobieren->
1. Habe unbedingtes Vertrauen: Zum ersten in Deine Partnerschaft als Institution und zum zweiten in Deinen Partner als der Mensch der er/sie ist. Dazu gehört, dass Du in jedem Fall positiv und liebevoll über deinen Partner denkst.

Wenn das Vertrauen in Deine Partnerschaft schwankt, so mag es sinnvoll sein, wenn Du Dir **positive Affirmationen hierüber erstellst. Ein Beispiel:** „Ich bitte für mich und _____ (Name des Partners/Partnerin) um ein gutes gegenseitiges Einfühlen und um einen liebevollen achtsamen aufrichtigen Umgang miteinander. Möge jeder von uns zwei liebevoll auf seinen Körper und seine seelischen Bedürfnisse achten und die Dinge angehen, die im JETZT und aktuell angegangen werden sollen. Ich bitte um einen gemeinsamen Lebensweg für mich und _____ (Name des Partners/Partnerin) auf dem jeder von uns glücklich mit dem anderen und mit seinem Leben ist. Danke. Es ist gut, Affirmationen ca. 2x tgl. bewusst zu formulieren, entweder gedanklich oder noch besser ist es, diese auszusprechen. Alleine dadurch, dass Du dies regelmässig machst, sendest Du geistig quasi Energien der Liebe und des Vertrauens in die Beziehung, was im Außen dann Wirkung zeigen kann.

2. Sei Dir auch klar darüber, dass des Rätsels Lösung oft auch darin liegen mag, zu geben, was Du Dir vom anderen wünschst. Wenn Du mehr Einfühlvermögen von ihm/ihr wünschst, so sei bereit, es ihm/ihr zu geben. (Das kann heißen, weniger direkt zu sein, und die eigenen Worte mehr abzuwägen, oder sich nicht mehr dem ersten Impuls folgend zurückzuziehen, sondern zu bleiben und das Gespräch zu suchen.)

Frage anfangs nicht, was Du zurückbekommst, und wann Du es bekommst. Denn einer muss anfangen. Fang an – wenn Du möchtest.

Ich weise darauf hin, dass o.g. Tipps auf meinen Beobachtungen beruhen und von mir für gut befunden wurden. Jedoch soll es keine Allgemeingültigkeit darstellen, und mag auch nicht für jeden zutreffend oder umsetzbar sein. Auch kann es natürlich nicht JEDE Beziehung kicken, die nicht (oder nicht mehr) funktioniert, da es auch auf den freien Willen des Partners ankommt. Wer innerlich jedoch eine Resonanz dazu spürt, soll sich gern eingeladen sehen, diese geistigen Wege einmal über einige Zeit (ein paar Wochen z.B.) auszuprobieren...



Herbstliche Tipps:

Kastanien (in diesem Jahr gibt's nicht ganz so viele, aber man wird trotzdem fündig) und von der Natur buntgefärbte Blätter sammeln und die Wohnung herbstlich dekorieren. Bringt Farbe und einen Hauch von Natur in die eigenen vier Wände, gerade für Stadtmenschen oft wichtig, um sich ausgeglichen zu fühlen.

Gerade auch in der kühleren Jahreszeit ratsam: Sich Kraftplätze in der Natur suchen, z.B. in der Nähe von großen alten Bäumen oder wo immer Ihr Euch wohlfühlt, und das Gefühl habt aufzutanken. Ein Aufenthalt von wenigen Minuten dort kann verbrauchte Kraft zurückgeben. Spürt bewusst über Eure Füße den Kontakt mit Mutter Erde. Stellt Euch vor, wie Ihr verwurzelt seid mit dem Planeten.

(Duft-)Kerzen besorgen und anzünden

Wer es mag: Rot, Orangetöne und Gelb tragen. Das erinnert nochmal an die Wärme und Energie des zurückliegenden Sommers. Von der energetischen Wirkung her wärmt Rot übrigens am besten (Frostbeulen aufgepasst) und alles Gelbe und Orange munter auf (mildes Antidepressivum)

Alternativ: einen größeren Kürbis kaufen und aushöhlen, von Innen beleuchten und aus dem Fruchtfleisch eine leckere fröhlich-gelbe Suppe kochen!



Noch ein Buchtipp (Passt im Hintergrund auch ein wenig zum obigen Beziehungsreport)
„Mutige Seelen“ von Robert Schwartz, erschienen im Ansata Verlag.

Für alle, die sich immer wieder fragen: Warum passiert(e) gerade mir so etwas? Was soll/kann ich aus diesem Teil meiner Lebensgeschichte lernen? Wieso bin ich hier? Was ist der Sinn meines Lebens?

Dieses Buch vermag so manche Antworten zu liefern.



Terminliches:

Es finden in 2010 noch 3 Seminare statt.

Kartenlegen nach Madame Lenormand

am 06.11.2010 Anfängerseminar, Dauer 1 Tag, Energieausgleich 120.- €

am 04.12.2010 Fortgeschrittenenseminar, Dauer 1 Tag, Energieausgleich 130.- €

Reiki

am 27.11.2010 Reiki-Seminar 2. Grad nach Usui, Dauer 1 Tag, Energieausgleich 270.- €

Einzelseminare gebe ich auf Anfrage gern. Diese sind nach individueller Terminabsprache an den Tagen Montag bis Samstag möglich.
Seminartermine für 2011 erstelle ich im Laufe des November 2010, diese sind dann auf meiner Homepage unter www.kianaa.de und im nächsten Newsletter zu lesen.

Solltest Du den Newsletter nicht mehr erhalten wollen, so gib bitte kurz Bescheid, ich lösche Dich dann sofort aus dem Verteiler.

Bilder - Quelle: www.bilderkiste.de

Impressum: Kianaa -Mediale Lebensberatung
Karin Wagner-Findl
Pickelstr. 10
80637 München
Telefon 089 – 12 30 92 58
email: die-innere-mitte@gmx.de
Website: www.kianaa.de