



Hör mal, wer da spricht!

Text: Maria Obermair

„Hallo? Ich bin`s! Dein inneres Ich! Deine innere Stimme! Kannst du mich hören? Ist hier jemand, der auf mich hört?“ Keine Antwort... Diese Stimme ist einsam...

Die interne Verbindung ist unterbrochen. Der dazugehörige Zuhörer ist nicht auf „Empfang“ gestellt. Besser gesagt, der Frequenzbereich ist falsch gestellt. Genau dieser Mensch sitzt gerade zu Hause vor dem Fernseher. Die Lautsprecher sind lauter gestellt als die eigene innere Stimme. Oder genau diese Person fährt gerade mit dem Auto und lenkt sich mit Musik & Co ab. Oder hockt stundenlang irgendwo und spielt mit dem Smartphone. Wann kehrt endlich Ruhe ein, damit die eigene innere Stimme überhaupt vernommen werden kann?



Foto: © Janina Dierks - Fotolia.com

Instanz Herz-Intelligenz

Das Herz spiegelt den Geist und die innere Weisheit des Menschen wieder. Betrachte Dein Herz als Kaiser, der über sein Land bestens Bescheid weiß. Er schaut aufmerksam auf sein Land und ist in gutem Kontakt mit allen, die in diesem Reich für Gelingen sorgen. Er ist über Missstände informiert und handelt rasch, um wieder Gleichgewicht im seinem Gebiet herzustellen. Dein innerer Kaiser achtet auch auf die Liebe im Reich, auf das Lachen und Glücklich-Sein und auf die wahre vollkommene Schönheit des Landes. „Wahre Schönheit kommt von innen“, eine alte Weisheit! Zusammengefasst erlaube ich mir zu behaupten: *„In Verbindung mit dem Herzen und der Herzstimme zu sein, fördert einen gesunden Körper und ordnet die Gefühlswelt“.*

Instanz Bauchgefühl und Intuition

Stell Dir vor, Dein Darm besitzt dieselben Botenstoffe und Hormone, die in Deinem Gehirn nachweisbar sind. Dein „Intelligenter Darm“ kann manches in Deinem Leben leichter machen. Ein einfaches Beispiel zur Veranschaulichung: Du stehst vor einem Regal im Supermarkt und möchtest Äpfel kaufen. Es gibt zwölf verschiedene Sorten. Welche Sorte nimmst Du? Mit großer Wahrscheinlichkeit legst Du keine Pro- und-Kontra Liste an, damit Du die Wahl triffst! Denn die Zeit reicht nicht aus, um bewusst die besten Äpfel für Dich zu kaufen. Oft entscheiden wir intuitiv, welcher Apfel der Beste für uns ist. Ganz aus dem Bauchgefühl heraus. Die innere Stimme Deines Bauchgefühls – nennen wir sie Intuition - ist eine ursprüngliche, natürliche und wichtige interne Verbindung. *„Auf das Bauchgefühl hören...“*, ist eine alte Weisheit. *„In Verbindung mit Bauchgefühl und Intuition zu sein, ermöglicht es, zu wissen, was dem Körper-Ich gut tut und was nicht, um die richtigen Entscheidungen für das eigene Wohlbefinden zu treffen und damit zufrieden zu sein ...“*

In Verbindung mit sich leben

Jeder Mensch trägt das Körper-Ich in sich. Wer in Verbundenheit mit sich selbst lebt, kann die Stimmen seines Ich's gut wahrnehmen. Das Körper-Ich ist für das gesunde Bestehen von Organen verantwortlich. Dass sämtliche Körperfunktionen aufrechterhalten werden, ist die Aufgabe vom Körper-Ich! Es ist weise und intelligent wie alle weiteren Instanzen, die in Dir eingestuft sind. Jede Deiner Instanzen kann Dich und Deinen Körper auf natürliche Art und Weise vor Unwohlsein und Krankheit schützen. Bist DU in treuer Verbindung mit Dir selbst oder lebst Du abgespalten von Deiner Intelligenz?

Instanz Selbstheil-Reflex:

Der Selbstheil-Reflex ist Körperweisheit vom Reinsten! Wenn Dein Selbstheil-Reflex aktiviert ist, werden Körperorgane, Körperfunktionen und alle Körperzellen geschützt, gestärkt und aufgebaut. Der Selbstheil-Reflex ist DAS Sprachrohr des Körper-Ichs. Die innere Stimme des Körper-Ich's stellt die Verbindung zu Dir selbst her. Bist Du auf Empfang gestellt? Bist Du im richtigen Frequenzbereich? Lausche auf Deine inneren Stimmen von Herz, Bauch und Körper und erkenne Deine wahren Bedürfnisse. Es macht Sinn, die inneren Stimmen wahrzunehmen und

in wertschätzender Verbundenheit mit den Instanzen zu leben.

In Verbindung mit Herz, Bauch und Körper leben heißt...

...„ONLINE Sein“ mit den inneren Stimmen von Herz, Bauch und Körper-Ich

... aus freier Wahl „JA“ zu einem gesunden Lebensstil sagen

... wohltuende Lebensmuster und aufbauende Lebensgewohnheiten bevorzugen

... ein deutliches „NEIN“, bei Dingen wahrnehmen, die dem Körper schaden

... anziehen, was gut tut, und vermeiden, was schlecht ist und negativ wirkt

...das innere Warnsystem nutzen und Signale erkennen, wenn etwas nicht stimmt

... vor schädlichen Einflüssen bewahrt zu sein

... Ungleichgewichte, Schwachstellen und Energieblockierungen erkennen



Maria Obermair
Intern. Fakultät
der Educational
Kinesiology
Foundation,
Brain Gym®
Instructor

Rädlerweg 56/2/5
4030 Linz/Donau
Tel.: 0676 795 0000
office@kinmo.at
www.kinmo.at