

„Endlich in der eigenen Kraft“

Heute möchte ich dich, lieber Leser, persönlich ansprechen. Du willst also auch „endlich in der eigenen Kraft“ sein, selbst wenn der Zustand der Kraft mit Weg und Ziel verbunden ist? Es würde dich glücklich machen, wenn du kraftvoller wärest als im Moment. Na dann kann es ja losgehen, wenn du möchtest. Das, was dich in diesem neuen Engagement wirklich trägt, ist die Kraft deines *Herzens*. Neues Bewusstsein in Ehren, das wird sich aber nur als tragfähig erweisen, wenn es mit „Leib und Seele“ verbunden ist.

Kraft fließt dir von allen Seiten zu, wenn du lernst, sie bewusst als Energie wahrzunehmen. Und kein Mensch und keine Situation kann dir Kraft rauben, wenn du es nicht erlaubst. Diese Tatsache sollten wir sicher alle akzeptieren lernen. Aber in jedem Fall hast du mehr Kraft als du ahnst. Bist du bereit, dich in die vielen Facetten deiner eigenen Kraft einzulassen und sogar neue hochzuladen? KRAFT beinhaltet viele Dimensionen: die physisch-psychische, seelisch-geistige und alle möglichen Formen spiritueller Erweiterung. Kraft ist auch nicht auf einem einspurigen Weg zu erlangen. Und um in unsere volle Kraft zu kommen, müssen wir schon auch Kraft einsetzen.

Möglicherweise hast du dich mit diesem Thema noch nicht sehr beschäftigt, sondern warst eher mit dem Heilen deiner alten Schmerzmuster beschäftigt und hast am Wandel eingefahrener Glaubenssätze gearbeitet. Jetzt aber ist nach viel innerer Auflösungsarbeit endlich ein **Aufbau** dran. Und der fängt damit an, dass du aus dem alten „Klagen und Zagen“ aussteigst und dem sogenannten „Schmerzkörper“ keine Aufmerksamkeit mehr schenkst. Wenn der keine Nahrung mehr erhält, wird er sich allmählich von allein ausschleichen und du frei sein für einen ganz neuen Weg, für den Kraft-Aufbau deiner gesamten Persönlichkeit.

Die ersten elementaren Fragen in Richtung Kraft mögen allerdings schon eine Herausforderung darstellen: Bist du bereit, den großen Schritt zu wagen „von der *Schwäche in die Stärke*“, vom *Opfer zum Schöpfer* und von ‚*Judgment*‘ (*Verurteilung*) *hin zur Liebe*? Das gilt für uns alle. Zusätzlich wichtig ist, dass wir erkennen, dass bei aller spirituellen Entwicklung auch unser physischer Körper „mitgenommen“ und von lichtvollen Energien durchflutet werden möchte und dabei gleichzeitig als Anker dienen sollte für unsere geistigen Höhenflüge.

Der wahre Weg in die Kraft beginnt deshalb mit einer fundamentalen Neu-Ausrichtung, in verstärkter Durchdringung von unserem Hohen Selbst und unserer Seele, jenseits des alten Egos, hin zu einer evolutionären Entwicklung unseres gesamten Seins. Die ist allerdings nur möglich, wenn wir einen totalen **Perspektiv-Wechsel** in unserer gesamten Lebenseinstellung zulassen.

Unser Fokus liegt dann nicht mehr auf all den bisher stark betonten negativen und fehlerhaften Elementen, sondern wird eindeutig auf die uns *stärkenden*, *inspirierenden* und *erhebenden* Facetten unseres Lebens verlegt.

Was allein könnte sich zum Beispiel schon an feiner Kraft in deinem physischen Körper aufbauen, wenn du durch bewusste Atmung den Chi-Fluss anregen und deine sensorischen Fähigkeiten erkunden würdest? Und wie wär's „Mit dem Bauchgehirn zum Erfolg“ oder dem Wiederentdecken deines tiefsten *Lebenstraumes*? Wir Menschen sind als multiple Wesen außerdem in der Lage, nicht

nur Kontakt zu unseren verschiedenen inneren „Teilpersönlichkeiten“ aufzunehmen und mit ihnen konstruktive Gespräche zu führen, sondern können auch von unseren inneren „Intelligenzen“, dem inneren Heiler, Lehrer und Weisen, genau die Hilfen erhalten, die wir für die nächsten Schritten benötigen.

Zu erstaunlichen Resultaten führt auch das Spiel, sich sein eigenes Leben einmal aus erhöhtem Blickwinkel zu betrachten als die „*Reise des Helden*“, der wir selbst sind. Außerdem würde es sicher viel bringen, wenn wir in Zukunft verstärkt die *Schönheit* in uns selbst und in der Welt wahrnehmen, anstatt ständig den Blick auf das Negative zu lenken. Jeder negative Gedanke zieht uns Kraft ab und jeder positive stärkt unser gesamtes System. Du merkst, wohin der neue Weg führt, genau in die Kraft, zu der du bereit bist. Wenn du dabei außerdem immer mehr erkennst, *wer* du wirklich bist, werden deine höheren Führer verstärkt in dir präsent sein und dich bei deinen Vorhaben unterstützen. Hab Freude daran!

Last but not least, „*wir sind geboren, um die Herrlichkeit Gottes zu offenbaren*“, wie Nelson Mandela sagte. Das ist die höchste Kraft, in die hineinzuwachsen für uns zum gegenwärtigen Zeitpunkt ganz besonders ansteht. In uns liegen noch verborgene Kraftpotentiale, die befreit werden wollen. Und unsere irdische Kraft möchte verbunden werden mit unserer göttlichen.

Wir alle haben die Fähigkeit, kraftvoll und glücklich zu sein, wenn wir das aus ganzem Herzen wollen und alles tun, was dafür nötig ist, in Hingabe und Commitment. Ich bin gern bereit, dich dabei zu unterstützen.

Roswitha Köhler, Frankfurt 2014