

Zusammenfassung:

Disziplin ist die höchste Form der Selbstliebe. – Es bedeutet, sich in jedem Augenblick zu entscheiden das Richtige zu tun, um eine größere Belohnung in der Zukunft zu erhalten.

Wir beleuchten die Kausalität von der anderen Seite. Nämlich aus dem Futur zwei: Was werde ich in einem, fünf oder zehn Jahren erreicht haben werden?

Wir lassen die Vergangenheit los. Wenn wir jedoch etwas loslassen, entsteht Freiraum.

Stellt euch das so vor: ihr grabt ein Loch in einem Fluss. Sofort füllt sich das Loch zunächst mit Wasser und mit der Zeit auch wieder mit dem Sediment. Platzierst du z.B. einen großen Stein in das Loch -- hast du es mit etwas Neuem gefüllt. Das Wasser, die Fische und auch das Sediment haben keine andere Wahl als der neuen Konstanten auszuweichen.

Gesundheit - verabschiedet euch von den reflexartigen Aussagen: Ich habe eine Erkältung! Mir tut mein Rücken weh! Ich habe diese oder jede chronische Krankheit und dafür gibt es keine Therapie!

Mit diesen Aussagen bestätigst und verankerst du deine Krankheit in deinem Bewusstsein und entsprechend der Kausalität in dein Sosein. Heilung wird damit unmöglich. Wir nehmen dann Medizin und vertrauen darauf, dass sie uns heil macht.

Eine Affirmation könnte sein: „Das Heilsein das ich bin, löst alles Unheile auf.“ Oder wenn jemand fragt wie es geht: „Mir geht es von Tag zu Tag immer besser und besser.“

Berufung – Bin ich glücklich in dem, was ich tue? Liebe ich das, was ich tue?

Wichtig ist, was willst du noch erreichen? Was machst du mit großer Liebe und Freude? Wo siehst du dich in 5, in 10 oder mehr Jahren? Von was hast du immer geträumt?

Und nun schreibe dein Ziel auf... es darf gerne riesig sein. Es darf utopisch ja gar fantastisch sein. Wenn du das geschafft hast, dann überlege dir wie du es in kleine Bereiche unterteilen kannst. Bis hin zu dem Punkt: Was kann ich ganz konkret jeden Tag tun, um diesem Ziel ein Stück näher zu kommen. Denn machen wir uns bewusst, wenig zu tun ist viel besser als gar nichts zu tun.

Beziehungen – Selbstliebe und Liebe in Beziehungen.

Verliebt sein ist ein Gefühl. Liebe ist eine Entscheidung die wir jeden Tag aufs neue Treffen.

Es bedeutet allem und jedem bewusst liebevoll zu begegnen: angefangen mit sich selbst und den eigenen Gefühlen und Wahrnehmungen. Dann natürlich auch unseren Liebesten aber vor allem auch denen, die wir als herausfordernd wahrnehmen. Zuletzt aber auch allen materiellen Dingen, denn auch diese sind ein Ausdruck des Ganzen.

Kurt Tepperwein nennt das "der perfekte Partner sein". Das bedeutet nicht, dem Partner alles recht zu machen oder alles zu tun was er oder sie will, sondern in der Beobachter-Rolle und ohne Urteil zu bleiben. Es bedeutet auch das vorzuleben, wie man es gerne hätte... ohne Erwartungen.

Materielle Bedürfnisse - Das Leben in der Fülle

Wünsche sind wie Mäuse. Sie vermehren sich ungehindert, wenn man sie nicht kontrolliert.

Bevor wir uns Dinge wünschen, sollten wir zunächst wieder in den Augenblick zurückkehren und die Aufmerksamkeit richten und völlig urteilsfrei fragen: brauche ich das wirklich?

Wenn nicht, super. Wieder ein materielles Etwas weniger, um das du dich kümmern musst.

Wenn ja, dann legst du dieses materielle Etwas auf einen imaginären Altar. Oder du stellst dir den Gegenstand an seinem zukünftigen Platz vor. Dann gehe in Vorstellung der Freude und Dankbarkeit, dass dieser Gegenstand dir nun zur Freude in deinem Leben dient.

Wichtig ist jeweils, dass du dich in der dankbaren Erfüllung des bereits erfolgten Zustands fühlst.

Meditation:

Deine Beine stehen locker aber fest auf dem Boden.

Du fühlst den Stuhl unter deinem Hintern und an deinem Rücken.

Ganz wie von selbst vertraust du dem Stuhl, dass er dich trägt.

Dein Bauch und deine Brust heben und senken sich bei jedem Atemzug

Schultern und Arme sind völlig entspannt und Hände liegen ruhig auf deinem Schoß

Dein Hals und dein Kopf sind schwer und vollkommen in Balance.

Alle deine Gesichtsmuskeln bleiben entspannt

Ganz besonders deine Augen verlieren alle Anspannung.

Du nimmst ganz ruhig deine Atmung wahr und wie dein Körper nun vollkommen zur Ruhe gekommen ist.

In deiner Vorstellung befindest du dich nun in einem dir bekannten Raum.

Der Raum ist dir vertraut und du genießt die Eindrücke.

An einer Wand erscheint eine Türe, die sonst nicht da ist.

Neugierig gehst du darauf zu, öffnest sie und trittst hindurch.

Du stehst auf einem lichtdurchfluteten Bahnhof. Alles ist weiß und hell, sodass die einzelnen Konturen verschwimmen.

Du entdeckst einen weißen Zug mit offenen Türen und gehst drauf zu und steigst ein.

Im Waggon sind viele freie Plätze am Fenster.

Du wählst eine Sitzreihe in der sonst niemand sitzt.

In anderen Reihen nimmst du Personen wahr, die aber ebenfalls ganz in sich gekehrt sind.

Du nimmst Platz und schaust aus dem Fenster und genießt diesen wunderschönen Bahnhof.

Die Türen schließen sich und der Zug setzt sich langsam in Bewegung.

Nach der Ausfahrt aus dem Bahnhof nimmt der Zug Fahrt auf.

Anstelle der Häuser oder der Natur die du erwartet hast, siehst du dein gegenwärtiges Leben in allen Facetten im Außen vorbeiziehen. Deine Beziehungen, deine Arbeit, dein Wohlstand usw.

Nun kommen jedoch neue Eindrücke hinzu, die du gar nicht zuordnen kannst.

Langsam wird dir bewusst, der Zug fährt in deine Zukunft. Es tauchen Ereignisse auf, die du geplant hast. Termine mit Menschen in deinem Leben oder berufliche Termine. Kulturelle Ereignisse.

Neugierig schaust du zu wie am vorbeifahren diese Begegnungen stattfinden.

Die Bilder werden nun immer mehr wage und Zug beschleunigt weiter.

Du siehst wie die Jahre an dir vorbeiziehen und bleibst davon aber komplett unberührt.

Der Zug wird nun langsamer und kommt nun an einem Bahnhof zum Stehen.

Dort angekommen steigst du aus, ganz ohne Eile, dann du weißt, dass der Zug auf dich warten wird.

Du blickst dich um und nimmst einen Ort wahr, den du bereits oft besucht hast und stellst ihn dir vor, wie er wohl nun hier in der Zukunft aussieht. Natürlich kannst du dir auch einen Ort aus deiner Fantasie vorstellen... am Strand mit Blick aufs Meer, in einem Wald oder auf einem Berg. Ganz gleich.

...

...
Während du dich umsiehst und der Ort Form und Vorstellung annimmt, kommt eine Person auf dich zu. Du erkennst sie nicht gleich, aber als sie näher kommt wird dir bewusst, dass es dein älteres Du ist.

Das Bild das sich dir nun zeigt, ist der Mensch der du in deiner Zukunft bist. In der für dich optimalen und wünschenswerten Form. Junggeblieben, sportlich, fit, vital, wohlhabend, gesund und erfolgreich in allen Aspekten des Lebens. ... und allen Aspekten die dir wichtig sind.

....

Ihr begrüßt euch herzlich und umarmt euch.

Nun schaut ihr euch ganz liebevoll in die Augen. Dein zukünftiges Selbst nimmt deine Hände und hält sie fest. Es spricht mit dir und sagt dir vertrauensvolle Worte voller Zuversicht und Liebe.

Ganz deutlich hörst du wie es dich beim Namen nennt und sagt:

Du bist ich und ich bin du. Die weltliche Zeit trennt uns und dennoch sind wir verbunden durch Raum und Zeit und unser Selbst.

Ich begleite dich von nun an, wenn du bereit bist.

Lass mich dein Leuchtturm sein, an dem du dich orientieren kannst.

Bleibe im Vertrauen, dass du alles meistern wirst, was du dir vorgenommen hast.

Habe Geduld mit dir und bleibe in der Selbstliebe.

Alles bleibt gut wie es ist und wie es sein wird.

Ihr bleibt noch eine Weile so stehen. Du prägst dir dieses Bild ein, um es in Erinnerung zu behalten.

Noch einmal umarmt ihr euch, dann trittst du zurück und gehst zurück zum Zug. Es ist Zeit in die Gegenwart zurückzufahren.

Du gehst wieder auf deinen Platz zurück und blickst aus dem Fenster

Dein zukünftiges Du lächelt dich liebevoll an und winkt dir zu.

Du winkst zurück, während der Zug in die Richtung zurückfährt aus der er gekommen ist.

Die Worte die du gehört hast und die Bilder deiner Vorstellung bleiben in deiner Erinnerung als warme und vertraute Umarmung.

Alles bleibt gut wie es ist und wie es sein wird.

Die Bilder auf der Rückfahrt werden etwas klarer. Die eine oder andere Idee blitzt auf, wie du dein Ziel in der Zukunft erreichen wirst.

Der Zug wird nun wieder langsamer und du bemerkst wie er wieder in den Bahnhof einfährt.

Die Türen öffnen sich und steigt aus.

Vor dir erscheint die Türe wieder, durch die du anfangs gekommen bist. Langsam gehst du wieder darauf zu öffnest sie und trittst hindurch.

Du bist nun wieder in dem Raum, aus deiner Vorstellung.

Nimm nun wieder deine Atmung wahr.

Komme langsam zurück ins hier und jetzt.

Öffne deine Augen und sei wieder ganz da.

Wer die Gegenwart genießt, hat in Zukunft eine wundervolle Vergangenheit.

Willkommen zum Gesprächskreis mit Impulsvortrag und Meditation

*Schaffe dir selbst die besten Voraussetzungen
für ein gesundes und segensreiches Leben.*

***Ich lade dich ein, neue Impulse für ein glückliches Sein
in jedem Moment deines Lebens umzusetzen!***

Mein Name ist Samuel Fischer

*Ich lebe in Burgau, Schwaben zusammen mit meiner Frau Sabine.
Wir haben uns zu Kausaltrainern nach Kurt Tepperwein ausbilden
lassen und freuen uns, dieses Wissen teilen zu dürfen.*

Kausaltraining findet Anwendung in allen Bereichen des Lebens:

- *Gesundheit, Beziehung, Beruf und Wohlstand*

Neben den Gesprächskreisen bieten wir:

- *Seminare, Workshops, Coachings und Beratungen an.*
- **Kausaltraining Seminare nach Kurt Tepperwein
finden im Herbst 2024 statt.**

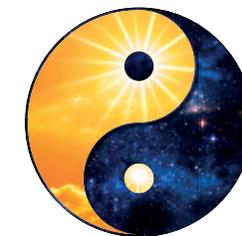
Kontakt:

Samuel & Sabine Fischer

E-Mail: wort-magie@samuel-fischer.de

www.samuel-fischer.de

Tel. +49 171 7964619



*Der nächste Gesprächskreis findet am
Donnerstag, 22. Februar 2024 um 19.00 Uhr
in der Buchhandlung Pfob statt.
Um Anmeldung wird gebeten.*