

Aktueller Brief

Mitte Juli 2011



Liebe Freunde, sehr geehrte Damen und Herren,

ich grüße Sie herzlich von der sonnigen Insel Lesbos, wo wir gerade wieder Menschen mit glücklichen Gesichtern verabschiedet haben, die hier eine Woche Urlaub mit einem Herz öffnenden, klärenden Seminar verbrachten und zur Freude am Leben und zur Liebe zu sich selbst zurückfanden. Für mich ist es immer wie ein Wunder, wie wirkungsvoll ein Mensch innerhalb einer Woche die so lange fest sitzenden inneren Schalter umlegen und seinem Leben eine neue Richtung geben kann. Hier finden Sie nicht nur neue Freunde und einen rundum perfekten Urlaub, die Zeit hier wirkt sich nachhaltig und verändernd auf das Leben und die Lebensstimmung in der Heimat aus. Der Mensch, der hier weg fährt, ist ein anderer als der, der ankam.

In der zweiten Saisonhälfte, die Ende August beginnt, sind noch ein paar Plätze frei. Schauen Sie einmal nach, welches Thema und welcher Seminarleiter Sie anspricht und folgen Sie der Stimme Ihres Herzens. Auch, wenn Sie Ihren Urlaub zu Hause oder woanders verbringen, sorgen Sie dafür, dass Sie bei sich selbst ankommen und viel Zeit mit sich in der Stille und in der Natur verbringen, weniger denkend, mehr fühlend, weniger machend, mehr empfangend, einfach im Da-Sein.

Viele Menschen werden jetzt in der Zeit des kräftigen Hörschwings mit körperlichen Symptomen wie Schwere, Erschöpfung, Schmerzen oder anderen konfrontiert. Sollte das auch bei Ihnen der Fall sein, dann bittet Ihre Seele Sie über Ihren Körper zu prüfen, was nicht mehr stimmt in Ihrem Leben und in Ihrer Beziehung zu ihm. Wie es in der Juli-Botschaft der Geistigen Welt hieß, hat jedes „Nein“ zum und jeder Zweifel am eigenen Lebensweg jetzt sofort Folgen. Prüfen Sie liebevoll und sorgfältig, zu was in Ihrem Leben Sie innerlich kein freudiges JA sagen, was Sie nicht mehr stimmig oder gar schlecht, schlimm oder unerträglich finden.

Unser Herz signalisiert uns immer, wohin es strebt, was es sich für uns wünscht. Was sich voller Freude und leicht anfühlt, hierzu sagt das Herz ein „JA“: **Dort, wo sich etwas schwer, lästig, unangenehm oder unerträglich anfühlt, fordert unser Herz uns auf, eine neue Entscheidung zu treffen.** Im Geist der Liebe zu uns selbst und zu unseren bisherigen Schöpfungen, zu denen alle Bereiche im Außen wie im Innern gehören, insbesondere unsere Gefühle. Dem bewussten, bejahenden Fühlen unserer Gefühle sowie dem bewussten Atmen kommt in dieser Aufräumzeit eine besondere Bedeutung zu.

Denn wo wir unsere Gefühle wie Angst, Wut, Trauer, Scham, Schuld usw. ablehnen und verdrängen, führt dies in diesen Monaten weit schneller denn je zu körperlichen Problemen. Wo der Atem nicht bewusst in Fluss gebracht, wo Gefühle nicht gefühlt werden, wo Konflikte mit Mitmenschen nicht gelöst werden, wo mit einem „Nein“ zum Leben am Morgen aufgestanden und an die Arbeit gegangen wird, dort kann die Energie des Lebens nicht fließen und es kommt zu Blockaden und Störungen in unseren feinstofflichen wie in unserem grobstofflichen Körper.

Sorgen Sie also für einen guten Rhythmus und für Balance in Ihrem Leben. Machen Sie die Dinge wieder bewusst und mit einem großen JA. Oder treffen Sie eine neue Wahl. Jeder Tag will getaktet werden, damit Rhyth-

mus entsteht. Die Mahlzeiten, die Pausen, der bewusste Wechsel von der einen zur anderen Tätigkeit oder zur Muße sind Taktgeber. Regelmäßige Rituale wie das Morgen- und Abendgebet oder die Meditation, das Tagebuch, das Bad, der Gang um den Block oder ins Grüne, das tägliche Lesen in einem nährenden Buch oder einer Tageskarte, der bewusst und mit Genuss getrunkene Tee oder Wein, das Genießen herzöffnender Musik oder der Tanz dazu, der wöchentliche Austausch mit lieben Freunden mit gemeinsamem Mahl – die Liste der Möglichkeiten, mit denen Sie im Fluss, Genuss und Rhythmus des Lebens bleiben können, ließe sich endlos fortsetzen.

In einem meiner letzten Seminare berichtete ein Mann von seinem Vater, der sich auf dem Sterbebett die Frage stellte: „**Wofür habe ich eigentlich gelebt?**“ So geht es bisher nicht wenigen, die ihren Körper verlassen. Ich wünsche Ihnen allen, dass Sie diese bittere Frage am Ende Ihrer Tage in diesem Körper nicht stellen müssen, weil jede Ihrer Zellen und Ihr Herz voller Freude sind über ein intensiv gelebtes Leben und Sie sagen können: „**Ich habe die Träume meines Herzens erforscht und bin seiner Stimme mehr und mehr gefolgt. Ich habe meine Tage bewusst mit Liebe und Freude gelebt und sie mit vielen Menschen geteilt. Ich habe erkannt, dass ich Liebe bin und ich freue mich, jetzt zurückzukehren zu meiner Quelle und zu meinen geistigen Begleitern und den Freunden, die mir voraus gingen, zur großen Party, die sie für mich vorbereiten. Danke für diese Inkarnation. Ich habe das klasse gemacht.**“

Ich wünsche Ihnen genuss- und lichtvolle Sommertage.

Mit herzlichen Grüßen

Ihr

Robert D. Zoh

