



WAS UNS GESUND HÄLT

—
Freude,
Dankbarkeit
&
Liebe

—
ROBERT BETZ



Der Wunsch nach ‚Gesundheit‘ steht an der Spitze der Wünsche der meisten Menschen, selbst bei denen, deren Körper gesund sind. ‚Glück‘ und ‚Gesundheit‘ wünschen wir uns oft gegenseitig. Aber was bedeutet ‚Glück‘ wirklich und was verstehen wir unter ‚Gesundheit‘? Für viele bedeutet es die Abwesenheit von Krankheit. Und ein glückliches Leben wird meist als vLotteriespiel. Menschen, die am Ende ihres Lebens danach befragt wurden, was sie am meisten bereuen, antworteten überraschend*: »Heute weiß ich, ich hätte mich entscheiden können, ein glückliches Leben zu führen. Mir war nicht bewusst, dass dies eine Frage der Entscheidung ist«. Frage an dich: Hast du dich jemals für ein glückliches Leben in einem gesunden Körper entschieden? Kannst du dir vorstellen, dass du am Ende deines Lebens aus einem gesunden Körper nach Hause gehst und ihn verlässt?

Für die meisten sind Alter und Sterben mit Krankheit verbunden, weil es als ‚normal‘ erscheint. Dabei ist dies vollkommen unnatürlich, sondern wird von uns selbst durch solche Vorstellungen und Glaubenssätze erschaffen, ebenso wie die meisten unserer Krankheiten davor. Wir haben uns daran gewöhnt, uns als Opfer von Krankheiten zu betrachten, und viele Mediziner befeuern diesen Glauben, wenn sie immer mehr Krankheiten auf genetische Ursachen zurückführen, an denen man ja nichts machen kann.

Ich möchte jeden herzlich einladen, sich für den (weiß Gott nicht neuen) Gedanken zu öffnen, dass wir Menschen große Schöpferwesen sind, die über viele Jahrtausende hinweg vergessen haben, welche Kräfte uns innewohnen, wer wir sind, woher wir kommen und was wir hier tun. Über den meisten Lebensläufen müsste stehen:

*Bronnie Ware —

»5 Dinge, die Sterbende am meisten bereuen« Heyne-TB

»Sie wissen nicht, was sie tun!« Denn das meiste, was wir tun, wie wir mit uns selbst und miteinander umgehen, tun wir auf völlig unbewusste Weise. Damit ist keinerlei Schuld oder Vorwurf verbunden. Ein Mensch muss ja zunächst einmal das glauben, was er an Gedanken von anderen in Kindheit und Jugend übernommen hat.

Jeden Tag denken wir viele tausend Gedanken, die nicht nur als Energien in die Welt gehen und dann zu uns zurückkehren als unsere erfahrene Lebenswirklichkeit im Außen. Zu den grundlegenden Glaubenssätzen gehören Gedanken wie »Ich bin nicht genug.« »Ich bin es nicht wert, geliebt zu werden.« »Das Leben ist keine Freude, sondern ein Kampf.« »Im Leben bekommt man nichts geschenkt und es ist ungerecht«. Solche mentalen Energien werden auch von den Billionen lebendiger Zellen unseres Körpers gehört und aufgenommen und beeinflussen stetig seinen Zustand. Außerdem erzeugen unsere Gedanken unsere Emotionen wie Freude oder Trauer, Angst oder Vertrauen, Scham oder Stolz, Schuld oder Frieden und Zufriedenheit. Es ist die Qualität unserer Gedanken und Gefühle, die die Schwingungsfrequenz unseres Körpers, unser ganzheitliches Wohlbefinden, unsere Ausstrahlung, unser Selbstwertgefühl ständig beeinflussen und bestimmen. Wenn wir uns dauerhaft eines gesunden Körpers erfreuen wollen, dann heißt die erste Frage: Bin ich bereit, meine Verantwortung und meine Macht als Schöpfer und Gestalter meiner gesamten Lebenswirklichkeit zu übernehmen? Oder will ich weiter das Opfer spielen und an Schicksal, Zufall, Pech oder Glück glauben? Dies ist jedermanns freie Entscheidung. Nur wird sie selten bewusst, sondern fast immer völlig unbewusst getroffen.

In diesen Jahren der Transformation mit ihrer sich stetig erhöhenden Schwingung auf Mutter Erde machen sich unsere Körper immer stärker dort bemerkbar, wo der Mensch voller Angst, Unfrieden, Ärger, Wut, Scham, Schuld, Ohnmacht und anderen Emotionen durchs Leben geht. Diese Emotionen sind niederfrequente Energien, die den Energiefluss in uns verlangsamen und blockieren. Nicht nur unser Atem, unser Blut, unsere Lymphe wollen fließen, sondern auch die feinstofflichen, elektromagnetischen Energien in unseren Meridianen und mit ihnen die Freude

und die Liebe zu uns selbst, zu unseren Mitmenschen und zum Leben. Alle Krankheiten und Mangelzustände unseres Lebens sind letztlich auf Energieblockaden zurückzuführen. Daher wünschen sich unsere Körper allem voran drei ‚Nährstoffe‘: Ein freudiges JA zu uns selbst und zu unserem Leben in diesem Körper, Dankbarkeit für alle Geschenke des Lebens (auch für jene, die hinter schmerzhaften Erfahrungen stecken) und Liebe, Liebe und nochmals Liebe. Es ist unser Herz, das nichts mehr will als zu lieben. Und es wünscht sich einen Menschen, der mit Freude, Neugier, Mitgefühl, Leidenschaft und Begeisterung sein Leben in die eigenen Hände nimmt.

»Was bringt dein Herz zum Singen?« ist eine der Schlüsselfragen, die sich jeder selbst beantworten darf. Da dies bis heute nur wenige tun, sterben die meisten Menschen vordergründig an Krankheiten. In Wirklichkeit jedoch sterben sie an gebrochenem Herzen, weil sie selten bis nie wirklich auf die Stimme ihres Herzens gehört und es oft verraten haben. Sie tun es unter anderem deshalb, weil sie nie lernten ‚Nein‘ zu sagen, wo sich etwas unstimmig anfühlte und nicht mit Freude verbunden war. Unsere Ängste sind es vor allem, die uns dazu führen etwas zu leben, was wir ‚eigentlich‘ nicht wollen. Wir haben Angst, dass andere uns verlassen und uns ihre Zuneigung entziehen und ausgrenzen. Wir haben Angst, ‚es‘ nicht zu schaffen, zu scheitern und nicht genug zu bekommen, zu haben oder es zu verlieren. Dieses angstvolle Denken im Mangel hindert uns daran, in den Fluss der Freude am Leben und Erschaffen zu gelangen. Hinzu kommen die gelernte Selbstverurteilung und Unliebe uns selbst gegenüber ebenso wie das einseitige Nur-stark-sein-Wollen und Nicht-schwach-sein-Dürfen.

Unsere ‚grobstofflichen‘ physischen Körper tun alles, was in ihrer Macht steht, um gesund zu bleiben und zu werden. Aber sie brauchen hierfür uns, den Geist und das Herz des Menschen, zu dem er gehört, seine bewusste Liebe und sein Bewusstsein als Schöpfer und Gestalter seiner ganzheitlichen Lebenswirklichkeit, all seiner feinstofflichen Energien auf mentaler, emotionaler und spiritueller Ebene. Darum wünsche ich jedem, dass er mit Liebe seine ihm von der Natur gegebene Schöpferkraft und -macht in Besitz nimmt und achtsam und bewusst anwendet, indem er

mehr und mehr auf sein Herz hört und seinem Körper ein liebender und dankbarer Partner ist.

Kostenloses Online-Seminar zum Einstieg in den eigenen Heilungsprozess über diesen Link:

www.robert-betz-online-seminare.de/meine-seminare/koerperthemen/

Weitere Buchempfehlungen zum Thema:
Anthony William – »**Mediale Medizin** – Der wahre Ursprung von Krankheit und Heilung«

Christiane Beerlandt – »**Der Schlüssel zur Selbstbefreiung** – Enzyklopädie der Psychosomatik« (Lebensphilosophie für ein glückliches und gesundes Dasein)



Robert Theodor Betz ist einer der bekanntesten Psychologen, Seminarleiter, Speaker und Autoren im Bereich der psychologischen und spirituellen Lebenshilfe. Seit über 20 Jahren auf seinem Weg trifft er jährlich live über 25.000 Menschen in Vorträgen und Seminaren im deutschsprachigen Raum. Seine Wahlheimat ist die griechische Insel Lesbos, wo er seit 16 Jahren Urlaubsseminare und Ausbildungen durchführt.

www.robert-betz.com

maas



MIT
**Robert
Betz**

Seminare zum Aufwachen!

SEMINAR-HIGHLIGHT

Großes Silvester-Seminar
Mit Klarheit und Freude in das neue Jahr starten

31.12.18 SALZBURG

2-TAGE-SEMINAR

Für das neue Jahr bewusst
die Weichen stellen ...
Der kraftvolle Start in ein erfülltes
und erfolgreiches neues Jahr 2019

02. – 03.01.19 SALZBURG

6-TAGE-INTENSIV-SEMINARE



Die Transformationswoche

Die Geburtswoche in ein neues Leben

02.12. – 07.12.18 TIMMENDORFER STRAND

27.01. – 01.02.19 BAD NAUHEIM

17.03. – 22.03.19 SONTHOFEN

Alle Tourtermine in
Deutschland, Österreich
und der Schweiz unter

robert-betz.com

RobertBETZ
TRANSFORMATION

**JETZT SCHON
VORMERKEN**

