

<https://youtu.be/Z-xF8hTHKy4>

V 186

Der Körper ist eine „Heilmaschine“. Stärke deine Selbstheilung mit diesem Satz!



Es ist ein Zeichen von Lebenskunst, seltener in schwierige Situationen hineinzufallen und schneller aus schwierigen Situationen herauszusteigen. Auch zu deinem Leben gehören Hochs und Tiefs. Je mehr Du Lebenskünstler bist, umso besser gehst du auch mit den Herausforderungen, mit den Tiefs um.

Ein sehr wichtiges Hilfsmittel um gut zu leben sind tolle Sprüche, Sätze, Gedanken... Gute Sprüche und Sätze schützen dich ganz oft vor schwierigen Situationen und helfen dir ebenso oft in schwierigen Situationen.

Zum Satz **„Liebe heilt alles“** gibt es schon in drei Videos. Dieser Satz ist wirklich 1. bereichernd, 2. vorbeugend und 3. heilend. Du findest die Videos/Artikel der letzten Wochen unter „Liebe heilt alles“ (1)(2)(3).

In diesem Video geht es um den Satz: **„Der Körper ist eine Heilmaschine“**. Mir hilft dieser Satz wirklich gut, wenn etwas zwickt und zwackt, wenn ich Beschwerden habe, wenn ich Schmerzen habe, wenn ich krank bin.

Ich gebe hier wichtige Tipps, wie der Satz seine Wirkung entfaltet.

Wenn du meinen Kanal, wenn du Videos und Artikel von mir kennst, dann weißt du, dass ich alle Menschen, besonders Dich, der so ein Video ansieht, der so einen Artikel liest, völlig anders sehe als eine Maschine.

Du bist ein Wesen, das hier auf dieser Erde lebt, um Erfahrungen zu machen und die Welt der Dualität kennen zu lernen. Wir werden von vielen anderen Wesen beneidet, die „nur“ als Geistwesen in einer anderen Dimension existieren und nicht die Erfahrung machen können, zu „LEBEN!“

Als Menschen HABEN wir einen biologischen Körper. Wir sind spirituelle Wesen und bewohnen diesen Körper. Mit dem Körper machen wir die Erfahrungen der Drei-Dimensionalität der Welt. Unser biologischer Körper, der menschliche Körper, hat im Gegensatz zu allen anderen Lebewesen einzigartige Besonderheiten: Nur wir Menschen haben Sprache. Wir Menschen haben Bewusstsein. Jeder Mensch hat ein hochentwickeltes Gehirn. Und nur wir Menschen haben Anteil an der schöpferischen Kraft des Universums. Wir gestalten ganz wesentlich unser eigenes Leben, und wir gestalten als Menschheit das Leben auf der Erde mit. (Ja, momentan laufen da zwei Bereiche gerade stark aus dem Ruder: 1. Unser Umgang mit der Natur und als Folge die Klimakrise und 2. der respektvolle und wertschätzende Umgang miteinander und

als Folge das gestörte soziale Klima und der gestörte Frieden auf der Welt. Auf diese Bereiche gibt es hier keine Antwort!)

Hier geht es um den Spruch „**Der Körper ist eine Heilmaschine**“. Mir hat dieser Satz vom ersten Moment an gefallen, als ich ihn in einer Meditation kennen gelernt habe. Auch mir geht es ja so: Wann immer etwas weh tut, wann immer ich mit Beschwerden konfrontiert bin, dann tauchen, die in unserer Gesellschaft so üblichen Gedanken auf: *Wenn das nicht besser wird! Wenn das noch schlechter wird! Wenn das so bleibt? Wenn das eine Alterserscheinung ist! Wenn ich damit leben muss! Oje! Oje!*

Solche Gedanken sind nicht angeboren, sondern wir haben sie in unserer Gesellschaft erlernt. Sie sind in unserer Gesellschaft völlig normal. Das große Problem: Wir lenken mit solchen Gedanken **negative Energie** auf das, was wir nicht wollen. Wir sind wieder einmal dort, wo es in einem Video geheißen hat „*Sei nie GEGEN ..., sondern immer FÜR deine Überzeugungen, Wünsche und Ziele*“

Und der Satz „**Der Körper ist eine Heilmaschine**“ ist für mich nun genau diese positive Zuwendung zu mir selbst, die positive Zuwendung zur aktuellen Situation. Ich erinnere mich selber, dass ich das Vertrauen in das Gesund-Werden in mir aufgebaut habe, dass ich das Vertrauen in die Selbstheilungskräfte meines Körpers aufgebaut habe. Und dieses Vertrauen will ich jetzt mit dem Satz stärken.

Mir fällt immer wieder das Lied von Zarah Leander ein: Ich bin von Kopf bis Fuß auf Liebe eingestellt... Ja, unser Körper ist prinzipiell, ist von Natur, auf heil sein, auf heil werden, auf gesund bleiben, auf gesund werden eingestellt. Ich darf ihn, meinen lieben Körper, nicht mit negativen Gedanken, mit Ängstlichkeit und Sorgen-Denken belasten. Negative Gedanken behindern das Gesund-werden.

Genau das Gegenteil, nämlich positive Gedanken sind mit dem Satz „**Der Körper ist eine Heilmaschine**“ verbunden. Ich erinnere mich an mein Vertrauen in das Leben, an mein Vertrauen in das Gesund-werden, an meine Selbstheilungskräfte. Ich erinnere mich, wie wichtig es ist, die Selbstheilungskräfte ganz bewusst zu stärken. Oft kommen mir solche Gedanken und Überlegungen: *„Wie lange wird mein Körper diesmal brauchen? Ich weiß es nicht. Ich will bewusst an keine Prognose glauben. Ja umgekehrt:: Ich bin schon neugierig, wie viel Zeit nimmt sich mein Körper für die Heilung. Vielleicht geht es, wie so sehr oft, ganz schnell, vielleicht ist diesmal Geduld notwendig!“*

Ich habe mir angewöhnt, als Kurzfassung all dieser Überlegungen und Überzeugungen immer wieder den Satz zu sagen: „**Der Körper ist eine Heilmaschine**“ Dieser Satz inkludiert für mich dieses große Vertrauen in meine Selbstheilungskräfte und ich mache mir bewusst, dass ich diese Selbstheilung genau jetzt, in diesem Moment, stärken will und ich stärke meine Selbstheilung jetzt mit meiner ganzen Kraft, meiner Zuwendung und meiner Liebe!