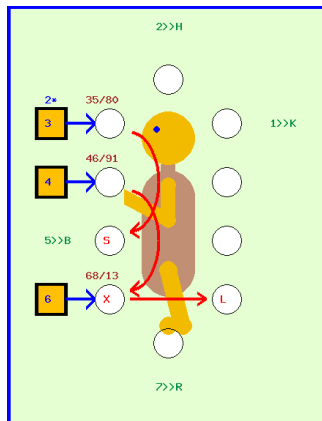




Raum für
Selbstfindung
Helmut Laber

Helmut Laber
Heilpraktiker für Psychotherapie
Coaching ▪ Therapie ▪ Seminare
Erwin-Bosch-Ring 54 ▪ 86381 Krumbach
Tel.: 0 82 82 - 82 71 56
helmut.laber@praxis-laber.de
www.beherzt-leben.com

Beherzt leben – lieben – lernen Impuls vom 30.6.2022



Körperbewusstsein Der Körper drückt aus, wohin die Seele uns führen will

Ich grüße Dich herzlich.

Körperbewusstsein

Der menschliche Körper ist in dieser Zeit besonders gefordert.

Viele Menschen klagen über zunehmende Anfälligkeit für Schwäche, Erschöpfung und Infekte. Verbunden mit körperlichen Folgeaktionen des Herz-Kreislaufsystems, der Gelenke und der Organe. Und das, obwohl wir mitten im Sommer uns befinden, einer Zeit des Aufblühens und Erholung.

Hast Du gewusst, dass Stress das Immunsystem des Körpers für mindestens 5 Stunden extrem schwächt? Und Stress nimmt derzeit erkennbar auf vielen Ebenen eher zu als ab.

Wurden früher die Stressauslöser im Beruf gesucht, so suchen sie uns momentan auf allen Ebenen unserer menschlichen Existenz heim, vor allem, wenn wir den Informationen folgen, die uns von den Medien nahegebracht werden. Auf die Inhalte will ich hier nicht näher eingehen, doch wie viele davon sind positiver Art?

Es wird viel Angst geschürt. Gegen alles wird ein Mittel angeboten, damit es wieder weitergehen kann wie bisher. Einnehmen oder handeln nach Vorgabe - weitermachen! Das ist das vorherrschende Muster.

Wenige Menschen fragen sich, warum es ihnen so ergeht, wie ihr Körper es aufzeigt. Doch auch hier haben wir meist gelernt zu fragen, was mit dem „Körper“ „nicht“ stimmt.

Die Fragestellung umdrehen – das Geschenk suchen

Ich möchte dir heute ein Angebot machen, die Frage einmal umzudrehen:

„Was hält der Körper über die Symptome für ein Geschenk bereit, das deine Seele durch ihn dir überreichen will?“

Nur wer fragt, bekommt Antworten. Und jeder bekommt die Antwort darauf – **wie** er fragt.

In dieser Übergangszeit von einer alten Welt in eine neue Welt und eine Neue Zeit, kommt es auf die Menschen an, die sich jetzt schon vorbereiten auf das, wofür die Seele sich inkarniert hat.

*„Die beiden wichtigsten Tage Deines Lebens sind der Tag,
an dem Du geboren wurdest, und der Tag,
an dem Du herausfindest, warum.“
(Mark Twain)*

Alles, was wir außerhalb unseres Seelenauftrages leben, führt nach meiner Erfahrung zunehmend zu Stress.

Kennst du den Auftrag deiner Seele?

Weißt Du, was deine Seele sich vorgenommen hat für dieses Leben? Hast du womöglich schon eine Ahnung davon, doch verbunden mit einem großen ABER ...?

Versuche einfach mal die Fragen konsequent umzudrehen. **Welches Geschenk ist darin für mich in meinen Symptomen verborgen?** Dann gib die Frage ab, lass sie los und schau, was sich entwickelt.

Doch mache es wie mit einer neuen Saat, ziehe nicht jeden Tag an dem neuen Pflänzchen und entwurzele es damit, sondern lasse es in Ruhe wachsen und beobachte stattdessen, wo dir im Leben Stress begegnet.

Die Konsequenzen von Stress habe ich oben dargestellt. Beobachte es einfach und werde dir gewahr, was in dir so vor sich geht. Damit hast du schon einen großen Schritt in eine womöglich neue Richtung getan.

Wie innen so außen, das war die Botschaft meines letzten Impulsletters. Und alles, was in dir geschieht, hast du in deiner Hand. Du kannst innehalten und nach innen schauen, oder du kannst es ignorieren und einfach weitermachen.

Fehlgeleitete Abgrenzungsmuster

Einfach weiterzumachen und die Signale des Körpers zu übergehen, ist im Übrigen eines der am häufigsten vorzufindenden Abgrenzungsmuster. Dies zeigt sich in den Aufstellungen, in denen meine Klienten ihr eigenes Inneres erforschen und sich auf den Weg zu ihrem eigenen Selbst machen. Eine Folge eines [verinnerlichten Abgrenzungsverbot](#)s.

Dabei wird die nötige gesunde Abgrenzung anderen und dem Außen gegenüber, die zur Unterscheidung von Ich und Du führt, nach innen verlegt und man grenzt sich von den eigenen inneren Befindlichkeiten, hier den Signalen des Körpers ab, indem man sie übergeht, anstatt auf die beinhaltenen Botschaften zu hören.

Folglich kommen einem, den unumstößlichen Lebensgesetzmäßigkeiten - „**Wie innen so außen**“ – folgend, im Außen die Umstände entgegen, die Stress erzeugen, bzw. den inneren Stress aufzeigen.

Kennst du deine Abgrenzungsmuster?

Deine verinnerlichten Abgrenzungsmuster kannst Du in einer Aufstellung (online oder vor Ort) ergründen. Und dich dann mit deinen inneren Anteilen verbinden, anstatt sich davon abzugrenzen. Siehe [Selbst-Integration](#) und [Selbstfindungs-Aufstellungen](#) und [Blockaden-Aufstellungen](#).

Das Körperempfinden ist uns am nächsten. Wer darauf hört, kommt auf seinem Weg weiter. Wer den Körper und seine Signale ignoriert, ignoriert damit auch die Geschenke, die sich in den Hinweisen des Körpers zeigen wollen.

Das Energiebild der Kabbala Lebensanalyse

Das [Energiebild](#) der Kabbala Lebensanalyse zeigt sehr klar auf,

- welche Lebensenergien fließen einem in diesem Leben vermehrt zu
- wo wollen sie im Körper fließen
- an welchen Stellen des Körpers machen sie aufmerksam auf sich
- welcher Leidensweg entsteht, wenn sie dauerhaft ignoriert werden.

Dies könnte beispielsweise die Fähigkeit des wesenhaften Selbstaushdrucks sein, die man in diesem Leben verwirklichen will.

In diesem Fall fließt einem die Lebensenergie im Halschakra zu, die sich in kommunikativer und kreativer Tätigkeit ausdrücken will. Symptome entwickeln sich, wenn diese Fähigkeit unterdrückt wird, in Hals und Händen. Wird sie dauerhaft ignoriert, entwickeln sich Krankheiten im Unterleib.

So wäre das Geschenk von obigen Körpersymptomen die Fähigkeit zum wesenhaften Selbsta Ausdruck.

Mehr zur Kabbala Lebensanalyse kannst du auf meiner neu entstehenden Webseite sehen. [Kabbala Lebensanalyse](#)

Im Übrigen ist die Investition in eine Lebensanalyse ein Klacks (35,- EUR) im Vergleich zu einer langanhaltenden, erlernten oder übernommenen Fehlorientierung.

Und die Erforschung verinnerlichter Muster und Integration eigener Selbst-Anteile eine Kleinigkeit. (80,- EUR die Stunde).

Hier kannst du einige [Beispiele sehen](#), die meine Klienten und Klientinnen erlebten während ihrer Aufstellungen.

Das solls nun für heute gewesen sein.

Ich wünsche dir einen schönen Sommer, in dem du dich nicht nur von deinem Stress erholst, sondern möglichst von deinem Stress befreist. Es lohnt sich.

Herzliche Grüße aus Schwaben



Helmut Laber

*„Tu deinem Körper etwas Gutes,
damit Deine Seele Lust hat,
darin zu wohnen!“*

(Theresia von Avila)

Die neue Webseite: <https://praxis-helmut-laber.de>