

„Gesundheit wie Krankheit ist kein stabiler Zustand.

Du musst etwas dafür tun, gesund zu bleiben.“ *Martin Brofman*

Die beste Form, auf natürlichem Wege gesund zu werden, ist dafür zu sorgen, gesund zu sein – und das auf allen Ebenen unserer Existenz. Viele denken bei natürlich gesund sein an gesunde Ernährung und natürliche Heilmittel wie z.B. Pflanzenheilkunde oder Homöopathie, sich in der Natur aufzuhalten oder Yoga zu praktizieren sowie Sport zu treiben. Aus meiner Erfahrung ist das jedoch nur ein Teil und hat bei manchen nur einen partiellen oder keinen Erfolg.

Das heißt, es geht nicht nur darum, sich um einen gesunden Körper, sondern auch um einen gesunden Geist und ein harmonisiertes Energiesystem zu kümmern. Körper, Geist und Seele stehen immer im direkten Zusammenhang. Eines beeinflusst das andere – im Positiven wie im Negativen.

Wir besitzen drei Hauptebenen unseres Seins: die physische Ebene, die mentale Ebene und die geistige oder spirituelle Ebene. Die Frage ist, wohin Du Deinen Kraftpunkt lenkst.

Wenn er auf die physische Ebene fokussiert ist, dann bewegst Du Dich innerhalb der physischen Gesetze, der Biologie, Chemie und Physik. Dann manifestieren sich auch die Dinge durch diesen Blickwinkel und sind durch diese Gesetze begrenzt. Wenn Du Deinen Kraftpunkt auf die mentale Ebene verlagerst, dann bist Du zu Dingen fähig, zu denen Du in der physischen Realität nicht fähig gewesen wärst. Das heißt nicht, dass man die physischen Gesetze zerstört – sie existieren weiterhin – man bewegt sich nur innerhalb anderer Gesetze, in denen die Dinge anders funktionieren. Du bist dann zu Dingen fähig, die auf physischer Ebene nicht möglich gewesen wären, wie zum Beispiel Feuerlauf.

Wenn Dein Kraftpunkt auf der geistigen Ebene liegt, dann bist Du zu Dingen fähig, die auf der physischen und auch mentalen Ebene nicht möglich gewesen wären. Es gibt keine Begrenzung, außer der, die Du in Dein Bewusstsein gibst. Unser Bewusstsein ist in seiner Fähigkeit unbegrenzt, wir sind uns nur oft nicht der Kraft unseres Bewusstseins bewusst: Wenn alles in unserem eigenen Bewusstsein beginnt und jeder seine Realität mit seinen Wahrnehmungen erschafft, dann heißt das auch, so wie wir Krankheit, Verletzungen, Stress, Auseinandersetzungen und Kriege im Innen wie im Außen erschaffen, so können diese auch wieder aufgelöst werden. Wir sind Schöpfer unserer



„Sorge für Balance zwischen Außen und Innen, zwischen Tun und Sein, zwischen Denken und Fühlen, zwischen Arbeit und Spiel, zwischen Geben und Empfangen. Der Ausgleich zwischen diesen Polen führt dich zu Gesundheit, Frieden, Freude und Erfüllung.“ *Robert Betz*

Foto: © unsplash / hrustell

Realität. Jeder hat die Fähigkeit, in jeder Hinsicht bewusst zu sein und bewusst zu handeln.

Wenn wir auf unsere Intuition hören, folgen wir dem Fluss der Dinge und bleiben auf natürlichem Wege im Gleichgewicht. Das umfasst u.a., sich darum zu kümmern die innere und äußere Balance zu halten, auf seinen Körper zu hören, was er braucht, was er fragt, ebenso wie gesunde Ernährung, Bewegung und auch bewusste Pflege unserer Lebensfreude.

Wenn Du im Einklang mit Dir selbst lebst, Dich selbst so, wie Du bist, annehmen und lieben lernst, dann hat dies eine positive Auswirkung auf das gesamte System. **Heilung bedeutet Rückkehr zum natürlichen Zustand Deines Wesens auf allen Ebenen Deiner Existenz. Daher ist es so wichtig, nicht nur eine Seite deines komplexen Wesens zu pflegen oder zu heilen, sondern ganzheitlich heranzugehen und natürliche Prozesse zu erkennen und zu unterstützen.**

Jeder hat in sich selbst dieses innere Führungssystem, was ihn unmittelbar und genau zu Erfüllung seiner Wünsche und Ziele trägt. Auf seine Intuition zu hören und ihr zu vertrauen, bedarf einer gewissen Achtsamkeit und Übung, wofür es verschiedene Methoden zur Unterstützung gibt. Ich bin froh, dass ich die Möglichkeit hatte, diese Komplexität mit Hilfe der Heiltechnik „Das Körper-Spiegel-System“ zu erlernen und den natürlichen Zustand des Gleichgewichts auf allen Ebenen meiner Existenz immer wieder auf natürlichem Wege herstellen zu können.



#### Viola Schöpe

Gern begleite ich dich mit meiner mehr als 30-jährigen Erfahrung als Seminarleiterin und Heilerin des Körper-Spiegel-Systems in Deinem Heilungsprozess, der immer unmittelbar eines Transformationsprozesses und einer Umorientierung im Innen bedarf. Seminare in verschiedenen Städten, Einzelarbeit in Dresden: [www.koerper-geist-heilung.de](http://www.koerper-geist-heilung.de)