

Spiritualität und Gesundheit

Geliebte Menschen und Völker der Erde!

Brüder und Schwestern

Alle Menschen sind nach dem selben Konzept erschaffen, funktionieren in der gleichen Struktur – Körper, Geist, Seele – um es einfach zu halten. Darum betrifft auch dieses Thema – Spiritualität und Gesundheit – ALLE Menschen gleichermaßen, unabhängig von Farbe, Kulturkreis oder Religion. Spiritualität, die spirituelle Natur des Menschen ist das, was ALLE Menschen gemeinsam haben und was uns ALLE Menschen miteinander verbindet.

Wie wir schon wissen, ist die Aufgabe jedes Menschen auf der Erde in dieser Zeit, sich um seine eigene Befreiung aus seinem eigenen “Gedanken-Käfig” zu bemühen. Eine der wichtigsten Erkenntnisse aus diesem Prozeß wird für jeden sein, daß wir Menschen in Wahrheit ALLE Brüder und Schwestern sind und daß alle Gedankenmuster, die Feindbilder und unsere Trennung voneinander erzeugen, künstlich geschaffen, in uns Menschen heimlich “hinein gepflanzt” wurden und weiterhin, mit viel Mühe, fürsorglich gehegt und gepflegt werden. Es handelt sich also hier um einen (geistigen, giftigen) Keim, der in unser Bewußtsein hineingelegt wurde und der herangewachsen ist und sich durch bewußte Pflege von außen, üppig, in vielfältiger Art in unserem Äußeren Bewußtsein, unserem Verstand, vermehrt und ausgebreitet hat. (Jesus sprach darüber als “Sauerteig”) Diese Keime sind Ängste, aus denen die vielfältigsten Früchte wie Neid, Machtgier, Habgier, Haß, Eifersucht, Mißgunst, Schadenfreude, Egoismus und vieles mehr erwachsen sind. Diese giftigen und faulen Früchte, die wir in unserem “Korb unserer Tugenden” weiter vor sich hin faulen lassen, verderben alles Gute in diesem Korb. All das Gute, unsere Liebe, Vertrauen, Güte, Geduld, Selbstlosigkeit, Friedfertigkeit usw. ist oft kaum noch zu sehen, unter der zersetzenden Fäulnisschicht aus fremder Saat.

Um es vorweg zu nehmen, Brüder und Schwester, Kinder des einen Vaters, denen dies bewußt ist, kämpfen nicht gegeneinander. Die gute Nachricht ist, es geht wieder aufwärts. Immer mehr Menschen räumen ihre Körbe aus und reinigen sie. Überall auf der Welt und bis in die hohe Politik hinein, reift diese weise Erkenntnis.

Krankheit und Gesundheit

Laßt uns zuerst erkennen, daß wir es hier mit einem FREMDEN “Keim“ zu tun haben. Diese Keime und deren Früchte sind KEIN Teil von uns, sie gehören nicht zu unserem Wesenskern und darum ist es uns möglich, uns von diesen zu befreien. Alles, was nicht zu uns gehört, können wir loslassen, abwerfen.

Wir sprechen von “Krankheit“, wenn sich Keime oder Zellen scheinbar willkürlich vermehren und diese durch ihr Übermaß ein Ungleichgewicht in ein System wie unseren Körper hinein bringen. Das ist der gemeinsame Nenner von sogenannter Krankheit - Ungleichgewicht. Doch auch unser Gemüt kann durch die Überzahl zerstörerischer Gedanken und Glaubenssätze und Gefühle auf solche Weise erkranken. Diese geistigen Krankheiten führen viele körperliche Symptome mit sich und sind auch in Wahrheit deren Ursache.

Nun erkennen wir:

Krankheit = Ungleichgewicht – heraus aus der Harmonie,
Gesundheit = Gleichgewicht – in Harmonie.

Diese Grundwahrheit ermöglicht uns sehr leicht, Lösungen für alle Probleme in unserem Leben zu finden, indem wir uns fragen: „Was bringt uns zurück, in Harmonie?“ – mit was es auch sei:

Wie bringen wir Harmonie in unseren Körper?

Wie bringen wir Harmonie in unser Gemüt, unser Denken?

Wie bringen wir Harmonie in unsere Technik – Einklang mit Natur und Leben?

Wie bringen wir Harmonie für unsere Kinder?

Wie bringen wir Harmonie in menschliche Beziehungen? Auch Völker und Nationen.

Wie bringen wir Harmonie in den Ackerbau und die Tierzucht?

Wie bringen wir Harmonie in ... jeden Bereich unseres Lebens?

JEDER muß früher oder später, in diesem oder in einem späteren Leben, zu der Erkenntnis kommen, daß nur dies der Weg in Frieden und Freiheit sein kann, weil es die Wahrheit ist. Jeder Mensch, ob “gebildet“ oder “ungebildet“ (vielleicht noch besser) kann leicht sehen, daß dies der Weg zu wahrer Gesundheit ist, körperlich und geistig.

Jeder kennt das Sprichwort: “In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist“, womit hier beides, Geist und Seele gemeint ist.

Ihr wißt auch was das bedeutet, trotzdem soll es hier noch einmal Erklärung finden, denn es zeigt uns die Wechselbeziehung zwischen Körper, Geist und Seele.

Wenn wir uns um unsere Gesundheit sorgen, dann sollte diese Sorge nicht nur unseren Körper betreffen, sie sollte auch unseren Geist (Verstand unser Denken) und unsere Seele, (unser Gefühlsleben, unser Gemüt) miteinbeziehen. Nehmen wir Nahrung zu uns, dann spüren wir durch diese eine Wirkung auf unseren Körper. Habt Ihr schon bemerkt, daß auch euer Geist / Verstandeskraft und ihr als Seele / Gemütsverfassung durch eure Nahrungsmittel, die ihr in euren Körper hinein laßt, durch diese beeinflusst werden? Am Beispiel von Drogen ist das ja sehr leicht zu erkennen, aber wie ist es mit den "ganz normalen" Lebensmitteln?

Ursachen von Krankheit / Ungleichgewicht

Kleine Mengen von schädlichen Substanzen sind auch giftig. Es stimmt ganz und gar nicht, wenn es heißt: "Die Dosis macht das Gift". Gift ist immer giftig aber die Dosis bestimmt die Wirkung – schnell oder langsam, sofort fühlbar oder heimlich schleichend. Die Wirkung von Gift kann nur giftig sein und muß auch in kleinen Mengen auf Dauer zu Schäden führen. Es können Schäden sein, die wir am Anfang nicht bemerken, weil unsere Wahrnehmung sehr eingeschränkt ist und durch diese Vergiftungen immer weiter abgestumpft wird. Dann, wenn diese Schäden nach langer Zeit fühlbar in Erscheinung treten, dann sehen wir die Verbindung zu den kleinen Mengen Gift oft nicht so leicht. „Ich habe doch immer gesund gelebt“, heißt es dann, „wie kann das denn nun sein?“ Diabetes ist nur ein Beispiel dafür. Das grobe Beispiel der Drogenabhängigkeit zeigt sich auch ohne Drogen, bei "normaler" Ernährung und medizinischer Versorgung. Menschen werden oft vom Kindesalter an bis ins Erwachsenenalter und weiter ins Greisenalter, immer Mutloser, Lustloser und am Leben uninteressierter, je älter sie werden. Als Kind wird die Welt erobert, als Erwachsener reichen die beruflichen Pflichten, Fernsehen und vielleicht noch ein wenig Urlaub und im Greisenalter sind viele mit dem Fernseher (un)zufrieden. Das Interesse am Leben, an wirklich aufbauenden Lebenskonzepten, versiegt. - Warum?

Chemikalien und radioaktive Strahlung in Nahrungsmitteln, Kosmetik, Medikamenten, Reinigungsmitteln, Kleidung, Kinder-Spielzeug und allem, was uns zum Konsum angeboten wird, sowie dem Geld selber und in unserem Trinkwasser und der Atemluft, haben von körperlicher Seite her genau diese abstumpfende Wirkung auf unser Wahrnehmungsvermögen, auf unser Gemüt, auf unseren Lebenswillen, sowie auf unsere Lebensfreude und unseren konstruktiven Durchsetzungswillen.

Geistige Vergiftung ist ebenso verbreitet, wie die Körperliche. Der nicht abreiende Strom von Angst und Sorgen verbreitenden (Des)Information durch Medien, und bösartiger Propaganda aller Art, sowie die Drangsalierung der Menschen durch sogenannte Staats-Institutionen, hält die Aufmerksamkeit an allem fest gebunden, was uns das Leben schwer macht, führt die Menschen durch Aussichtslosigkeit und dem Gefühl von Machtlosigkeit in einen Zustand von Hoffnungslosigkeit. Die Grundeinstellung lautet dann: „Da kann man ja sowieso nichts ändern“ und „das wird immer so bleiben“ usw. Für die Heilung dieser Lebenseinstellung gibt es nur einen Weg, und der heißt: Kehrt euch ab von denen, die euch diese aussichtslose Welt vorgaukeln, euch von dieser überzeugen wollen und wendet euch dem zu, das euer Leben bereichert, euch fähiger und stärker macht. Dies kann nur der Weg der Wahrheit sein.

An dieser Stelle möchte ich an das Werk **“Rückkehr in die Freiheit“** erinnern, das jedem Interessierten, nach der Wahrheit suchenden Menschen frei auf der Seite www.5d-bewusstsein.de/5.html zur Verfügung steht. Möge Dir dies ein guter Ratgeber und Wegbegleiter sein.

Auch für das Seelen-Unheil der Menschen wird so gut gesorgt wie es möglich ist, um auch diesen Daseinsaspekt, unser Seelenleben, der der höchste im Menschen ist, in Disharmonie zu halten. Es werden alle möglichen Strahlenarten verwendet, über alle Funknetze, auch TV und Radio und elektrische Geräte, die das Gemüt des Menschen durch Erzeugung von bestimmten Gehirnfrequenzen, negativ beeinflussen, manipulieren. Auch die Veränderung der Lichtqualität durch giftige Sparlampen, unharmonische Farben und die Abschirmung der Kosmischen aufbauenden Strahlung durch das tonnenweise Ausbringen von Chemikalien in den Himmel, sind eine Tatsache, der wir und als Voranschreitende des Licht-Heeres, stellen müssen.

Für viele sind das keine Neuigkeiten und andersherum wollen viele auch nichts davon wissen. Tatsache ist all das oben Beschriebene aber trotzdem und es ist nun an uns, mit dieser Situation so umzugehen, das wir aus deren Wirkungsbereich herauskommen. Wir sollten uns davor hüten, unsere Augen vor Tatsachen zu verschließen, die unser eigenes Leben direkt betreffen, denn so werden sie auf uns weiterhin ihren Einfluß ausüben. Mit der Einstellung, „da kann man ja sowieso nichts machen“, versetzen wir uns selber in eine Wirkungsposition, auch Opfer genannt. Die Wahrheit ist aber, wir sind KEINE Opfer, sondern IMMER URSACHE. Wenn wir uns entscheiden, nichts von den Dingen wissen zu wollen, die uns schädigen und in Ketten halten, uns daran hindern unsere Erden-Mission zu erfüllen, dann ist es immer noch UNSERE Entscheidung, also sind wir auch Ursache, da wir bewußt zulassen, was uns geschieht.

Darum laßt uns nun endgültig und ein für allemal erkennen: Wir sind die Schöpfer, die Erschaffer unseres eigenen "Schicksals". Daher können wir auch alles ändern, was uns nicht gefällt. Mindestens für uns selber. Wie? Durch das Erkennen und Anerkennen der Wahrheit, die sich in dem Kosmischen Gesetz verbirgt und indem wir dieses Gesetz konsequent in unserem Leben umsetzen. Richtet euch wieder auf und erinnert euch, wer ihr wirklich seid. Erhebt euch durch die Erkenntnis der Wahrheit und deren Anwendung über ALLES, was euch versucht niederzudrücken. Werdet wieder FREI! Nur so werden wir auch die Gesamtsituation der Erde ändern. Das Buch "Rückkehr in die Freiheit" ermöglicht für diesen Prozeß das höhere Verständnis und bietet eine Anleitung.

Die Wechselwirkung

Nun, die Drei – Körper, Geist und Seele – sind in unserer menschlichen Natur untrennbar miteinander verbunden. Wir als Seele brauchen unseren Geist/Verstand zum Lernen und unseren Körper, um IN der physischen Welt als Teil dieser Welt zu wirken und zu fühlen. Sowohl unser Körper als auch unser Verstand haben eine Eigendynamik, ein Eigenleben, das uns Menschen das Weiterleben ermöglicht, auch wenn wir als Oberhaupt unseres Seins (Seele) unsere Aufmerksamkeit von diesen wegnehmen oder sie durch Ablenkung im Außen, unserer Entdeckungsreise in der physischen Welt, vernachlässigen.

So wirkt unser Verstand auf unseren Körper und auf uns als Seele. Wenn unser Verstand sagt, „das geht nicht“ oder „das kann ich nicht“, dann reagiert unser Körper darauf, indem er die nötige Kraft nicht aufbringt, ob physische Kraft, Selbst-Heilkräfte, oder was auch immer und wenn wir in unserer Gemütsverfassung das glauben, dann sind wir deprimiert. Unser Verstand hat dann recht und gesiegt, aber es ist ein Sieg in Richtung Niedergang für alle Drei. Wenn unser Körper in gutem Zustand ist, rein und gut versorgt, dann hält er die Systeme und Verhältnisse in ihm im Gleichgewicht. Dies bewirkt ein Wohlgefühl, eine entspannte Gemütsverfassung und einen aufnahmefähigen und willig arbeitenden Verstand. Die Brücke vom Körper zum Verstand, ist unser Gehirn. Die Brücke von unserem Körper zu uns als Seele, ist das Gefühl.

Sorgen wir also für einen gesunden Körper, so hilft das unserem Verstand und unserem Gemüt. Befassen wir uns mit aufbauenden, freudigen Themen, dann hilft das unserem Körper und unserem Gemüt. Das Schwierigste ist für uns in dieser Zeit, in jeder Lage eine heitere Gemütsverfassung aufrecht zu halten, was uns unser Verstand

und Körper auch zeigen oder unser Gefühl uns mitteilt. Wenn uns das aber gelingt, dann sind wir auf unserem Weg der Meisterschaft, da WIR dann als unser wahres Selbst in unsere Unabhängigkeit von äußeren Zuständen eintreten. Das bedeutet nicht, daß wir nicht äußerlich ehrliche Anteilnahme an Geschehen zeigen können, die Leid beinhalten, aber dieses Leid wird uns nicht mehr in negativer Weise berühren. Das Verständnis und Mitgefühl für andere Menschen und deren Situationen hat gar nichts mit Mitleid zu tun. Mitleid ist unharmonisch und drückt auch denjenigen herunter, der glaubt es von anderen haben zu müssen. Mitleid wirkt niederdrückend auf das Wachstum jeder Seele.

Emotionen sind für die meisten Menschen fühlbar oder wahrnehmbar, einschätzbar. Menschen reagieren auf Gefühle anderer Menschen, zum Beispiel auf Liebe, Angst, Wut, Freude und Fröhlichkeit. Das zeigt uns klar und deutlich, daß unsere Gefühle ein Schlüssel zu unserer Harmonie und damit zu unserer Gesundheit sind, genauso für die anderer Menschen, mit denen wir zu tun haben. Schaffen wir es, unsere Gefühle zu beaufsichtigen und in jeder Situation unter unser Kontrolle zu halten, das soll insbesondere heißen, negative Gefühle sofort zu korrigieren, dann vermeiden wir nicht nur schlechte Laune, sondern auch psychische Überlastungszustände oder Magengeschwüre, bis hin zu Krebs. Das ist unbedingt wahr. Worauf es aber auch unbedingt ankommt, ist, daß unsere Kontrolle unserer Gefühle nicht aus der Unterdrückung unserer Gefühle besteht. Was wir tun müssen, ist, aufwallende Gefühle bewußt zu besänftigen, indem wir unsere Aufmerksamkeit auf unser Inneres, auf unser Herz richten und dies um Hilfe bitten, alle niederen, uns belastenden Gefühle mit seiner Liebe zu erfüllen und in seine Liebe zu erhöhen. Das wirkt, Du wirst dich wundern, wenn Du es noch nicht kennst. Probiere es aus und übe es, Du sprichst dabei zu Dir selber, zu deinem Höheren Selbst, das alle Antworten kennt und ALLES für Dich tun kann. Es reicht im Stillen, in Gedanken. Das erspart viel Herumgestocher, um die Gründe zu finden. Viel einfacher ist es, seine Gefühle zu besänftigen und aus einer höheren Sicht die Lage zu verstehen und zu akzeptieren. Wir können uns außerdem fast immer harmonisch von einer Situation lösen und die Szene verlassen, wenn dort Harmonie nicht gewünscht wird oder zu erreichen ist.

Die große Aufgabe Heilung der Einzelmenschen und Völker

So bringt nun Harmonie in euren Körper, euren Geist / euer Denken und in euer Gemüt / euer Seelenleben. Auf die Weise erhaltet ihr wahrhaft ganzheitliche Gesundheit und ein Leben, das sich zu leben lohnt, in Frieden mit Allen und Allem, ein Leben in innerer Harmonie, was auch immer um euch herum geschieht. Strebt

Harmonie in euch und im Außen an, wo immer ihr die Gelegenheit dazu bekommt, für euch selber und alle anderen.

Eine große Aufgabe in dieser Arbeit in unserer Zeit, ist die Beruhigung und Befriedung der Disharmonien zwischen den verschiedenen Kulturen und Völkern der Erde, die sich hier in unserem Raum versammelt haben. Behaltet das große Ziel im Blick – den Aufstieg unserer Mutter Erde, gemeinsam mit uns Menschen – JETZT.

Daher soll an den alle Menschen verbindenden Zweck dieser Botschaften hier noch einmal erinnert sein. Was wir in dieser Zeit brauchen, ist nicht die Niederschlagung von Übergriffen auf unseren Kulturbereich, sondern die friedliche Aufrechterhaltung oder besser gesagt die Wiederherstellung unserer eigenen kulturellen und sittlichen Werte und – mit Toleranz und Verständnis für andere – und die friedliche Einsicht hierfür bei den Mitgliedern anderer Kulturen zu erreichen, die dafür offen sind und das sind nicht wenige. Nur wenige suchen Vernichtung und Zerstörung. Es ist hier genauso wie überall auf der Welt, diese zerstörerischen und auflösenden Bestrebungen gehen auch hier, in unserem Raum von Geheimdienst-Söldnern aus, die so tun, als wäre es der Wille der Mehrheit. Die Menschen werden erkennen, daß ein Austausch zwischen den Kulturen viel vorteilhafter ist, als sich gegenseitig zu zerstören. Und jeder wird nach diesem künstlich geschaffenen Durcheinander, in dem wenige als Fackelträger den Überblick und Durchblick behalten müssen, seinen Platz finden um am Aufbau des Neuen Goldenen Zeitalters teilzunehmen. Vertraue darauf und weise diesen Weg. Alle Menschen, die an diesem neuen Aufbau nicht teilnehmen möchten, werden ihren neuen Platz ebenfalls erhalten, um weiter auf ihre bevorzugte Weise zu lernen, doch wird dieser Platz nicht hier auf der Erde sein. Die Erde wird nun befreit von den alten Glaubens- und Bewußtseinsstrukturen, ob durch grobes Abschütteln durch Mutter Erde, oder durch die umwandelnde Kraft der Liebe unserer Herzen, das liegt ganz bei uns. Es ist in jedem Fall Arbeit, entweder wir erledigen sie durch Erkenntnis der Wahrheit und unseren bewußten Willen, oder Mutter Erde tut es auf ihre Art. In beiden Fällen findet nur eine Umwandlung von Karma statt, daß durch uns Menschen aufgestaut wurde. Dieser Prozeß muß sein, Reinigung vor dem neuen Einzug. Wir Menschen haben das Vorrecht, als Schöpfer dieses Karmas, dieses harmonisch zu erlösen. Dies geschieht durch, am Anfang im Verhältnis zur gesamten Menschheit, wenige Einzelmenschen und Gruppen.

Unterschätze nicht Deine Macht, Du bist ein Schöpferwesen, ein Kind Gottes!

Bitte verteilt diese Botschaft an all eure Brüder, Schwestern, Familien, Freunde und Kollegen. Drückt diese Botschaft aus, für Menschen die nicht im "Netz" eingebunden

sind und hilft ihnen, die Lehrbücher zu erhalten, damit jeder der den Willen dazu hat, sich auf den Weg machen kann. Macht den Aufstieg, die Erneuerung der Erde und der Lebensbedingungen für uns Menschen, zum Thema eurer Gespräche.

Ich Danke euch allen im Namen der Großen Weißen Bruderschaft für euren Dienst in diesem Sinne.

Alles Liebe für euch alle
euer Freimann Leuchter
www.5d-bewusstsein.de/5.html