

Freude, Lust und Leichtigkeit

Liebe Freunde,

es ist mir eine grosse Freude heute mit dir zu sprechen und gemeinsam mit dir in die Energie der Freude abzutauchen – oder aufzutauchen?

Freude ist eine der Urenergien die in deinem Herzen wohnen, wie das Vertrauen und die Liebe. Jedes Kind kommt mit dieser Energie hier an. Staunen, geniessen, lachen, spielen, Spass ist alles ein Ausdruck der Freude. Die Freude trägt eine Leichtigkeit und Lust auf mehr in sich. Freude ist pure Lebendigkeit und du bist damit immer im Fluss des echten Lebens. Mit Freude erreichst du alles. Erinner dich an eine Begebenheit, wo du echte Freude gespürt hast, das kann etwas ganz kleines gewesen sein wie das Zwitschern eines Vogels, eine Blume am Wegrand. Was hast du in diesem Moment gefühlt? Ich nehme an, diese Begegnung zauberte ein kleines Lächeln in dein Gesicht. Dein Gang wurde etwas leichter, deine Gedanken waren frei und du warst ganz im Moment. Anschliessend warst du viel entspannter in deinem Tun. Freude ist der Katalysator für Kreativität und mit der Energie der Freude kommst du zu den richtigen Lösungen. Ein kleines Lächeln der Freude löst Spannungen aller Art auf. Du meinst, du hast im Moment nicht viel Grund für Freude da so viele Probleme da sind, sei dies in deiner Beziehung, in deinem Job oder Gesundheit. Willst du wirklich die ganze Zeit über deinen Problemen brüten? Deine Gedanken immer sich mit dem Schweren beschäftigen lassen? Nimm Kontakt zu deinem verspielten inneren Kind auf. Mache es wie die Kinder. Die lachen und weinen, sind ganz im Moment und können sich immer wieder über irgend etwas Schönes freuen.

Freuen bedeutet spontan dem folgen, was gerade da ist. Und es gibt immer wieder einen Grund sich zu freuen. Schau in den Spiegel und schau dir in die Augen. Sage dir etwas Wertvolles, Liebevolltes. Wie verändert sich dein Ausdruck im Gesicht, in deinen Augen? Mit Freude kannst du jede schwere Situation etwas leichter machen. Wie du das tun sollst? Geh in die Distanz, wende dich einen Moment davon weg, atme tief durch, sei achtsam was mit dir geschieht wenn du jetzt lächelst, es reicht nur wenig zu lächeln, aber lächle!! Es gibt nichts zu lachen ist deine Ansicht? Ja, kann schon sein, dass die Situation sehr ernst ist, schwer ist, traurig ist. Alles ist Energie auch die Schwere, die Trauer, die Sorgen und jede Energie ist etwas veränderbar, wenn du die Gedanken etwas veränderst. Jede Energie kommt und geht. Du entscheidest, ob du dich an der Energie fest hältst oder ob du der Energie die Chance gibst, zu gehen und in einer kleineren Welle wieder zu kommen. Diese kleinen Momente der Freude verbinden dich mit der Leichtigkeit. Und diese hilft dir dabei, vieles klarer zu erkennen und alles so wahrzunehmen wie es wirklich ist. Jedes Gefühl darf sein. Dies anzuerkennen unterstützt die Freude.

„Ja, ich erlaube mir alles zu fühlen“. Gib dir diese Erlaubnis immer wieder bewusst. So öffnest du dich auch der Freude, der Leichtigkeit. Freude ist die Basis für ein echtes, glückliches Leben in der Fülle und mit Freiheit. Freude verbindet dich mit der Schönheit in allem was da ist. Freude ist der Träger deiner Selbstliebe. Mit ihr kommst du in ganz neue Räume. Du erhältst neue Blickwinkel und du erfährst immer mehr dein wahres Sein, das was du wirklich bist. Freude bist du, Gefühle hast du. Das ist der Unterschied:

Das was du bist, bist du immer. Das was du hast, kannst du jederzeit verändern.

Schmerz, Trauer, Verletzungen sind Erfahrungen die du akzeptieren und loslassen kannst. Darunter sind die Leichtigkeit und die Freude. Die Freude ist die Türe zu

deiner Heimat, mit ihr erreichst du alles was du möchtest, du bist verbunden mit deiner inneren Stimme, deiner Intuition, deinen Fähigkeiten. Und es macht dir Spass diese mit Leichtigkeit in die Welt zu setzen und damit zu spielen: Hier kommt dann die Lust dazu. Wie ein Kind alles auszuprobieren.

Spiele, sei neugierig und frei.

In grosser Liebe für dich
Universelle Energien

Das Channeling wurde von Vanessa Gabor am 12- Juli 2017 empfangen. Der Text steht zur freien Nutzung zur Verfügung mit Angabe der Herkunft. Änderungen des Textes sind nicht erlaubt.

Beratung Vanessa Gabor
Feldstrasse 60, 4123 Allschwil, Tel. +41 61 971 30 20 www.vanessa-gabor.com