

BEWUSSTSEINERWEITERUNG DURCH SPIRITUELLE ENERGIEN



ELKE KOUBA
ICH BRINGE SIE IN BALANCE



Tel: 0676 970 82 83
office@elke-kouba.com
www.elke-kouba.com

Vortrag am Kongress des Wiener Firmensportverbandes am 11.11.2022

Es ist mir eine große Freude Ihnen, gerade in einer Zeit des Umbruchs und des Wandels, Hoffnung zu geben! Hoffnung und Vertrauen auf eine schöne Zukunft in der Lebensfreude sein darf! Jeder Mensch hat von Natur aus das Recht auf Fülle und Liebe!

Gehen wir davon aus, dass wir einst ein Lichtkörper waren der ganz bewusst auf der Erde inkarnierte, in eine Art Schuluniform, unseren Körper. Bei unserer Geburt vergaßen wir, dass wir einst reine Liebe waren und uns zur Aufgabe machten, uns in einer Welt der Polaritäten in unserer Liebesfähigkeit zu erkennen. Jeder Mensch kommt mit einem Seelenplan auf die Erde, diesen zu erfüllen er sich als Lebensaufgabe machte. Als Hilfestellung hierfür haben wir Zeit unseres Lebens ein ganzes Unterstützungsteam an unserer Seite, das sich zusammensetzt aus unseren Ahnen, Geistführern und Engeln. In unserer zivilisierten Welt vermag diese Aussage bei so manchen Menschen ein Kopfschütteln und belächeln bewirken, doch in Notsituationen und in schweren Lebenslagen bedient sich so mancher einem stillen Gebet in voller Hoffnung erhört zu werden. Ja, sie werden erhört! Ihr Hilfsteam wartet mit Freude darauf, von Ihnen gebeten zu werden Sie unterstützen zu dürfen!

Mit unseren Gedanken erschaffen wir unsere Zukunft und deswegen ist es so wichtig, ganz bewusst mit Gedanken und Gefühlen umzugehen!
Nehmen Sie bitte als Metapher hierfür, das altbekannte Glas das halb voll oder halb leer ist.

Die obere Hälfte des Glases ist unser VERSTAND.



Die untere Hälfte des Glases ist unser HERZ oder auch BAUCHGEFÜHL genannt.

Je mehr wir im Verstand (auch EGO genannt) sind, desto eher driften wir ab von unserem Seelenplan der mit Freude und Erfüllung gleichzusetzen ist. Der Verstand liebt es, alte Muster aufrecht zu erhalten, auch wenn wir uns dabei nicht wohl fühlen oder sogar unglücklich sind. Wie oft schon hat man retrospektiv erkannt, wie gut es gewesen wäre auf sein Bauchgefühl gehört zu haben! Angst ist das Gegenteil von Liebe und je mehr wir uns diesem destruktiven Gefühl ergeben, desto weiter entfernen wir uns von unserer eigenen Bestimmung und auch aus der daraus resultierenden Lebensfreude!

Es gibt eine wunderbare Übung die unterstützt, all den Herausforderungen des Alltags zu trotzen und sein Herz, der der Kompass für ein zufriedenes Leben ist, stark zu machen!

Setzen Sie sich hierfür, am besten täglich in der Früh für anfänglich fünf Minuten, später zehn Minuten gemütlich und aufrecht sitzend auf einen Sessel. Lehnen Sie sich gut an, legen Sie Ihre Handflächen auf die Oberschenkel und stellen Sie sich vor, es wüchsen kleine Wurzeln aus Ihren Füßen direkt in den Boden. Atmen Sie tief ein und aus und stellen Sie sich vor, beim Einatmen Licht durch Ihre Nase strömen zu lassen die sich in Ihren Lungen verteilt und beim Ausatmen alle negativen Gedanken aus Ihren Kopf fließen lassen. Nach einigen Atemzügen denken Sie sich eine Kerze in Ihren Herzensraum, deren Flamme beim Einatmen höher und beim Ausatmen breiter wird. Fühlen Sie die Wärme, das Licht und vor allem die Liebe die sich von Ihrem Herzensraum aus in Ihren ganzen Körper verteilt! Nehmen Sie die tiefe Ruhe und Zufriedenheit wahr die nun fühlbar ist. Bleiben Sie für einige Minuten in diesem herrlichen Gefühl und merken Sie wie sie ruhiger und liebevoller werden!

Nehmen Sie Ihr Herz, Ihr Bauchgefühl als Ihren Kompass für ein erfülltes Leben! Wenn wir uns Frieden und Anerkennung im Außen wünschen, ist es unumgänglich in die Selbstliebe und Selbstwertschätzung zu gehen! Das Gesetz der Resonanz zeigt uns sofort in einer Art Spiegel wie wir über uns und andere denken! Denke ich über mich schlecht, werde ich schlecht behandelt werden. Bin ich mit mir und meinem Umfeld in Unfrieden, werden mich liebevolle Situationen schwer erreichen können!

Achten Sie auf Ihre Gedanken und bleiben Sie in der Liebe!
Möge die Liebe stets Ihr Begleiter sein!

Herzlichst

Ihre Elke Kouba
www.elke-kouba.com

