

Frieden schließen

Verzeih dir selbst und all denen, denen du nie verzeihen konntest oder wolltest!

Wer Frieden auf Erden möchte, kann sofort anfangen die Grundlagen für den Weltfrieden zu legen:

Schließe Frieden mit dir selbst und all jenen,
die dir übel mitgespielt haben bzw. denen du übel mitgespielt hast.

Ich sehe schon die Fragezeichen in den Blicken derer, die diese Zeilen lesen. 😊

Und trotzdem sage ich: Nein das ist kein Witz!

Hier die Erklärung dieser „These“:

Achte mal auf die Gedanken, mit denen du dich Tag für Tag beurteilst. Oder sollte ich besser schreiben – verurteilst? Es heißt nicht umsonst, unser härtester Richter sitzt zwischen unseren Ohren.

Notier dir mal die Gedanken, die dieser Richter so tagaus tagein über dich und deine Aktivitäten so von sich gibt.

Und jetzt mal „Butter bei die Fische“: Sind das wirklich immer und ausschließlich liebevolle, motivierende, anspornende Gedanken, die dich aufbauen und dir Lust auf Mehr machen?

Oder hörst du da vielleicht doch öfter Gedanken, die besagen: „Du bist zu blöd – wie kann man nur so doof sein – ich kann ja gar nichts - ... etc.“

Wir sind seit frühester Kindheit so programmiert, so konditioniert, dass wir unseren größten Feind, unseren größten Kritiker zwischen unseren Ohren sitzen haben.

Wie bringe ich diese Stimme aber zum Schweigen? Geht das denn überhaupt?

Es geht.

ABER – die Voraussetzung ist: Du musst mit Allen wie auch mit Dir selbst Frieden schließen.

Lerne dich selbst zu lieben. Auch da gilt – wir wurden konditioniert, dass Selbstliebe schlecht ist.

Sch ..., oder?

Solange du dich nicht selbst lieben kannst, bist du auch nicht in der Lage, andere wirklich zu lieben.

Also starte in dein neues Leben, indem du zuerst Frieden mit dir selbst schließt, dann folgt Selbstliebe wie von selbst.

Ich durfte diese Erfahrung 2028 machen. Im Verlauf meiner Heilungssuche wurde mir von einer Heilerin der Vorschlag unterbreitet: „Du musst mal Frieden mit dir selbst schließen.“ Der Grund für diese Empfehlung lag in der Tatsache begründet, dass ich ihr in einem Gespräch gesagt hatte, dass ich seit Jahren regelmäßig Alpträume hatte und morgens ebenso regelmäßig schweißgebadet aufwache. Daraufhin machte sie mir den Vorschlag, Frieden zu schließen mit mir selbst und, wie es Robert Betz so anschaulich sagt, mit „all meinen Arschengeln“.

Was ist mit Arschengeln gemeint? Na das sind die Leute, denen du bzw. die mir im Verlauf meines Lebens übel mitgespielt haben. Und es ist völlig irrelevant, wann das genau geschehen ist. Egal ob gestern oder vor dreißig Jahren. Solange dieser Mensch dich verfolgt, gibst du ihm Macht über dich und dein Leben. Und, mal ehrlich, wie sinnvoll ist es, in „solch alten Schuhen“ rumzurennen? Das kann doch nur schmerzhaft ausgehen.

Bei mir waren es weniger Andere, denen ich zu vergeben hatte. Bei mir waren es Dinge, die ich Anderen „angetan“ hatte. Rückblickend muss ich heute sagen: „Das meiste, was ich zu vergeben hatte, war schlicht und ergreifend „Fliegenschiß“, nicht der Rede wert und, wie ich selbst im Gespräch mit einem Bekannten feststellen durfte, hat der Gegenüber diese „Sache“ längst vergessen oder ad acta gelegt. Das bedeutet, du machst dich verrückt, lässt zu, dass eine Begebenheit, die die betreffende Person längst abgehakt hat, dir die Freude am Leben raubt? Wie klug ist das denn?

Es war wirklich so, dass ich einen Bekannten, dem ich vermeintlich Unrecht getan hatte, darauf angesprochen hatte und er nicht mal mehr wusste, wovon ich sprach.

Vielleicht fallen dir ja auch spontan Begebenheiten ein, die sich für dich wie offene Rechnungen anfühlen. Dann ist es sinnvoll, mit dir selbst in „Friedensverhandlungen“ einzutreten.

Gut! Es ist eine Sache, diese Problematik zu erkennen. Eine andere Sache stellt sich dann unweigerlich ein, nämlich die Frage nach dem „Wie“. Wie schaffe ich es, „Frieden mit mir selbst zu schließen“?

Eines muss dir auch klar sein: Es geht nicht darum, dass der oder die Andere dir vergibt. Denn oft haben die Betroffenen den speziellen Vorgang gar nicht mehr auf dem Schirm. Es geht ausschließlich darum, dass dein innerer Richter zum Schweigen gebracht wird DER INNERE RICHTER, der dich permanent verurteilt z. B. für Dinge, die bereits geklärt oder beigelegt sind.

Ich hatte mehrere solcher Dinge zu bereinigen, die mir „auf dem Magen lagen“. Die deutsche Sprache ist so klar und unmissverständlich. Bei mir hieß das, dass ich die Dinge einfach nicht mehr „anschauen“ wollte. Aus den Augen, aus dem Sinn? Schön wär`s. Aber das genaue

Gegenteil ist der Fall. Wenn du diese Lasten nämlich nicht ablegst, schleppst du solange herum, bis sie Beschwerden oder Krankheiten hervorrufen, wie z. B. Magengeschwüre, Rücken – oder Schulterschmerzen, Allergien, etc..

Also kommen wir zurück zu dem „Wie“. Wie schaffe ich es, Frieden mit mir zu schließen?

Mir empfahl besagte Heilerin ein uraltes, hawaiianisches Ritual, das man unter dem Begriff „Ho’oponopono“ auch im Internet findet.

EIGENTLICH – besteht dieses Ritual lediglich aus 6 kleinen Sätzchen. Man findet die unglaublichsten Beschreibungen von „Heilerfolgen“ in den Dokumentationen.

Mir persönlich hat es geholfen. Es hat zwar fast vier Monate in Anspruch genommen. Aber da ich bereits seit mehreren Jahren unter diesen Alpträumen gelitten hatte, war es für mich gut angelegte Zeit.

Wie also habe ich das gemacht?

1. Du musst dir klarmachen, welche Begebenheit du hinter dir lassen willst. Du musst glasklar vor deinem inneren Auge sehen, wer und vor allem was dich beschäftigt.
2. Sobald du die Person bildlich vor dir siehst, sprichst du
3. die Sätze des Ho’oponopono laut aus:

Ich verzeihe dir!

Ich verzeihe mir!

Verzeih auch du mir!

Ich liebe dich!

Ich liebe mich!

DANKE!

4. Diese Visualisierung und die Sätze wiederholst du so lange, bis du das Gesicht der entsprechenden Person nicht mehr aufrufen, nicht mehr vor deinem inneren Auge erscheinen lassen kannst.

Ich habe teilweise 3, 4, 5 ja bis sogar 10 oder mehr Wiederholungen gebraucht, bis das Ergebnis (für mich) zufriedenstellend war.

Den Erfolg dieser Aktion hast du allein in der Hand.

Gibst du dich mit wenig zufrieden, wird der Erfolg oder besser gesagt, der Nutzen auch entsprechend geringer ausfallen.

Für mich gab es da nur: Alles oder nichts. Erst, wenn das Gesicht völlig verschwunden war und blieb, ging ich zum nächsten Fall über.

Wie schon erwähnt: Ich habe 4 oder gar 5 Monate gebraucht, bis ich all meine „Baustellen“ voll umfänglich geschlossen hatte.

Das Schöne an der Sache ist: Kontrolle entfällt. Denn du merkst sofort, wenn sich wieder irgendwelche „Baustellen“ auftun. Denn du hast jetzt ein Werkzeug an der Hand, das, vollkommen frei von unerwünschten Nebenwirkungen, garantiert Hilfe bringt.

Vielleicht sollte ich besser sagen: Ein Werkzeug, das Abhilfe schafft. Denn das ist es was geschieht – Abhilfe wird geschaffen.

Solltest du irgendwelche Fragen zur Anwendung oder Ähnlichem haben, melde dich per Email oder ruf doch einfach an. Ich werde diesen Text mit deiner Hilfe regelmäßig erweitern bzw. anpassen. Denn ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich mit meinen Tipps und Tricks oftmals zu viel voraussetze, was der Leser gar nicht wissen kann. Und dieser Fakt reduziert die Verständlichkeit dann in der Regel erheblich.

Daher bin ich dankbar, wenn wir gemeinsam den Effekt, den ich mit diesen Zeilen erzielen möchte, verbessern oder maximieren.

Wir sind folglich aufeinander angewiesen. Hilfts du mir, helf` ich dir.

Wie lautete Henry Fords Motto nochmal?

Zusammenkommen – zusammenbleiben – zusammen verändern!*

*Ist geringfügig an unser Thema angepasst. 😊

Hier noch meine Kontaktdaten

Harald Hedemann

Hauptstrasse 4 a

Lautenbach

+ 49 (0) 7802 706140

+ 49 (0) 176 372 66 364