

Liebe QuantenIntelligenzlerInnen,

in letzter Zeit „predige“ ich in meinen Seminaren wieder richtig gehend über das „Annehmen“ von allem was in unserem Leben gerade da ist und es gibt natürlich auch in sämtlichen Seminaren und Praxisvertiefungen, praktische Übungen für den „Alltag daheim“ dazu.

Erst durch das „Annehmen“ von allem was in meinem Leben gerade da ist, kann ich schlussendlich auch loslassen. Ohne Annehmen gibt es kein Loslassen.

Der Zaubersatz dazu heißt: „**JA, ich nehme es an so wie es ist!**“ Wenn man das „JA“ so richtig schön, mit einem gleichzeitig tiefen Atemzug, ins Herz hinein sagt, aktiviert man die Herzenergie. Schon allein das Wort **JA**, setzt jede Menge Energien frei! Fühlt es und spürt es ganz einfach.

Zum Annehmen gehört für mich alles dazu, was ich als **nicht so ganz positiv**, um es schön zu formulieren, empfinde ☺

Das sind unter anderem sämtliche Gefühle und Emotionen die mir gerade hoch kommen, Situationen die gerade passiert sind, Personen, die gerade den sprichwörtlich roten Knopf drücken und mich in dem Moment mächtig in die Höhe bringen und natürlich auch kleine und große körperliche Wehwehchen.

Übungsbeispiel bei nicht so schönen Gefühlen wie Wut, Leid, Zweifel, Hilflosigkeit und Schmerz:

Ja, diese Wut in mir darf jetzt da sein oder Ja, ich bin bereit diese Wut in mir jetzt zu fühlen und zu spüren.

Ja, ich darf jetzt leiden. Ja, ich darf leiden.

Ja dieser Zweifel in mir darf jetzt da sein. Ja, ich darf jetzt zweifeln. Ja, dieser Zweifel ist ein Teil von mir und will und darf angenommen werden.

Ja, ich darf mich jetzt hilflos und alleine fühlen. Ja, ich darf mich jetzt verlassen fühlen. Ja, ich bin bereit dieses Gefühl in mir anzunehmen und zu spüren.

Ja, dieses Gefühl der Angst ist ein Teil von mir und gehört zu mir. Ja, ich nehme diese Angst in Dankbarkeit und Liebe an, da sie ein Teil von mir ist.

Ja, mein Bauchweh darf jetzt da sein. Ja, ich bin bereit meinen Bauchschmerz zu fühlen und zu spüren. Ja, lieber Bauchschmerz ich nehme dich jetzt an.

usw.

Versucht dabei das „JA“ immer ins Herz zu atmen. Sagt das Ganze zehnmal, zwanzigmal oder mehr, bis es Euch für den Moment wieder gut geht. Ihr könnt dazu auch in den Spiegel schauen und werdet in „Nullkommanichts“ feststellen, dass Ihr lachen müsst ☺

Dieses Ja zu sagen ist einfach befreiend, dieses JA setzt unglaubliche Energien frei.

Alles was in unserem Leben da ist, will, darf und möchte angenommen werden. Alles was wir erleben ist wichtig und ist ein Teil von uns, der auch angenommen werden darf. Alles was wir empfinden, alles was wir fühlen, ist ein Teil von uns und gehört damit auch zu uns.

Ein schönes Abend- und Morgengebet dazu wäre:

Ja, ich nehme alles in Dankbarkeit und Liebe an, weil es ein Teil von mir ist und damit zu mir dazu gehört!

Wen wir gegen all unsere Gefühle und alles was in unserem Leben da ist, ankämpfen, in Form von: „Ich will nicht leiden“ oder „Ich will dass das jetzt aufhört“ oder ähnlichem, sind wir quasi im permanenten Kampfmodus gegen das, was eigentlich angenommen werden will und darf. Und ihr wisst ja, aus Kampf plus Kampf gegen etwas, entsteht nur noch mehr Kampf. Das ist eine ganz einfache Rechnung und jeder einzelne von uns hat das schon x-fach praktiziert ☺

Nachstehend nun die Termine für das nächste wunderschöne **Ho´oponopono Seminar „Heile DEIN Herz“** in dem es nur um uns selbst und um unsere Emotionen und Gefühle hinsichtlich aktueller Problemstellungen im Leben geht und die nächste **Quantenheilung Praxisvertiefung!**

QI 4- Ho´oponopono „Heile Dein Herz“:

Samstag, 13. Mai 2017 von 12-18 Uhr bei mir in Stainach in einer ganz kleinen Gruppe bis max. 4 Personen!

Seminarkosten: € 120,- inkl. Seminarunterlagen/Kaffee/Kuchen/Wasser

Voraussetzung: Quantenheilung 1 und 2 oder 1-3 kompakt

Das wohl schönste Seminar voller Liebe für uns selbst, in dem wir auflösen, klären und reinigen und damit Körper, Geist und Seele entgiften.

Ho´oponopono ist eine alte hawaiianische Lehre der Huna (Hu bedeutet Wissen und Na bedeutet Weisheit) und wird auch als Vergebungs- oder Verzeihungsritual bezeichnet.

Ich selbst sage auch Reinigungs-, Klärungs- und Entgiftungsritual für Körper, Geist und Seele dazu.

Es ist ein einfaches System der Selbsthilfe, um mit sich selbst, mit anderen und mit der Natur und mit dem Kosmos wieder in Harmonie zu gelangen.

Ho´oponopono geht natürlich auch davon aus, dass in dieser Welt alles miteinander verbunden ist und wir demzufolge natürlich auch auf alles wirken.

Daher können wir Probleme im Außen nur dann lösen wenn wir auch unsere innere Resonanz dazu lösen.

In der Sprache der alten Hawaiianer bedeutet Ho´oponopono daher: **„Die eigene innere göttliche Ordnung wieder herstellen.“**

Ho´oponopono wird als ausgesprochen effektive Problem- und Konfliktlösungsmethode bezeichnet und wurde vor allem in den 80er Jahren durch die erfolgreiche therapeutische Arbeit von Dr. Ihaleakala Hew Len bekannt, dessen Geschichte Ihr auf meiner Homepage in der [Lesecke](#) findet!

[Hier findet Ihr die Seminausschreibung!](#)

QI- Quantenheilung Praxisvertiefung:

Sonntag, 14. Mai 2017 von 14-18 Uhr bei mir in Stainach in einer kleinen Gruppe.

Seminarkosten: € 70,-- inkl. Kaffee/Kuchen/Wasser

Diese Praxisvertiefung ist für alle zum Üben, Vertiefen und Erweitern gedacht, die Quantenheilung bei mir gemacht haben.

Wie immer wird es ein „ausreichendes Bad“ im reinen Bewusstsein geben sowie eine komplette Sitzung und natürlich viele Übungen und Meditationen zum Hinschauen, Wahrnehmen, Spüren und Annehmen ☺ Zusätzlich machen wir diesmal eine Übung zur Selbstprogrammierung, hinsichtlich Dingen die Euch wichtig erscheinen (vielleicht Gesundheit, Gewicht, Finanzielles.....) und ein paar kleine Energieübungen die man schnell im Alltag einbauen kann.

Zitat des Tages:

Nichts ist entspannender, als das anzunehmen, was kommt.
(Dalai Lama)

Danke für Eure Aufmerksamkeit! Ich freue mich auf das nächste Wochenende mit Euch!

Namasté und alles Liebe wünscht

Gabriela König

Tel.: +43 676 917 88 39

gabriela@quantenintelligenz.at

www.quantenintelligenz.at

www.lebensenergiezentrum.at

Matrix/Quantenheilung Bewusst(sein)s Seminare

Bewusst(sein)swanderungen

Quantenheilung Einzel- und Fernsitzungen

Anwendung **Quantum Entrainment®** n. Dr. Kinslow

Anwendung der **Russischen Heilmethoden** n. Grabovoi

Qi-Ho´oponopono - hawaiianisches Vergebungsritual