

NEWSLETTER 4. QUARTAL 2025 ©

Im letzten Quartal habe ich Euch vom ersten Leitsatz, an welchen mich meine geistigen Helfer stets erinnern, berichtet.

(Zur Erinnerung: Es ging darum, wie wichtig es ist klare Entscheidungen zu treffen. Wer sich nicht mehr erinnern kann oder sich erst jetzt in der Newsletter-Verteilerliste aufnehmen ließ, der kann das auf meiner Homepage nachlesen. Der Newsletter ist noch bis Ende des Monats dort zu finden oder dann anschließend in meinem Archiv.)



Das zweite, worauf meine Helfer mich stets hinweisen, wenn ich es mal wieder im Alltag vergesse, ist: „Das Leben sucht immer seinen Ausgleich“.

Nur wenn das Leben in einem absoluten Gleichgewicht steht, kann es die Waage halten. Sobald etwas auf eine Seite kippt, gerät die Sache ins Wanken. Es gibt daher keine Stabilität mehr, kein Vorwärtsgen, kein Weiterkommen, da wir nur noch damit beschäftigt sind irgendwie das Gleichgewicht wieder herzustellen.

Was meinen meine Helfer damit genau?

Ich möchte Euch ein paar Beispiele nennen:

Tief in mir sind alle Qualitäten des Winters. Im Winter liegt die Dunkelheit, der Rückzug, die Stille, Meditation, Ruhe, Schöpferkraft – es gibt das zarte Licht, welches aus der Dunkelheit geboren wird und neues Leben erschafft. Mein Archetyp, wenn man es so sagen will, ist der Winter.

Und weil all diese Qualitäten in mir sind, brauche ich den Sommer im Außen um einen Ausgleich zu erhalten. Ich brauche die langen hellen Tage, die Wärme, das Sonnenlicht, die Bewegungen des Lebens, das Lebendig sein, die Farben. Sobald die warmen Tage im Jahr erwachen, die Tage länger werden spüre ich einen unglaublichen Zuwachs an Kraft in mir.

Diese Kraft kommt durch den Ausgleich. Ich liebe die Nacht, ich liebe den Winter und die Dunkelheit – aber in Verbindung mit dem Tag, dem hellen Sonnenlicht und der Wärme entsteht in meinem Leben der Ausgleich, welcher in mir eine dritte Qualität erwachen lässt – meine eigene Kraft, die wachsen kann, wenn alles im Ausgleich ist.

Bei einer Freundin von mir ist dies absolut umgekehrt. Sie ist innerlich der reine Sommer – die Sonne, die es liebt zu strahlen. Aber die sommerliche Jahreszeit erschöpft sie und sie sehnt sich den ganzen Sommer lang danach, dass es doch schnell wieder Winter werden soll. Sie sehnt sich nach dem Rückzug und der Ruhe um endlich bei sich ankommen zu können.

Wir brauchen den Tag um uns kreativ auszudrücken, aber wir brauchen auch die Nacht um uns von unserem Tun zu erholen. Nur dann können wir wirklich aus uns selbst erschaffen – aus unserer eigenen Kraft heraus etwas zu erschaffen.

Wir brauchen Momente der Ruhe und wir brauchen Zeiten der Arbeit.



In unserer Zeit ist diesbezüglich vieles ins Ungleichgewicht geraten. Es gibt das Burnout und das Boreout. Das eine ist eine Überlastung, das andere eine Unterforderung, woraus oft Langeweile entsteht. Beides hat im Krankheitsfall die gleichen Symptome: Kraftlosigkeit, Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Erschöpfung, Depression...

Dies zeigt uns weiter, wie wichtig es ist, immer im Gleichgewicht in unseren täglichen Anforderungen zu bleiben.

Gehen wir tiefer in uns, so finden wir dort lichtvolle Aspekte und ebenso unsere Schattenseiten. Beides ist da und wir Menschen haben die Möglichkeit uns zu entscheiden, welche dieser Seiten wir nachfolgen.

Wollen wir immer lieb sein, so kann es schnell passieren, dass man ausgenutzt wird, wir uns überfordert fühlen und wir rutschen in eine selbst gemachte Opferrolle.

Folgt man mehr der Schattenseite, so gerät man schnell auf Abwege und in wirkliche Schwierigkeiten aus denen man nicht mehr oder nur noch schwer wieder herausfindet.

Darum ist es auch hier sehr wichtig im Ausgleich zu bleiben. Übt euch darin die Menschen zu verstehen, sie urteilsfrei zu betrachten, erkennt ihr inneres Licht und erinnert euch stets daran, dass wir alle einer Familie angehören und aus der gleichen Quelle stammen.

ABER verliert euch nicht darin. Findet eure Grenzen, schafft euch euren Raum, schützt diesen. Lernt in Liebe „nein“ zu sagen, wenn euch etwas zu viel wird. Ihr seid verantwortlich für euer inneres Gleichgewicht – für euren Ausgleich. Denn wenn ihr einen inneren Ausgleich in euch stabilisiert, werdet ihr auf eurem Lebensweg nicht ins Wanken kommen und könnt immer weiter gehen um auch für andere da zu sein.

Findet euren Weg, findet eure Berufung und teilt eure Talente mit andren. In eurem inneren Ausgleich findet ihr eure Mitte, die nicht wankt und schwankt, sondern die euch Stabilität schenkt und es erwacht die Kraft des Dienens für alles was lebt.

Im absoluten Gleichgewicht breitet sich Ruhe und Frieden in uns aus – ein Gleichmut, der uns das Leben nehmen lässt wie es ist und in welchem wir stark unseren Weg gehen können – in dem wir uns selbst finden und uns selbst leben können unberührt von versuchter Manipulation oder der Meinung Anderer.



Die Welt – wohin wir auch schauen – ist ins Ungleichgewicht geraten. Kriege, Hungersnöte, Unwetter, Katastrophen aller Art haben sich auf der Erde ausgebreitet. Die Ursache liegt am Ungleichgewicht der Menschen, die sich auf der Erde verirrt haben – verirrt in ihrer eigenen Einseitigkeit, vielleicht durch Beeinflussung von außen, durch Manipulation und Täuschungen.

Das Ungleichgewicht der Welt ist jedoch wieder ins Gleichgewicht zu bringen indem so viele Menschen wie möglich nach ihrem eigenen inneren Gleichgewicht suchen, alles ins Lot bringen. Jeder Mensch der sich selbst in die Waage bringt strahlt eine Stabilität aus von der die ganze Welt profitieren kann. Denn er sendet Schwingungen aus, die sich weit ausbreiten können und alle, die davon berührt werden kommen ebenfalls in Schwingung und werden dazu animiert wieder das Gleichgewicht zu finden.

Im letzten Quartal des Jahres erleben wir die Wintersonnwend. Das Leben, welches uns selbstverständlich und zuverlässig zeigt, wie wichtig sowohl das Eine wie auch das Andere ist, damit wir ein stabiles Leben erfahren können.

Ich wünsche euch eine kraftvolle Wintersonnwend, segensreiche und friedvolle Weihnachten und einen guten Übergang ins Neue Jahr.

HEIDI

ANKÜNDIGUNG:

- Im neuen Jahr geht es weiter mit Seminaren in Tierkommunikation und Schamanismus. Die Termine werde ich euch rechtzeitig über den Verteiler bekannt geben und auf meiner Homepage, die gerade aktualisiert wird, veröffentlichen. Voraussichtlich wird der erste Tierkommunikationskurs im März stattfinden und im April werden die schamanischen Seminare starten.
- Jeden Donnerstag um 19.30 Uhr (mit Ausnahme der Schulferien und dem 16. 10. 25) finden im Seminarraum, Lindengasse 19, 74595 Langenburg-Unterregenbach ZEN-Meditationen statt.

Jeder Interessierte an dieser Art der Meditation ist herzlich eingeladen. Bitte Meditationskissen oder -bänke mitbringen. Wer lieber auf einem Stuhl sitzt – Stühle sind genügend vorhanden.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Wir freuen uns aber über eine freiwillige Spende. Alle Spenden gehen an die „Tierhilfe Hoffnung e.V.“.

Anmeldungen sind nicht erforderlich, einfach vorbeikommen.

Wir freuen uns auf euch!