

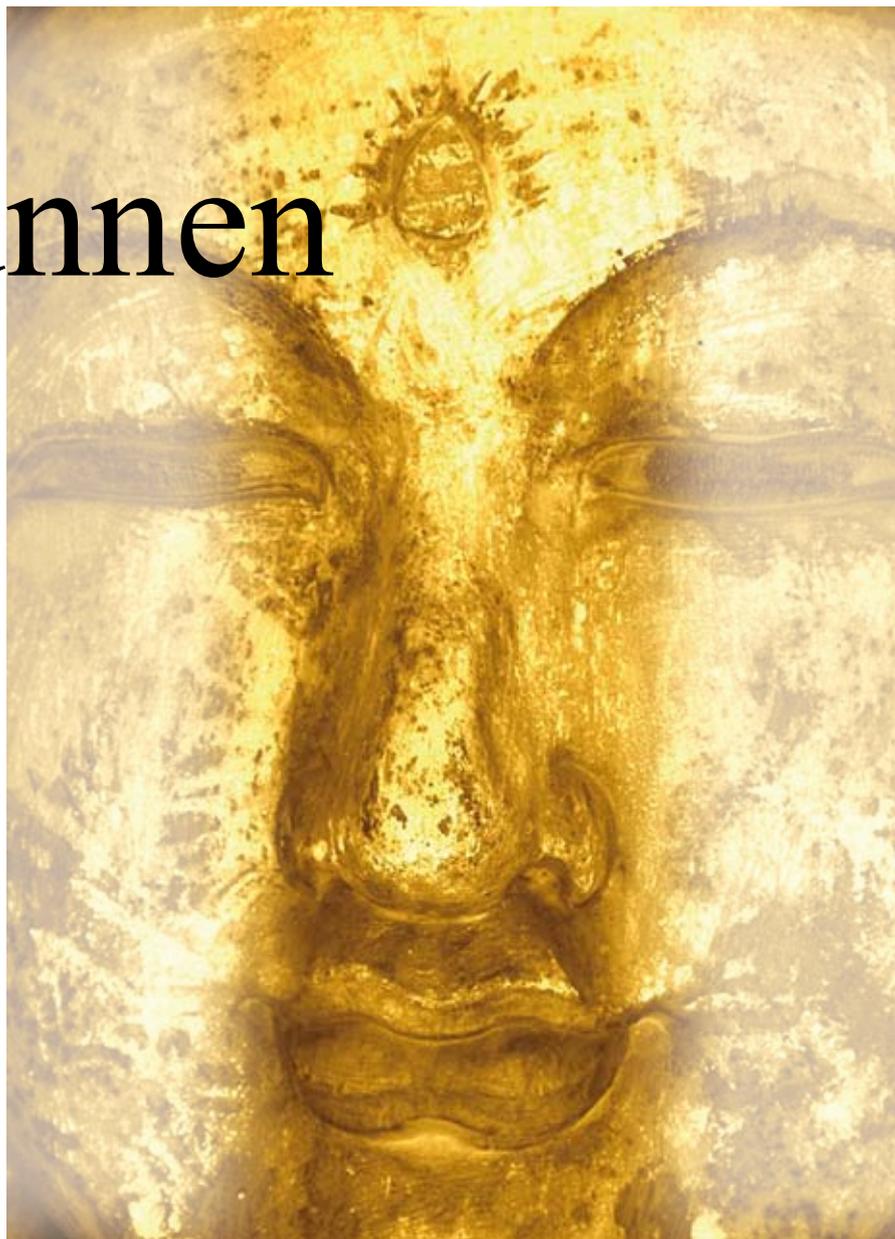
Jungbrunnen

Metaphysik

von Gabriele Bodmer

Anti-Aging in seinen vielen Facetten ist ein allseits gegenwärtiges Thema unserer Zeit. Es drückt, abgesehen von der Furcht vor dem Tod, unsere mächtigen Ängste aus, unattraktiv zu sein, darüber hinaus bedürftig, siechend, hilflos, einsam, vernachlässigt und nicht mehr für voll genommen zu werden. Wir möchten Kontrolle über unser Leben haben und geliebt werden. Dies ist für uns untrennbar verbunden mit Vitalität und Jugend. Auf einer anderen Ebene hat die intensive Beschäftigung mit Anti-Aging auch etwas mit unserem aufkeimenden Gespür dafür zu tun, dass bisher als unumstößlich geltende Lebensumstände nicht mehr gültig sein müssen. (z.B. Leben hat mit Abbau zu tun). Ich möchte das Wort Anti-Aging durch das Wort Alterslosigkeit ersetzen. Unter Alterslosigkeit verstehe ich, kurz gesagt, einen vitalen körperlich-seelischen Zustand, vereint mit einem gesunden, straffen Haut- und Gewebebild, der sich über die Jahre bis zum wann auch immer stattfindenden Tod hinzieht. Unserer Existenz liegt eine göttliche Blaupause zugrunde, ein perfektes Vorbild, das gesund, vital und heil ist. Unsere Absicht möchte also sein, eins zu werden mit diesem göttlichen Urbild.

Unsere begrenzenden Lebensvorstellungen und die damit einhergehenden Emotionen sind eine der Ursachen, die uns altern lassen. Viele von Ihnen werden sicherlich schon

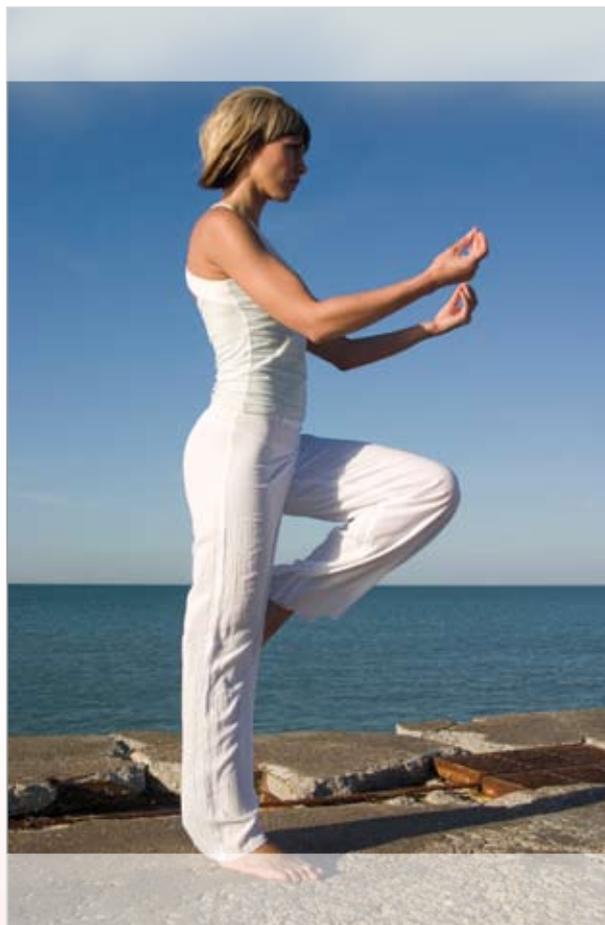


einmal festgestellt haben, dass Menschen, die eine innere Wandlung durchlaufen haben, anders aussehen. Ihre Züge haben sich neu eingerichtet. Etwas Belastendes ist verschwunden, die gesamte Struktur der Person „verdrahtet“ sich neu – dies wirkt sich bis auf Zellebene aus. Das Gesicht wirkt klarer und mit einem Mal nimmt man eine bisher eher unscheinbare Person ganz anders wahr – sie wird gesehen. Einige Coache fotografieren die Gesichter ihrer Klienten – zum Beispiel vor und nach einem Intensivseminar, um die äußere Veränderung, die die inneren Prozesse mit sich bringen, zu dokumentieren. Die Vorher-Fotos eines bekannten amerikanischen Coaches zeigen die Person zu einem Zeitpunkt als sie noch einer ungeliebten Tätigkeit nachging, in der sie ihr Potenzial nicht angemessen einbringen konnte, meist im Angestelltenverhältnis. Die Nachher-Fotos geben dieselbe Person wieder, nachdem sie aufgrund des Coachings in der Lage war, ihr eigenes Geschäft erfolgreich

aufzubauen. Es ist kaum zu glauben, dass die beiden Bilder ein und denselben Menschen darstellen. Die eindrucksvollen Dokumente offenbaren nicht nur eine frappierende Veränderung der Gesichtszüge, sondern auch offensichtliche Verjüngung. Dieses Phänomen hat der/die eine oder andere sicher auch einmal nach einer therapeutischen/metaphysischen Sitzung bemerkt, in der etwas erlöst werden konnte. Denn: So wie psychische Blockaden und Krankheit größtenteils auf unverarbeiteten Emotionen beruhen, so sind diese auch Ursache für bestimmte Art der Faltenbildung, Hautprobleme oder müdem, schlaffen Erscheinungsbild der Haut etc. Es ist ein faszinierender Prozess, zu erfahren, welche belastenden Emotionen speziellen Falten zugrunde liegen und ihre Ursache zu entkoppeln. Wer alterslos sein möchte, sollte also der eigenen geistig-seelischen Heilung verpflichtet sein.

An nächster Stelle steht Chakra Arbeit. Jedes unserer Chakren steht für bestimmte Lebensthemen. Die Chakren sind feinstoffliche Energiewirbel, über die wir universelle Lebensenergie aufnehmen und damit einhergehend ätherische Botschaften in die Umgebung abstrahlen. Jedes psychische und physische Problem steht in Relation mit unseren Chakren. Ein Mensch, der nicht genug Achtung und Liebe für sich selbst empfinden kann, hat zum Beispiel eine Blockade im Herzchakra. Wir können an der Reinheit und Gesundheit unserer Chakren einmal durch oben erwähnte Auflösung unserer Probleme arbeiten, eine andere Möglichkeit besteht darin, auf spirituellem Weg direkt auf unsere Chakren einzuwirken.

Dies kann durch Yoga geschehen, Meditationen, Atemtechniken, Intervention mit heiliger Geometrie und anderen Arten der Energiearbeit bzw. -übertragung.



Kontinuierliche Chakra Arbeit kann jahrelange Psychotherapie erheblich abkürzen. Schlacken lagern sich nicht nur in unserem physischen Körper ab, sondern auch im feinstofflichen Bereich. Dort sind sie gespeichert als Niederschlag unserer psychischen Gifte, wie Angst, Neid, Verzweiflung, Groll etc. Durch Behandlung der Chakren schleusen wir diese Toxine aus dem Energiekörper. Die Folge ist dieselbe wie bei körperlicher Entschlackung: Verjüngung. Chakrenarbeit ist aber auch deswegen so wichtig, weil jedes Chakra mit entsprechenden hormonproduzierenden endokrinen Drüsen in Zusammenhang steht, die von tragender Bedeutung für unseren Alterungs- bzw. Verjüngungsprozess sind. Momentan ist dabei der Fokus vor allem auf die Gehirndrüsen zu legen.

Viele spirituelle Lehrer sind der Ansicht, dass die Zellen unseres Körpers altern, weil wir glauben, dass es so ist. Dieses Bewusstsein nähren wir



ständig durch unsere Beobachtungen, Gedanken und Gefühle. „Energie folgt der Aufmerksamkeit“, lautet ein universelles Gesetz. Von Kindesbeinen an sind wir mit dem Altern konfrontiert. Wir sehen die Falten von Oma und Opa, wir erleben, wie sie abbauen, krank und pflegebedürftig werden usw. Wir kennen es nicht anders. Altern scheint uns eine Selbstverständlichkeit zu sein, so wie es viele „Selbstverständlichkeiten“ gibt, die wir brav und unhinterfragt als gottgegeben hinnehmen. Mit diesem, obendrein im kollektiven Bewusstsein verankerten Glauben, programmieren wir unsere DNS immer wieder von neuem. Gene sind bereits programmiert und unbeeinflussbar? Stimmt nicht. Die moderne Wissenschaft hat festgestellt, dass wir unsere DNS aktuell prägen durch unsere Eindrücke, Gedanken, Gefühle, Glaubenssysteme und Entscheidungen. Nebenbei bemerkt hat sie damit altes, metaphysisches Wissen, wie so oft, bestätigt. Wir kodieren unsere DNS also immer wieder neu in jedem Moment unseres Alltags. Und – Wiederholung stärkt das Programm. Ein weiterer Schritt zur Alterslosigkeit besteht nun darin, aus dem kollektiven

Glaubensbewusstsein, dass Leben mit Alterungsprozessen einhergehen muss, auszusteigen und unsere Gene neu zu programmieren. Den Weg dorthin öffnet uns der schier unerschöpfliche Pool an alten und neuen spirituellen Möglichkeiten, die uns in der heutigen Zeit zur Verfügung stehen. Zu diesen gehören Meditation, Kodierung der energetischen DNS, Arbeit mit heiliger Geometrie, und die neuen Methoden, die auf den Erkenntnissen der Quantenphysik aufbauen, wie Energetische Psychologie. Das alte afrikanische Ritual Harvest Moon, das einmal im Jahr, in einem speziellen Zeitfenster durchgeführt wird, ist ebenfalls ein beeindruckender Weg, den Alterungsprozess umzukehren.

Stress ist Alterungsgrund Nummer eins. Jeder empfindet Stress anders. Was dem einen stressvoll erscheint, beeindruckt den anderen noch lange nicht. Stress verkürzt unsere Telomere. Man kann sich die Telomere als „Lebensfäden“ in den Zellen vorstellen. Sie sitzen am Ende der Chromosomen (also unserer

DNS) und überwachen wie oft sich die Zelle teilt. Bei jeder Zellteilung werden sie ein Stückchen kürzer. Ist die letzte Telomereinheit aufgebraucht, kann sich die Zelle nicht mehr teilen, sie stirbt ab. Je länger die Telomere, desto länger die Lebenserwartung - und auch die Jugendlichkeit. Bedauerlicherweise macht es wenig Sinn, auf lange Telomere zu meditieren denn: Gerade Krebszellen besitzen „qualitativ hervorragende“ Telomere, das macht sie so lebensfähig. Wenn eine Zelle beginnt kanzerös zu werden, dann teilt sie sich öfters und die Telomere werden sehr kurz. Um diesem Schicksal zu entfliehen wird die Zelle zum Krebs, der die Telomere daran hindert kürzer zu werden.

Gefühlter Stress verkürzt also die Telomere. Ein gesundes Stressmanagement ist demnach lebensnotwendig. Wie wir mit Stress umgehen können hängt wiederum vom Zustand unserer Chakren/Psyche ab (siehe oben). Zudem verstärken wir unseren eigenen Stress oft ungewollt durch unsere Worte. „Unsere Gedanken kreieren unsere Realität“ heißt ein weiteres universelles Gesetz. Wenn jemand sagt: „Ich kann nicht mehr“, hört der Körper (DNS) diese Aussage und reagiert entsprechend.

Er kann nicht mehr. Man hat es ihm ja mitgeteilt. Klagt man: „Ich bin müde“ oder „ich bin erschöpft“, dann wird dies die Telomere kürzen. Es ist also einmal mehr vonnöten auf die eigenen Worte bzw. Gedanken zu achten, und damit die Botschaften, die man zu seinem Körper sendet.

Unsere so herausfordernde wie spannende Zeit hält viele metaphysische Möglichkeiten bereit an der Alterslosigkeit zu arbeiten. Beginnen wir damit unser Potenzial als bewusster Mit-Schöpfer zu reklamieren. Dies sollte mit einer klaren Entscheidung (keine Affirmation wohlgermerkt) und Absicht den Anfang nehmen: „Mein Alterungsprozess stoppt jetzt. Ich lebe im Zustand gesunder Jugendlichkeit auf allen Ebenen während meiner gesamten Inkarnation!“

Ihre Gabriele Bodmer



Gabriele  Bodmer

SEMINARE:
HARVEST MOON –
Verjüngungsritual
München 03.10.2009, Oldenburg, 05.10.2009

ZELLVERJÜNGUNG –
ENERGETISCHES FACELIFT
Oldenburg 08./09.09.2009

SEELENFITNESS/
ARCHÄOLOGIE DER SEELE
Oldenburg, 12./13.09.2009

LICHTSPRACHE I und II
Straubing, 24. – 27.09.2009

DER MAGISCHE WÜRFEL
Saarbrücken, 24/25.10.2009



Information und Anmeldung:
Gabriele S. Bodmer
Tel.: 089 480 20 55 – arroy@t-online.de
www.light-language.de