



metaSpirit® - Info Allgemein

Rund und g´ sund... na und? Warum wir den Kampf gegen das Übergewicht immer wieder verlieren

Inhalt:

Die Perfektion der Schöpfung

Die Wirklichkeit des Übergewichts

Die mögliche Er-Lösung

Die Perfektion der Schöpfung

Realistisch – also ur-menschlich – betrachtet, ist das Übergewicht eine sehr einfache Rechnung. Nehmen wir mehr Kalorien (Joule) zu uns als wir durch körperliche Aktivitäten verbrennen, dann legen wir an Leibesfülle zu. Was nicht verbraucht wird, kommt auf die hohe - runde - Kante. Es ist wie bei unserem Bankkonto: Was wir nicht ausgeben, können wir für schlechte Zeiten sparen.

Damit stellt sich natürlich die Frage: „Gibt es für unseren Körper denn wirklich schlechte Zeiten? Zeiten, für die er Reserven braucht?“ Eigentlich nicht! In den hoch zivilisierten Ländern braucht niemand mehr zu verhungern. Wir können uns täglich mit mehr als drei Mahlzeiten verwöhnen und haben auch keine Mangelerscheinungen. Selbst bei schweren Krankheiten oder Unfällen werden wir künstlich ernährt. Möglicherweise leiden wir unter Bewegungsarmut physischer und psychischer Natur, die so manche Diskrepanzen in Zusammenhang mit unserer Ernährung ans Tageslicht bringen. Aber auf keinen Fall sind wir Hungerleider, selbst wenn die Industrie noch so darauf pocht. Bei halbwegs natürlichen Lebensmitteln und einem körperlichen Grundumsatz an Betätigung brauchen wir auch keine Nahrungs-Ergänzungsmittel.

Andererseits gibt es nichts Perfekteres als die Natur. Obwohl die Medizin und andere Wissenschaften von der Notwendigkeit ausgehen, offensichtliche Fehler und Mängel korrigieren zu müssen, beinhaltet die Schöpfung eine göttliche Effizienz. Ihre Funktionalität ist weitaus komplexer als unser verstandesorientiertes Wissen erfassen kann. Aus Sicht der spirituellen Metaphysik lässt sich die zu Grunde liegende Logik aber gut erkennen. Eine naturbedingte Effizienz bedeutet, dass alles, was nicht mehr benötigt wird, verschwindet. Es löst sich auf, weil es dem individuellen und in weiterer Folge auch dem kollektiven Bewusst-Sein für eine weitere Entwicklung nicht mehr dienlich ist. „Entwicklung“ braucht eine ständig steigende Ausgangsbasis mit veränderten Bedingungen und neuen Voraussetzungen.

Zum Beispiel, wird ein Muskel nicht mehr betätigt, dann baut er sich ab. Oder, wir haben fortwährend Beziehungs-Probleme und plötzlich wird uns bewusst, warum dies so ist. Damit hat sich dieses Thema für uns erledigt. Mit der Bewusst-Werdung ist die betreffende Energie in sich vollständig geworden und verliert ihren Einfluss auf unser Leben. Entweder sind wir dann ein glücklicher Single oder lernen die große Liebe kennen. Zumindest aber begeben wir uns im Bereich „Beziehung“ auf eine neue Ebene, von der aus wir neue Erfahrungen mit geänderten Voraussetzungen machen können.

Aus dieser Perspektive betrachtet, drängt sich natürlich die nächste Frage auf: „Wenn wir keine Vorratslager mehr nötig haben, warum werden wir dennoch zu einer abgerundeten

Persönlichkeit? Der Körper könnte das „Zuviel“ doch einfach ausscheiden, anstatt es im Body-Äquator zu speichern!“ Ergänzend dazu wissen wir, dass auch morgen wieder genügend Nahrung zur Verfügung stehen wird. Oder kennen Sie jemanden, der sich um die eigene Fütterung in der Zukunft große Sorgen macht?

Die Wirklichkeit des Übergewichts

Demzufolge scheint die Ursache für unsere „Energie-Reserven“ nicht aus dem biologischen (körperlichen) sondern aus einem anderen Bereich zu kommen? Genau so ist es!

Die Esoterik kennt das „Gesetz von Ursache und Wirkung“. Es baut auf die zweiseitige Abhängigkeit von "Schuld und Sünde", einem Ur-Glaubenssystem der Menschheit, auf. In Bezug auf das generelle Übergewicht einer Person assoziiert sie es mit "Angst, Schutzbedürfnis. Lläuft vor seinen Geföhlen davon. Unsicherheit, Selbstablehnung, sucht Erfüllung. (Louise L. Hay)" Ein Lösungsvorschlag stellt das Eintrainieren von neuen Gedankenmustern dar. In diesem Fall: "Ich bin in Frieden mit meinen Geföhlen und Empfindungen..." Damit soll das eigene Ich zum Guten manipuliert werden. Eine Nötigung des persönlichen Bewusst-Seins von außen ist aber nicht möglich! Wenn doch, dann wirkt sie nur für eine begrenzte Zeit und anschließend tauchen die alten Muster meist wieder auf. Alles, was nicht authentisch ist, das heißt, was nicht aus uns heraus entsteht, wird von der Schwingung des persönlichen Energiefelds (Geist – Bewusst-Sein) neutralisiert. Deshalb können Affirmationen und positives Denken nicht wirklich funktionieren. Genauso wenig wie es Diäten können. Trotzdem gehen wir damit einen Schritt auf dem Weg der Entwicklung unseres Bewusst-Seins. Er führt uns von der Zweiseitigkeit in die Einheit und legt die Hintergründe des menschlichen Seins mit einer klaren Einfachheit offen.

Was ist nun der wahre Grund für unsere körperlichen Belastungen?

Wir Menschen glauben daran, dass uns Energie nur in begrenztem Ausmaß zur Verfügung steht. Deshalb haben wir eine tief sitzende Angst, irgendwann energielos sein zu können. Es wäre ein Zustand, der uns handlungsunfähig machen würde. Wir hätten dann keine Macht mehr, weil wir nichts mehr *machen* könnten. Und genau diese „Macht zu machen“ scheint uns sehr erstrebenswert zu sein. In Wahrheit ist es aber nur eine leere Hülle, hinter der wir nachjagen, weil „Macht“ keine reale Energie ist.

Wenn wir etwas Begehrtes erhalten und kurze Zeit später feststellen müssen, dass wir deshalb nicht wirklich glücklicher geworden sind, dann wollen wir mehr davon haben. Wir spüren die „Leere der Macht“ und glauben, einfach nur nicht ausreichend genug davon zu haben. Aus diesem Grund versuchen wir sie anzuhäufen, um so dem befürchteten Energiemangel ein Schnippchen schlagen zu können.

Was in energetischem Zustand vorhanden ist, drückt sich durch die verkörperte Energie der Materie aus. So ist es auch bei uns Menschen. Im Bewusst-Sein ist dieser Glaube vorhanden und es wirkt direkt auf die Zellen unseres Körpers. Dadurch sagt unser Bewusst-Sein dem Körper, dass es notwendig ist, Energie zu speichern und er führt dies in Form von Fettreserven durch. Es heißt, der Glaube versetzt Berge. In unserem Fall könnte man auch sagen, der Glaube erschafft Berge!

Die mögliche Er-Lösung

Der besprochene Zwang sitzt in den untersten Schichten des Menschens. Es ist ein verankertes Glaubenssystem, dem man sich nur sehr schwer entziehen kann. Auch wenn es vom Kopf her plausibel und stimmig scheint, heißt das noch lange nicht, dass wir es mit dem Herzen auf Bewusst-Seins-Ebene fühlen und damit in unsere Realität bringen können. Es gibt aber trotzdem eine Möglichkeit zur Auflösung:

Im ersten Schritt könnte es hilfreich sein, kritisch über die oben angeführten Erklärungen nachzudenken. Prüfen Sie meine Aussagen von Ihrem Standpunkt aus. Ob ich Recht habe oder nicht, ist völlig unerheblich. Es geht ausschließlich nur darum, was Sie für sich daraus ableiten können. Jede Meinungsbildung bringt sofort Energien zum Fließen und verändert das Bewusst-Sein.

Dann sollte mal ein lockerer Blick auf die Ernährung und Bewegung gemacht werden. Ohne Stress und allzu viel Mühen wäre gut. Ein klein wenig bewusster Essen und ein bisschen mehr Bewegung, könnten möglicherweise hilfreich unterstützen.

Das Wichtigste aber ist das Thema "Übergewicht" loszulassen. Es geht nicht? Weil jeder Blick in den Spiegel das Problem neu aktualisiert! Sie haben Recht! Es wäre dumm zu glauben, dass etwas, was ständig präsent und wichtig ist, so "von heute auf morgen" aus dem Bewusst-Sein weicht!

"Loslassen" hat nichts mit der Verdrängung oder Ignoranz einer unangenehmen Sache zu tun, vielmehr bedeutet es "Loslassen vom Loslassen-Müssen". Die wahre Akzeptanz eines Problems ist das ehrliche Eingeständnis, es nicht akzeptieren zu können! Das ist echter Realismus. Alles andere hat keinen Sinn, weil es gegen das Innere geht! Wir sind eben so wie wir sind. Ob uns das nun gefällt oder nicht ist sekundär! Auf den Punkt gebracht: "Rund und g'sund...na und?"

Heinrich Kohlmeyer
Berater für angewandte, spirituelle Metaphysik

Der oben angeführte Artikel ist eine sehr kurz gehaltene Erklärung der Hintergründe unseres Lebens. Mehr darüber finden in meinem Buch:

Das Konzept unseres Lebens
Wie es funktioniert, was dahinter steckt und warum etwas ist, wie es ist

Zusatz:

© 2008 Alle Rechte vorbehalten bei Heinrich Kohlmeyer | www.metaspirit.at E office@metaspirit.at

Der obenstehende Text darf mit dem o.a. Zusatz vervielfältigt und weitergegeben werden. Dies gilt auch für Zitate und Auszüge, die diesem Text entnommen werden. Weder der gesamte Text, noch Zitate oder Auszüge dürfen ohne Zustimmung des Autors verkauft, kommerziell gebraucht oder zur Unterstützung kommerzieller Aktivitäten verwendet werden.

metaSpirit[®]