

Neumond, Vollmond und Portaltage – Wie verrückt ist das denn?

Blogartikel Susanne Füller 16.2.2024



Was passiert mit dir, wenn sich die kosmischen Energien verändern?

Warum kann es dich dann plötzlich stärker durchschütteln?

Oder bildest du dir das alles nur ein?

Wie kannst du damit umgehen?

Diese Fragen und ein wenig mehr erläutere ich dir in diesem Blogartikel.

Grundsätzlich kann man sagen, dass deine eigenen Energien immer nur durch das was sich gerade auf kosmischer Ebene abspielt VERSTÄRKT werden. Das heißt, das was in dir bereits vorhanden ist, kann sich dann stärker zeigen. Aber es wird durch solche Ereignisse nichts entstehen, was nicht sowieso schon in dir vorhanden ist. Das muss man zuerst wissen.

Und dann kann sich an solchen Tagen tatsächlich das was in dir an Schmerz, Leid und alten Ängsten hochkommt, besonders schlimm anfühlen. Aber hier ist wichtig zu erkennen, es IST NICHT SCHLIMMER. Es fühlt sich nur schlimmer an, weil es sich seinen Weg an die Oberfläche sucht und sichtbar werden möchte. Aber der eigentliche, ursprüngliche Schmerz und die eigentliche Erinnerung – die sich in deinem Körper und in all deinen Zellen befindet – wird dadurch nicht wirklich schlimmer. Es fühlt sich eben für dich nur so an. Und ja, ich weiß aus eigener Erfahrung, es fühlt sich REAL an. Aber das ist es nicht. Mache dir das immer bewusst.

ES IST NUR EINE ALTE KÖRPERERINNERUNG. ES IST NICHT DEINE REALITÄT IM HIER UND JETZT.

Und ja, ein Teil der Wahrheit ist auch, wenn man gerade an seinen Themen arbeitet, dann werden weitere alte Konditionierungen, alte Glaubenssätze und alte Ängste „locker“ gerüttelt und geschüttelt, denn dein Körper hat verstanden, du willst Heilung. Also „gräbt“ er weiter und bietet dir auch noch die tieferen Schichten an, damit du diese auch sehen kannst und auch in Heilung bringen kannst. Deshalb verstärken und häufen sich solche Gefühlswallungen, wenn man sich gerade in der Persönlichkeitsentwicklung befindet, in einem Coaching ist oder gar in einem Dualseelenprozess. Aber das ist ja eigentlich das was du möchtest. Sei also dankbar für jede Schicht, die sich zeigt, atme und gehe deinen nächsten Schritt.

Hier ist zu beachten, gehe deinen nächsten Schritt bitte nicht zu schnell. Dein Körper muss das Neue – z. B. aus der letzten Coachingsessions – erst einmal integrieren. Ich werde immer wieder gefragt, wenn nach einer Arbeit mit mir nach ein paar Tagen noch einmal etwas hochkommt, ob man da schnell wieder dran arbeiten soll oder muss, damit es weg geht.

DIE ANTWORT LAUTET DA GANZ KLAR: NEIN!
WARUM?

Trauma ist immer unter diesen Umständen entstanden: ZU SCHNELL, ZU VIEL, ZU HEFTIG! (Wer das noch einmal nachlesen möchte, was da genau im Körper passiert, dem verlinke ich hier meinen Blogartikel „Kopf tötet Heilung!“ <https://susannefueller.de/blog/post/kopf-totet-heilung-wieso-dir-dein-verstand-bei-deiner-heilung-im-weg-stehen-kann-und-was-das-mit-problemsuchen-vs-losungsdanken-zu-tun-hat>)

Und dein Körper kann deine traumatischen Erfahrungen nicht im gleichen Kontext lösen in dem sie entstanden sind. Das geht nur LANGSAM. Dein Körper kann das Trauma nur langsam verarbeiten und auflösen. Und deshalb macht es keinen Sinn, wenn nach einer Arbeit noch einmal eine Gefühlswelle kommt dort gleich wieder anzusetzen und gleich weiterzuarbeiten. Du würdest dich WIEDER ÜBERFORDERN (wie damals als das Trauma entstanden ist) und damit das alte TRAUMA NUR VERSTÄRKEN, statt es zu lösen (Es gibt davon immer auch Ausnahmen, aber generell kann man das so sagen).

PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG BENÖTIGT ZEIT!

Also, versuche dich stattdessen zu entspannen, halte dir Miesepeter und unnötigen Ärger vom Hals, setze dich mit einer Tasse Kaffee in den Garten oder auf den Balkon, gehe zum Yoga oder zum Friseur oder lies ein Buch oder gehe mit deinem Hund spazieren. Alles was entspannt, hilft deinem Körper die neuen Informationen – aus der letzten Arbeit/Aufstellung/Coaching – zu integrieren. Dein Körper macht das ganz von selbst. Dein Körper weiß genau was zu tun ist. Gib ihm Zeit und vertraue.

Ich weiß auch aus eigener Erfahrung, dass es sich manchmal so furchtbar anfühlen kann, dass man sich sagt, super, ist ja leicht gesagt, aber ich glaube gerade sterben zu müssen. Ich weiß wirklich wovon ich rede. In meinem Kopf und in meinem Gefühl bin ich schon viele Male gestorben. Allerdings eben nur in meinem Kopf. Ich dachte das nur, weil es sich so anfühlte bzw. ich glaubte, dass sich der Tod so anfühlt (Was im Übrigen so nicht ist, jedenfalls normalerweise nicht. Der wirkliche Tod kommt meistens ganz ruhig! Das kennst du vielleicht von Verwandten, die in Ruhe und ganz leise friedlich eingeschlafen und verstorben sind.)

Egal welche kosmischen Winde gerade wehen, entspanne dich, bleibe aber kontinuierlich an deinen Themen dran und versuche einen stetigen Wechsel und eine Balance zwischen deinen Themen bearbeiten und Entspannung im Alltag zu gewährleisten. Das ist die beste Kombination um langfristig und nachhaltig Veränderung in dein Leben zu holen und auch dort zu (be)halten.

Und das Gute kommt zum Schluss: Wenn deine eigenen Energien immer verstärkt werden, durch das was sich auf höhere Ebene gerade zeigt, dann gilt das selbstverständlich auch für das was Gutes und Schönes in dein Leben kommen darf. Denn auch an dieser Stelle zeigen sich die



Auswirkungen. Wenn du in deinem Leben schon gut aufgeräumt hast und schon viel Schönes in deinem Leben ist und du weißt, dass nur die Richtigen und die Guten Dinge in dein Leben kommen, dann kommen diese Dinge auch schneller und verstärkter in dein Leben, wenn sich die kosmischen Energien verändern und verstärken. Denn auch hier gilt, das was in dir bereits vorhanden ist, kann sich dann stärker zeigen und wird immer mehr hervorgebracht.

Alles Liebe,
Susanne