

JUNG und SCHÖN MIT LUMIRA

Tipps · Rezepte · Übungen



Allinci

illusorisch. Alt sein bedeutet noch nicht, weise zu sein. Graues Haar zu haben, bedeutet nicht automatisch, klüger zu sein. Eine Brille zu tragen, heißt auch nicht, intelligenter zu sein. Es gibt zwar das Sprichwort »Mit dem Alter kommt die Weisheit«, aber meist kommt nur das Alter allein.

Zu wissen, wie man sich selbst jung, schön und vital erhalten kann und es auch durchzuführen, ist wahrhaftig klug und weise. Sich selbst zu heilen und zu verjüngen, das ist kraftvoll und göttlich.

Das Leben hier auf dem Planeten Erde bedeutet, sich schöpferisch, kreativ zu entwickeln und in unserem täglichen Leben Gott und die Einheit wiederzufinden und Himmel und Erde in uns zu vereinen.

Derjenige vermag in sich Gott zu finden, der in sich immer jung bleiben kann, das bedeutet, in sich frei zu sein und seinem Weg zu folgen, ohne zu stagnieren und zu verwelken. Wenn der Körper verwelkt, ist der Geist bereits stagniert. Wollen wir den Körper wieder verjüngen, müssen wir als Erstes unseren Geist befreien.

Die scheinbaren Begrenzungen unseres Lebens sind die Illusionen, an denen man sich festhält. Die Seele ist unbegrenzt, unendlich. Genauso unbegrenzt kann unser Geist sein. Sind wir bereit, die Begrenzungen loszulassen, sind wir in der Lage, uns immer wieder aufs Neue zu erschaffen.



SCHÖNE GEDANKEN – SCHÖNER MENSCH

»Die Schönheit kommt von innen« – den Spruch kennt jeder. Aber in meiner Wahrnehmung ist es viel mehr als nur ein Spruch, denn damit ist die innere Schwingung, die innere Kraft und auch die Anziehungskraft gemeint, die aus den inneren Werten eines Menschen resultiert. Ein in sich ruhender, zufriedener und liebevoller Mensch ist wahrlich schön, denn er strahlt diese Werte nach außen aus, und man fühlt sich in seiner Gegenwart wohl.

Die innere Schönheit beginnt immer mit schönen Gedanken und Absichten, mit

Gedanken der Liebe, Dankbarkeit, Wertschätzung und Freude. Das sind die lichtvollen Schwingungen, die nach außen strahlen und die uns selbst und auch unserer Umgebung guttun. Sie wirken heilend und daher auch verjüngend.

Ein glücklicher und zufriedener, auch ein verliebter Mensch ist immer schön und wirkt daher auch jung. Das ist das innere Licht, das dann aus der inneren Mitte nach außen strahlt und uns verzaubert. Die Körperhaltung und der Gesichtsausdruck passen sich immer unseren Gedanken, unseren Gefühlen und dadurch unserer inneren Schwingung an.

Schmerz- und Kummergedanken dagegen verursachen einen hässlichen Gesichtsausdruck und verändern die