

# ANNEHMEN - KLINGT EINFACH UND VERLEITET ZUM JA ABER...!

THEMATISCHE INFORMATIONSBROSCHÜRE DER FACHSTELLE ARTGESUNDHEIT

NR. 12 AUSGABE AUGUST 2022

Annehmen - es klingt so einfach und dann taucht die Frage auf, was kann ich denn sonst noch tun...? Vielleicht hast Du schon viel ausprobiert und irgendeinmal kommst Du zum Schluss, dass Du in einem gewissen Bereich einfach nicht weitergekommen bist, dass sich dir immer wieder das gleiche oder ähnliche Thema zeigt... wenn Du genau hinschaust, war alles, was Du gemacht hast, eigentlich der Versuch, das Thema loszuwerden oder davor zu flüchten. Leider funktioniert das nicht. Das Thema wird dich immer wieder einholen und je mehr Du es weghaben möchtest, desto mehr wird es sich zeigen. Es nimmt dich ganz ein und vernebelt deinen Blick... denn es möchte gesehen werden.

Der Schlüssel ist: dich zu sehen, in dem was jetzt gerade bei dir los ist... es ganz wahrzunehmen, dich durchdringen zu lassen... dann kommst Du mit deinem Innersten in Berührung. Dort, wo alles beginnt und sich auch alles wieder beruhigt... es verändert sich nicht in der Vergangenheit und auch nicht in der Zukunft, nicht in deinen Bildern und Vorstellungen, wie etwas sein soll und auch nicht in der Enttäuschung darin, wenn es sich anders zeigt.

Und das Leben ist so interessant, denn es bringt dich immer wieder mit deinem Innersten in Verbindung, weil Du gar nicht woanders sein kannst... auch wenn Du es nicht willst, bringt dich das Leben dorthin, immer und immer wieder, bis Du von selbst hinschaust... Und Du bemerkst, was dich trennt davon, mit dir in Kontakt zu sein... Du möchtest dich nicht konfrontieren, nicht den Schritt auf dich selbst hin machen, um dich zu spüren, deinen Schmerz zu spüren... Doch der Schmerz ist immer da, auch wenn Du ihn wegdrückst... es ist das Thema, das sich mit dir bewegt.

Wenn Du das nicht wahrhaben willst, davon wegblickst, wird das Leben dir Situationen, Umstände oder gar Krankheiten bringen, die deinen Blick wieder darauf zurückwerfen. Unabhängig davon, wie positiv Du denkst und wie viel du an dir arbeitest. Weil das Leben dich ganz da haben will, in Kontakt mit dir sein will, ansonsten kann die Lebenskraft nicht in dir fließen, sie ist blockiert und das führt zu Krankheiten, Fixationen und anderen Beschwerden...

Annehmen ist nicht leicht,  
wenn wir es anders haben  
wollen...

Ein erster Schritt ist einfach  
zu erkennen, wie es ist und  
das Thema zu bestätigen.

Es braucht weder dein "Ja",  
noch dein "Nein".

Es braucht nur ein:  
"ok, so ist das jetzt gerade"

Kennst Du Themen wie:

- Sucht und Abhängigkeit
- Stress
- Ängste

- Schlafstörungen

- Gedankenkreisen

- innerliche Unruhe

- Herzklopfen

- Körperliche Schmerzen

- Gelenkbeschwerden

- Müdigkeit/ Erschöpfung

- Verdauungsbeschwerden

- Angina

- Erkältungstendenz

- Hautbeschwerden

Wenn Du genau hinschaust bemerkst Du, dass es deine Gedanken sind, die dich vom Leben wegbringen... dich davon abhalten oder blockieren, mit dem Leben zu fließen. Es sind die Dinge, die wir anders haben wollen, oder Dinge, die nicht so laufen, wie wir uns das vorstellen, welche Widerstand in uns erzeugen und ein Thema aufrecht erhalten.

Doch wir dürfen uns durch das Thema hindurch fühlen und lernen, erkennen und erfahren, dass uns nichts passiert. Das Leben kann sich in dir weiterbewegen, wenn Du mit dieser Herausforderung mitfließt... Wenn Du stagnierst, wird sich das Leben zurückziehen und Krankmachendes wird überhandnehmen.

Manchmal geht es auch darum, den Stolz und die Ignoranz loszulassen, dem Leben zu trotzen. Den Übermut zurückzunehmen, zu glauben, das Leben kontrollieren oder steuern zu können... Das Leben bringt dich einfach genau dorthin, wo Du deinen nächsten Schritt machen kannst und so sind die Dinge, die dir begegnen eine Chance, diesen Schritt wahrzunehmen – egal, was zu tun ist. Das Leben versucht einfach immer wieder von Innen nach Aussen zu fließen und sich auszudrücken, genau gleich wie das Krankmachende und Blockierende es auch tun. Alles fließt von Innen nach Aussen... so ist das, was du mit deinen Augen erkennen kannst und wie du damit umgehst, immer aus dem Zustand deines Inneren gewachsen...

Veränderung entsteht dann, wenn Du dort bist, wo es entsteht...deinem Innersten... Nicht am Schluss beim Ausdruck, sondern zu Beginn... Es kann sich Aussen etwas zeigen, jedoch ist im Inneren bereits etwas Neues am Entstehen... so ist vielleicht das, was sich zeigt, nur noch der Ausdruck des Vorangehenden und dadurch verwirrt... es gibt dir Hinweise, aber ist nicht die Lösung. Wenn Du beginnst, die Dinge zu bestätigen, die dir begegnen, dann kommst Du mit deiner Aufmerksamkeit an den Kern. Dorthin, wo es dich innerlich bewegt und triggert... Annehmen ist nicht leicht, wenn wir es anders haben wollen... Es braucht weder dein "Ja", noch dein "Nein". Es braucht nur ein: "ok, so ist das jetzt gerade". Ein erster Schritt ist einfach zu erkennen, wie es ist und es zu bestätigen. Durch das Bestätigen der Situation können sich die Dinge wie von selbst bewegen und verändern. Von Innen nach Aussen. Die Lebenskraft kommt in Bewegung und die krankmachende Dynamik kann sich beruhigen.

### Homöopathie bewegt!

**Die Homöopathie unterstützt den Menschen mit sanfter Methode. Sie ist geschult darin, die Lebenskraft zu beobachten und individuell zu stärken. So, dass der Mensch innerlich stärker wird, damit er mit den Erfahrungen des Lebens besser umgehen und er sich mit seinem "gelebten Leben" versöhnen kann.**

## ArtGesundheit eine Lebenskunst

### Fachstelle zur Stärkung der Lebenskraft

Besuchen Sie uns an der  
Schlossgasse 10  
3280 Murten  
026 674 60 60  
info@artgesundheit.ch

Unverbindlich informieren...  
...Inspiration und Aufklärung

Mehr dazu unter:  
www.artgesundheit.ch



### Ein Angebot der

## Praxis für klassische Homöopathie Rolf Aepli

Alte Freiburgstrasse 5  
3280 Murten  
026 670 64 10  
www.praxisaeppli.ch

