

# JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



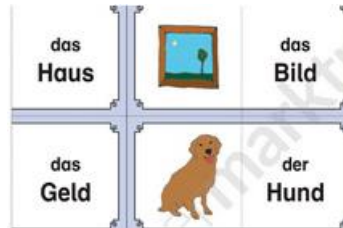
sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



## Unsere Gedanken und Gefühle bestimmen unsere Resonanz

Gedanken und Gefühle sind Energien. Achtsamer Umgang mit Gedanken- und Gefühlsenergien, Wörtern und Handlungen:



## Resonanzfelder, Schwingungsfelder und Materie

Körper, Materie, Zellen und auch unsere Gedanken gestalten Schwingungsfelder. Sie schwingen mit unterschiedlichen Frequenzen, die im Außen ihresgleichen finden und dann miteinander schwingen. Treffen ausgesendete Energien mit gleicher Frequenz aufeinander, schwingen sie gemeinsam in Resonanz. Das Gesetz der Resonanz wirkt sekundlich. Auch wenn uns bestimmte Energien nicht angenehm sind, schwingen sie und finden ihre passenden Resonanzkörper im Außen. Positive und negative Gedanken, Emotionen, Gefühle und auch unsere Handlungen ziehen Menschen in unser Leben, die in einer bestimmten Weise auf unserer Frequenz schwingen. Dieses Prinzip gilt auch für unsere Vorstellungen, Wünsche und Glaubenssätze. Das Universum reagiert auf alles, was wir aussenden. Senden wir vertrauensvolle Energie mit einem starken Selbstbewusstsein aus, kommen wir im Außen mit dieser Energie in Übereinstimmung. Auch unser Unterbewusstsein zieht mit seinen Bildern, gespeicherten Gefühlen und Themen Situationen und Menschen in unser Leben, über die wir oft erstaunt sind.



Es geschieht im Leben genau das, was wir vom Gehirn und Herz aussenden und irgendwann wieder zurück empfangen. Das betrifft unser gesamtes Gedanken- und Emotions-**(Gut)**. Durch diese Tatsache entsteht oft starker Widerstand in unserem Geist und Körper, denn das **„Negative“** möchten wir in der Regel nicht zurück empfangen. Der Widerstand in uns hat ebenfalls seine Konsequenzen.

# JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Wissenschaftler des kalifornischen **HeartMath** Institute haben festgestellt, dass die Feldenergie unseres Herzens fünftausend Mal größer ist, als die Energie, die das Gehirn beim Denken abstrahlt. Das wiederum begünstigt das Strahlungsfeld unseres Herzens. Jede Zelle in uns sendet Energie aus. So auch unser größtes Kraftwerk mit einem gigantischen elektromagnetischen Feld – unser Herz. Die Tatsache, dass wir mit unserem Herzen mehr Wirkung als mit unserer Denkmaschine auf unser Resonanzfeld haben, spiegelt uns der deutsche Volksmund mit seinen Redewendungen wider:

**„Mit dem Herzen denken“ oder „Wir sehen nur mit dem Herzen gut“.**

Das Herz bestimmt über das Gehirn, welche chemischen Stoffe, also Botenstoffe sich entfalten sollen. Wir können diese Aussage alle bestätigen, denn die meisten von uns haben es in unterschiedlicher Intensität erlebt, wenn wir verliebt sind. Die Herzenergie wird kräftig freigesetzt, besonders, wenn es um Themen geht, die aus dem Herzen kommen. Wenn wir verliebt sind, sind wir plötzlich wie fremdgesteuert. Etwas, das gestern noch grau und trüb war, ist heute rosarot und höchst lebendig. Wir schauen durch eine rosarote Brille, die unsere Welt verzaubert hat.



Unsere Meinungen, Glaubenssätze und Verhaltensmuster aus unserer Denkmaschine haben wir in der Regel nicht selbst erschaffen, denn sie wurden schon früh in unserer Kindheit von anderen Menschen angelegt. Demzufolge vermischen wir ständig frühere Erfahrungen, Ansichten anderer, oft sogar sehr eigenartige Vorstellungen und Ansichten mit aktuellen Themen. Wir sind jedoch offensichtlich überzeugt, dass dies alles unsere eigenen Vorstellungen sind. Dazu gehören auch Dogmen, Standpunkte, Denkmodelle und alte Konzepte, die von unserer Gesellschaft erfunden worden sind oder in unserem Kulturkreis „einfach“ so üblich sind. Die Vertreter der Verbreitung dieser alten Konzepte sind Personen aus unserer Familie, religiösen Einrichtungen, Lehrer an unseren Schulen und auch Personen aus unserem beruflichen Umfeld.

Unser eigenes Verhalten wird permanent durch Verhaltensregeln und Glaubenssätzen unseres Umfeldes weiter geprägt. Und auch wir selbst beeinflussen und steuern häufig das Verhalten anderer Personen, im positiven und auch im negativen Sinne. Die Konsequenz daraus ist, dass wir uns selbst und andere beurteilen und oft sogar verurteilen.

Unsere Wahrnehmung und die daraus resultierenden Handlungen im Außen werden durch unsere Einstellungen und Prägungen im Inneren bestimmt. Unsere eigene

# JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Schwingungsenergie entwickelt sich also von Kindesbeinen von "Außen" durch eine Mischung von gut gemeinten Rat-**schlägen** bis hin zu oft sehr fragwürdigen Anweisungen. Die Qualität der Belehrungen beeinflusst immer automatisch unsere Schwingungsebene positiv und auch negativ.

### **Beispiele von Glaubenssätzen:**

- Wir leben in einer Ellbogengesellschaft: Du musst dich durchbeißen.
- Du musst immer besser sein, als die anderen.
- Nimm keine Rücksicht auf andere, die tun das auch nicht.
- Sexualität ist eine Sünde.
- Eigenlob stinkt. Sei immer bescheiden. Das steht dir nicht zu.
- Pass auf, dass nichts passiert.
- Geld verdirbt den Charakter, usw.

Folgeerscheinungen von eingebrannten Glaubenssätzen zeigen sich oft erst Jahre später in Form von unangenehmen, jedoch passenden Ereignissen, Symptomen, Auswirkungen und Verhaltensweisen. Sie äußern sich zuerst auf der geistig-seelischen Ebene und manifestieren sich bei Verdrängung in dementsprechende themenbezogene Symptome auf der körperlichen Ebene.

### **Wir erkennen dann jedoch selten einen Zusammenhang zwischen den Symptomen und den ursächlichen Faktoren:**

- Das fehlende Selbstbewusstsein.
- Eine unerklärliche Angst.
- Die Vermeidung von bestimmten Dingen.
- Negative Gefühls- und Seelenzustände.
- Latente Schuldgefühle.
- Abhängigkeiten.
- Die Gewohnheiten.
- Die sich wiederholenden Pleiten-Pech- und Pannen.
- Das fehlende Durchsetzungsvermögen.
- Konfliktscheue.
- Die Lähmung der Handlungskompetenz.
- Die sich wiederholenden Partnerschaftsprobleme. Usw.

Wirkungsvoll wäre es nun, die Ursachen unserer eingepprägten Verhaltensmuster aufzudecken und unsere Resonanzfelder zu ändern. Eine sinnvolle Änderung besteht aus der Anerkennung der festgehaltenen Muster in unseren Gehirnstrukturen und im Ausleben unserer positiven und negativen Gefühle. Ändern wir unsere Sicht auf die Welt, ändert sich die Welt für uns. Wobei die empfangene Energie immer das Resultat unserer eigenen Aufmerksamkeit ist. Dort wo unsere Aufmerksamkeit ist, ist unsere Energie. Und wo unsere Energie ist, das stärken wir. Kreativ und schaffend tätig zu sein, bedeutet also, spielerisch mit der universellen Energie umzugehen.

Wir haben jeden Tag die Chance, unser Leben neu zu gestalten. Es ist abhängig davon, welche Gedankenenergien und Herzenergien wir in uns bilden und aussenden. So öffnen wir uns für diese Energien und empfangen diese auch wieder zurück.



Dies geschieht allerdings nicht von alleine. Wir haben die Möglichkeit, unsere Lebenssituationen selbst neu zu gestalten. Wir können selbst aktiv werden und die Veränderungen in uns selbst kreieren. Wer diese Arbeit „Dritten“ überlässt, bleibt fremdgesteuert.

### **Beispiel konditionierte Gedankenenergie:**

Wir sind in einer guten Stimmung mit unserem Partner. Plötzlich – ohne Vorwarnung passt unserem Partner irgendetwas nicht. Er stülpt uns seinen Frust über. Das ist ein wichtiger Moment, denn meistens steigen wir in diese Situation ein und reagieren sofort und werfen den Ärger in Form von negativen Wörtern und Schuldzuweisungen zurück. Wir lassen uns von den Emotionen unseres Partners mitreißen und schwimmen im Ärger und Frust mit.

Im besten Fall wundern wir uns im Nachhinein, weshalb wir darauf so heftig reagiert haben. Manchmal sind wir sogar sehr erstaunt, warum wir uns provoziert gefühlt haben. Häufig geschieht dann folgendes Szenarium: Es kommt eine weitere Person hinzu, auf die wir dann unsere „schlechte Laune“ übertragen. Im Fachjargon nennen wir das Projektion. **In Wirklichkeit konnte unser Partner nur die Emotionen in uns auslösen, die schon lange Zeit in uns abgespeichert sind.** Er trägt die gleichen Emotionen in sich und bringt sie nach außen, und wir haben die Resonanz dafür und reagieren auf unsere alte konditionierte Art und Weise, ohne darüber nachzudenken.



Das ist das Prinzip der Resonanz. Unsere Resonanzfelder unterscheiden nicht zwischen Gut und Böse. Es treffen lediglich Gehirnstrukturen, Zellen oder Körperwasser mit bestimmten gleichartigen Informationen aufeinander. Unser schlecht gelauntes Gegenüber sendet seinem aktuellen mentalen Zustand entsprechend eine bestimmte Frequenz (Schwingung) aus und unser eigenes Resonanzfeld/Schwingungsfeld reagiert darauf. Für Resonanzfelder mit einer bestimmten Energie gelten die gleichen physikalischen Gesetze. Je mehr das Frequenzspektrum unseres Energiefeldes mit einem anderen Wesen übereinstimmt, desto eher kommen wir mit diesem in Resonanz. Wobei sich dies nicht nur auf "Lebewesen" beschränkt. Wir treten mit allen Dingen, Situationen und auch Krankheitssymptomen in Resonanz, wenn unsere Schwingungen darauf ausgerichtet sind. Das Gesetz der Resonanz ist auch das Gesetz von Aktion und Reaktion. Wir erschaffen etwas in uns und unser Umfeld – selbst in weiter Ferne – reagiert darauf. Es nützt auch nichts – so zu tun als ob – „ich gut

# JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



drauf bin“. Hinter einer **Scheinfreundlichkeit** versteckt sich Negativität aller Art **scheinbar** sehr gut. Das Resonanzfeld ist jedoch nicht sauber, wenn wir falsche Freundlichkeit vorleben. Menschen können wir blenden, das Naturgesetz der Resonanz lässt sich nicht blenden. Es reagiert auf das Resonanzfeld, das die Wirklichkeit ist. Da hilft nur eins: Die eigenen Resonanzfelder reinigen und in eine Klarheit kommen...

## Welche Lösungen stehen uns zur Verfügung?

### Diese Philosophen haben Ideen:

1. „Die größte Entscheidung Deines Lebens liegt darin, dass Du Dein Leben ändern kannst, indem Du Deine Geisteshaltung änderst.“  
(Albert Schweitzer)
2. „Das Glück Deines Lebens hängt von der Beschaffenheit Deiner Gedanken ab... Das Leben eines Menschen ist das, was seine Gedanken daraus machen.“  
(Marc Aurel)
3. Das Prinzip der kreativen Homöopathie: „Gleiches mit Gleichem behandeln.“ Das bedeutet, wir können ein altes „Trauma“ aus der Kindheit mit den dazugehörigen Emotionen noch einmal bewusst durchleben und fühlen, um das Resonanzfeld zu neutralisieren. Damit ist das Trauma erlöst. Wir erreichen damit eine andere Schwingung in unserem Körper. Die negative Schwingung ist neutralisiert. Danach können wir positive Glaubenssätze installieren. Wir ziehen dann irgendwann auch automatisch neue positivere Schwingungen in unsere Lebenssituationen.

Wir können noch so viele chemische Medikamente in uns reinfüllen, wenn wir unsere eigenen Energien und Resonanzfelder nicht neutralisieren und verändern, verändert sich auch in unserem Leben nichts.



# JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki

