

**Rezension von Anna Ulrich**

**Tip Magazin**

## ***Selbsteilung durch Lichtenergie – Die Kraft der Körperzellen stärken von Barbara Wren***

### ***Mehr Energie durch gesunde Zellen***

Die alten Weisen kannten das Geheimnis des Lebens. Unser natürlicher Zustand ist mit der Erde und dem Universum eins zu sein. Wenn unser Mikrokosmos, unsere Energien auf der Ebene der Zellen, mit dem Makrokosmos, der Welt außerhalb unseres Körpers übereinstimmt, gibt es nichts, was wir nicht erreichen könnten. Wir sind schöpferische, kreative Wesen und unsere Bestimmung ist zu träumen und diese Träume durch unser expandierendes Bewusstsein in der sogenannten Realität zu erschaffen. Wir sind dazu geboren, große Ideen zu haben und diese zu verwirklichen. Welches Leben möchten Sie leben? Welche Erfahrungen würden Sie gern machen? Und noch wichtiger: Welche Art von Erfahrungen möchten Sie nicht machen? Tatsächlich steht uns alles offen, vorausgesetzt wir leben im Einklang mit dem Makrokosmos. Das ist die wahre Macht des menschlichen Potenzials, die jedem einzelnen zur Verfügung steht.

Uns wird beigebracht, dass gute Noten in der Schule, eine sichere Arbeit, Eigentum zu besitzen, finanziell abgesichert zu sein und auf die Rente zu sparen, das Leben ist, das uns zusteht. Was uns nicht beigebracht wird, ist wie wir unser Potenzial verwirklichen können. Als Kinder haben wir alle davon geträumt, was wir werden wollen, wenn wir groß sind. Die Freiheit war grenzenlos und nichts schien unmöglich. Aber mit zunehmendem Alter haben wir unsere Träume vergessen, weil wir in der ›realen Welt‹ leben. In dieser Wirklichkeit hat man uns unterwiesen, einzuschlafen und uns von dem, was das wahre Leben ausmacht, abzunabeln.

Es gibt nur einen Aspekt im Leben, der Sie davon abhalten wird, das zu tun, was Sie wirklich tun wollen und das ist die Angst. Der Aufrechterhaltung der Angst wird viel Aufmerksamkeit geschenkt, denn sie ist eine äußerst wirksame Methode, die Massen unter Kontrolle zu halten. Wir haben Angst vor Armut, Krankheit, Krieg und Terrorismus und unsere Regierungen sorgen dafür, dass wir diesen Themen weiterhin unsere Aufmerksamkeit schenken, indem sie uns sagen, dass sie allen Dingen den Krieg erklären, die uns Angst machen. Doch Angst lässt sich niemals durch Kämpfen beseitigen, denn jede Art von Krieg dient nur dazu, noch mehr Angst auszulösen. Vielleicht ist der Zeitpunkt gekommen, an dem wir unsere Aufmerksamkeit dem widmen sollten, was wir wollen – statt dem, was wir nicht wollen.

Stellen Sie sich vor, wie herrlich es wäre frei von Angst zu leben und den eigenen Körper so gut zu verstehen, dass man ihn schnell und wirksam ins Gleichgewicht und in Harmonie bringen kann. Wie es wäre, wenn wir auf jeder Ebene im Überfluss leben und das Leben unserer Träume voll auskosten würden.

Wenn wir lernen können, unsere Angst loszulassen und uns mit unserer inneren Weisheit zu verbinden, gibt es wahrlich nichts, was wir nicht erreichen können. Glück, Gesundheit und Freiheit sind das Geburtsrecht eines jeden Wesens auf diesem Planeten und können von

jedem erlangt werden. Unabhängig davon, wo Sie in Ihrem Leben gerade stehen, egal wie gesund oder krank Sie sind – Sie haben das Potenzial, Glück, Gesundheit und Freiheit zu erreichen.

Tatsächlich sind wir in der Lage unser Potenzial zu erhellen, und wenn wir das tun, betrachten andere uns womöglich als ein lebendiges Wunder. Dann ist keine Krankheit mehr ›unheilbar‹, weil wir verstehen, dass sich jede Krankheit ausnahmslos und vollkommen von innen heilen lässt. Wir fürchten wir nicht länger, was die Zukunft bringen mag, weil wir das innere Wissen haben, dass wir der Schmied unseres eigenen Schicksals sind. Beim menschlichen Potenzial geht es darum, unser Leben auf immer wunderbarere und aufregendere Weise zu erleuchten. Träume zu träumen und sie mit offenen Armen und angstfrei zu verwirklichen. Es geht darum, zu erkennen, wer wir wirklich sind und schon immer waren.

Den größten Stress im Leben haben wir, weil wir nicht wir selbst sein können. Um wir selbst zu sein, müssen wir die richtige Verbundenheit zur Erde und zum Universum aufrechterhalten. Wir müssen mit allem um uns herum im Gleichgewicht sein. Das bedeutet, unseren Mikrokosmos – die Schwingung auf der Ebene in unseren Zellen – dem Makrokosmos – der Welt um uns herum – anzupassen.

Barbara Wren nennt den Körper unser ›Vehikel‹. Dieses Vehikel besitzt die Fähigkeit, aus sich selbst heraus alles zu manifestieren, was im äußeren Universum vorhanden ist. Doch nur wenn wir uns im Zustand des Gleichgewichts und der Harmonie befinden, können wir das universale Wissen richtig anzapfen und es uns auf der Ebene der Zellen zu eigen machen. Ein großer Teil dieses Buches beschreibt, wie wir unseren Körper, unser Vehikel, darauf vorbereiten, universales Wissen zu empfangen und zu speichern. Wie wir das Vehikel behandeln, um das zu erreichen, scheint der wichtigste Gesundheitsaspekt von allen zu sein.

Wahre Gesundheit ist nicht das Fehlen von Krankheitssymptomen, sondern eine tiefe Verbundenheit mit dem, der wir sind und unserem Platz im Universum. Diese Verbundenheit muss sich auf der physischen, der emotionalen und der spirituellen Ebene entfalten. Heutzutage werden diese drei Seiten in der westlichen Welt nicht als Einheit betrachtet, sondern voneinander getrennt. Zum einen erhalten wir verwirrende und oft widersprüchliche Informationen darüber, wie man den physischen Körper mit Ernährung gut versorgt, zum anderen werden spirituelle Praktiken angeboten, doch was unsere Gefühle betrifft, wird ihnen herzlich wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Haben wir psychische Probleme, wird uns im besten Fall zu einer Therapie geraten und im schlimmsten Fall verschreibt man uns ein ruhig stellendes Medikament, das uns noch mehr von unserem wahren Selbst abspaltet.

Doch es ist unsere emotionale Reise, die das Körperliche und das Spirituelle vereint. Wie wir uns psychisch fühlen, gibt zweifellos den besten Hinweis darauf, ob wir auf Harmonie oder Disharmonie zusteuern.

*„Ihre Psyche ist Ihr Führer auf dem Weg zur Erfüllung Ihrer Träume. Wenn Sie sich gut fühlen, wissen Sie, dass Sie die richtige Richtung eingeschlagen haben. Wenn Sie sich schlecht fühlen, wissen Sie, dass Sie sich immer weiter von dem Leben entfernen, das Sie wirklich wollen. Wenn Sie beharrlich positive Gefühle auswählen, wird Ihr Vehikel Sie auf dem Abenteuer des Lebens an Orte bringen, die Ihre Träume überflügeln.“*

Wenn wir Verbindung zu unseren Gefühlen aufnehmen, heißt das nicht, Kontakt zu unserer inneren Wut, Scham, Enttäuschung und Angst aufzunehmen, sondern uns mit unserer inneren Weisheit und dem Makrokosmos zu verbinden. Die Erde durchläuft viele Zyklen der Veränderung, und wir sind untrennbar mit diesen Zyklen verbunden. Wenn wir lernen, uns

dieser wechselnden Kreisläufe bewusst zu sein und sie zu spüren, können wir zu einer harmonischen Einheit mit Mutter Erde werden.

Dieses Buch ist eine Einladung in Ihrem Vehikel auf eine Reise zu gehen – eine Reise, die Sie zu sich selbst zurückführt. Wir brauchen keine speziellen Fähigkeiten, sondern nur einen offenen und neugierigen Geist. Je mehr Verbindungen wir finden, umso klarer erkennen wir, wer wir wirklich sind. Die Prinzipien des Buchs sind ganz einfach, aber dennoch außerordentlich wirkungsvoll und sind die Grundlage, auf der wir unsere Gesundheit und Vitalität aufbauen. Die Autorin untersucht die wahre Natur und Aufgabe von Krankheit und beschreibt, wie und warum eine Krankheit entsteht und wie man sie vom Körper loslösen kann. Sehr interessant ist, inwiefern die moderne Medizin im Grunde auf einer unrichtigen Theorie basiert und wie chronische Krankheiten durch die mangelhafte Kenntnis der wahren Natur der Krankheit entstehen.

Wir sind keine getrennten, isolierten Individuen, sondern vieldimensionale, miteinander verbundene Lichtwesen, die in einem vereinten Universum leben. Was sich um uns herum entfaltet, hat einen unmittelbaren und greifbaren Einfluss auf unseren Körper. Genauso wirkt sich auch unsere Lebensweise direkt auf das Universum aus. Wir sind schwingende Wesen, die in einem schwingenden Universum leben, das auf seiner grundlegendsten Ebene aus einer Mischung aus Energie und Bewusstsein besteht. Zwar erschafft jeder von uns durch sein Bewusstsein seine eigene Realität, doch der Körper ist das Medium für dieses Bewusstsein. Wenn sich der Körper nicht im Gleichgewicht befindet, kann das Bewusstsein nicht voll zum Ausdruck kommen.

Unser Körper besteht zu 70 Prozent aus Wasser. Das Verhältnis an fester Masse zu Wasser im Körper entspricht dem Verhältnis Festland zu Meer auf dem Erdplaneten. Wasser bedeutet Leben, ohne es könnte keine Kreatur und keine Pflanze überleben. Wasser ist die Wiege, die die universalen Botschaften in und um jede lebende Zelle jedes Lebewesens auf der Erde bindet. Wenn dieser lebenswichtige flüssige Bestandteil unseres Körpers abnimmt, nimmt auch unsere Fähigkeit ab, die positiven Energien unseres Universums an uns zu binden.

Wasser das ›flüssige Kristall, das von oben nach unten fließt‹ enthält universale Weisheit und transportiert sie vom Makrokosmos in den Mikrokosmos, genau in die Zelle hinein. Es ist von fundamentaler Bedeutung, dass unser Körper über einen eingebauten Schutzmechanismus verfügt, der sofort aktiv wird, sobald das Gefühl von Austrocknung entsteht. Im Gegensatz zu dem, was man uns erzählt hat, arbeitet unser Körper nie gegen uns. Er gibt unter den Bedingungen, die wir ihm bieten, immer sein Bestes.

Unser Potenzial zu körperlicher Selbstheilung und seelischer Ganzheit ist weit größer, als wir annehmen, unabhängig ob wir krank sind oder uns bester Gesundheit erfreuen. Denn unser Körper verwandelt nicht nur Nahrung und Licht in pralle Lebenskraft. Jede einzelne unserer Zellen hat auch die geradezu wundersame Fähigkeit, subatomare Lichtteilchen, die sogenannten Biophotonen, zu empfangen und die DNA mit kosmischer Intelligenz zu "erleuchten" - ein Zustand, den wir als friedvoll und erfüllt, als innere Weisheit erleben. Barbara Wren erläutert, wie wir dieses Potenzial zu körperlich-seelischer Heilung entfalten können, indem wir Körperblockaden lösen oder Gifte aus den Zellen ausleiten und sie damit befähigen, die für uns unverzichtbare subatomare Lichtenergie aufzunehmen. Gelingt es, den Mikrokosmos unserer Körperzellen mit dem Makrokosmos des universellen Lichts in Gleichklang zu bringen, können wir auf der Suche nach Gesundheit und seelischem Glück mehr erreichen als wir uns je erträumt haben.

Dieses Buch ist ein großartiger Beitrag über die Schritte in ein Leben in der Fülle auf allen Ebenen, das jedem von Natur aus zusteht.

Anna Ulrich