



Gmunden, am 22. April 2015

Liebe Seele,

Die letzten Wochen waren sehr intensiv und "dicht" für mich. Ich habe eine Reise in die Schattenwelt unternommen – wie die Göttin Inanna, die vor langer langer Zeit ihre dunkle Schwester Ereshkigal in der Unterwelt besuchte. www.youtube.com/watch?v=CrEYSxF_Uqo
Zurückgekehrt bin ich mit einem großen Koffer voller Erkenntnisse, die ich teilweise schon verarbeitet habe und gerne mit dir teile.

Hilfe, ich verbittere!

Das war eine der Erkenntnisse – und gleichzeitig ist mir wieder klar geworden, wie wichtig es ist, immer und immer wieder das NEIN zum Leben zurück zu nehmen und durch ein JA zum Leben zu ersetzen. Damit beschäftigt sich auch mein nächster Workshop: "Versöhnung mit den Ahn/inn/en & JA zum Leben sagen" am 9. Mai im Yogahaus Traunsee.

www.weripower.at/lehrgang_spiritimalltag/

Von ♥ wünsche ich dir und mir und uns, dass wir immer wieder dieses JA zum Leben finden, dass wir unsere Augen immer mehr für das unendliche Wunder des Lebens öffnen, dass wir uns selbst lieben als Teil dieses großen Mysteriums der Existenz.



♥ liche und seelische Grüße sendet dir
Uli

Lass dich inspirieren.

Hilfe, ich verbittere!

Ein Facebook-Beitrag von Elizabeth Gilbert hat mich sehr berührt – sie verwendet ein Zitat von Clarissa Pinkola Estés (Autorin von "Die Wolfsfrau") – dass es so um die 40 herum im Leben jeder Frau die bewusste oder unbewusste Entscheidung gibt, ob wir verbittert sind oder "verwittert glücklich".

Denn mit 40 hast du einfach einiges erlebt. Da bist du belogen worden, da bist du betrogen worden, da hattest du mit Krankheiten zu tun und mit Todesfällen. Du wurdest abgelehnt, vielleicht sogar bekämpft. Deine Pläne sind nicht aufgegangen, du hast finanzielle Sorgen gehabt. Du hast das Leben in seiner großen Bandbreite kennen gelernt. Und dann hast du die Wahl: Verbitterst du? Oder wirst du dennoch glücklich?

Oh, wie mich das trifft: Hilfe, ich verbittere!

Es fühlt sich so anstrengend an, ein positives Weltbild und Zuversicht in mir am Leben zu erhalten. Es ist so ein starker Strom da, dem ich einfach nachgeben könnte, ich könnte mich einfach in den Strom der Verbitterung hineinziehen lassen. Es wäre so leicht. So wie Elizabeth Gilbert schreibt: Ich habe eine ganze Liste von Argumenten, warum ich "berechtigt" verbittert sein könnte. Eine Liste, die mindestens so lange wie mein Arm ist.

Und dann wieder: "Es liegt nicht an dir, Schwester!" ♥♥♥ Das Leben nimmt seinen Lauf. Es liegt nicht an dir. Manches gelingt, manches gelingt nicht. Es liegt nicht an dir. Du brauchst nichts zu beweisen. Ja, du hast 100.000 gute Gründe, verbittert zu sein und dem Leben dein NEIN entgegen zu schleudern. Verbitterung ist der manifestierte Widerstand gegen das Leben. Du kannst es



Brief zum Ausdrucken unter www.weripower.at/briefe/

in deinem Körper spüren. Die Verhärtungen. Die Verspannungen. Das manifestierte NEIN. Und ja, du hast guten Grund dazu!

Ich lade dich ein, in dieser ganzen Erschöpfung zu rasten. Lass einfach alles sein. Du brauchst dir in diesem Moment keine Gedanken und Sorgen zu machen. Du brauchst dich in diesem Moment nicht zu kümmern und nichts zu erledigen. Diese Augenblicke sind für dich ganz alleine. Raste. Erlaube dir, deinen Körper mit deinen Atemzügen zu nähren. Tiefer und tiefer. Nimm wahr, wie dein Körper sich dadurch entspannt. Wie du wieder bei dir zu Hause ankommen kannst. Einfach nur, weil du dir erlaubst, wirklich tief zu rasten. Du kannst wieder deine Weichheit und deine Liebe spüren. Dein Herz taut auf. Die Galle darf sich entspannen und die Leber auch.

“Es liegt nicht an dir, Schwester!” Ich sehe die Liebe und dein Sehnen in dir. Ich würdige und ehre beide. Sie tragen dein JA zum Leben. Oh, wie dein Herz strahlt, wenn es erkannt wird. Wie sehr dein Herz dieses JA hinaus singen will – deinen Körper mit diesem JA erfüllen will. Oh, dein sanftes, zartes Herz. ♥ ♥

Und dann bleibt uns beiden nur mehr die Frage: Wem gegenüber wollen wir loyal sein? Dem NEIN oder dem JA?



Workshop Versöhnung mit den Ahn/inn/en und JA zum Leben sagen:

www.weripower.at/lehrgang_spiritimalltag/

Raste im Kreis der Frauen.

www.weripower.at/tempel/

Berichte von deinen Erfahrungen bezüglich Verbitterung – am besten gleich auf dem Blog mit Herz und Hirn:

www.weripower.at/hilfe-ich-verbittere/

Du musst doch nur...

“Du kannst nur ..., wenn du ...” – oh, viele Jahre bin ich Teil dieser Verbesserungs-Trance gewesen! (Geständnis: Ich habe sogar selbst solche Newsletter

www.weripower.at/briefe/

geschrieben!) Es sind ohnehin meist gutgemeinte Ratschläge, wenn wir hören:

- Du musst doch nur ein bisschen mehr meditieren, damit du glücklich wirst.
- Du brauchst ja nur 10 kg abnehmen, dann findest du leicht einen Partner.
- Es ist ganz leicht: Mach diese Diät, damit dein Bauchfett wegschmilzt.
- Du musst ja nur deinen Eltern vergeben, damit du erfolgreich sein kannst.
- Du musst nur deine Krankheit liebevoll annehmen, damit Heilung geschehen kann.
- Du musst ja nur die Situation als Spiegel deines Innenlebens ansehen, dann erkennst du, was du falsch machst.

Wir merken gar nicht, was für einen Stress wir uns da selbst und uns gegenseitig machen. Unterschwellig schwingt die ganze Zeit mit: “Du bist nicht gut genug.” Es schwingt mit, dass wir noch etwas machen müssen, um “richtig” zu sein. Verbessern. Herumdoktern. Das Hamsterrad der ununterbrochenen Verbesserung. Eine Trance.

Und es schwingt mit: Es ist ganz leicht. Also bist du selber schuld, wenn du es nicht probierst und dann unglücklich, krank, partnerlos, dick, erfolglos bleibst.

Hinter dieser Argumentation versteckt sich einiges an Abwertung. Wenn ich mal übertreiben darf: “Wäh, unglücklich! Wäh, krank! Wäh, partnerlos! Wäh, dick! Wäh, erfolglos! Wäh, Looser/in du! Du hast einfach nicht das Zeug dazu. Jede/r kann das schaffen, wenn er / sie nur will! Schäm dich!



Brief zum Ausdrucken unter www.weripower.at/briefe/

Du hast es einfach noch nicht genug probiert. Es wär so leicht, aus dem Schlamassel rauszukommen. Du hast es einfach noch nicht genug probiert." Gefangen im Hamsterrad der Verbesserung.

Und all das läuft weitgehend unbewusst ab. Die wenigsten von uns durchschauen diesen andauernden Strom der Beschämung missionmensch.blogspot.co.at/2013/09/just-say-no.html

und die damit verbundenen unbewussten Machtspiele im sozialen Gefüge der Gesellschaft.

weripower.blogspot.co.at/2014/01/der-scham-begegnen.html



Radikale Selbstliebe ist eine Revolution.

Stell dir vor, wir könnten uns mit einem Zauberspruch in radikale und bedingungslose Selbstliebe hinein zaubern. In diesem Zustand könnten wir erkennen, dass wir genau so sind, wie wir gemeint sind. Dass es nichts zu verbessern gibt, weil sich das Mysterium des Lebens genau so in diesem Augenblick durch dich ausdrücken möchte. "Es ist, was es ist," sagt die Liebe. Wir könnten spüren, aus wieviel Liebe unser Sein gemacht ist, wie stark wir verbunden sind in dem

riesengroßen Strom des Lebens, dass unsere Existenz ein unergründliches Wunder ist.

Wenn wir dieses Experiment weiter ausdehnen, nicht nur dich und mich in die radikale Selbstliebe hinein zaubern, sondern die Gesellschaft – es würden ganze Industriezweige zusammenbrechen. Es würde ein großer Frieden entstehen, weil die Machtspiele um die Liebe wegfielen. Es würde ganz viel kreative Kraft und Energie frei werden, die bisher mit dem Verstecken und Kaschieren unserer scheinbaren "Fehler" gebunden war.

Daher öffne ich meine Faust, die bisher das Szepter der Verbesserung fest gehalten hat. Anstrengungslos. Ich öffne meine Faust und das Szepter fällt zu Boden. Oh, was für eine Erleichterung. Und wenn ich das nächste Mal aufwache und bemerke, dass ich in der Verbesserungs-Trance war, lächle ich mir selbst mit liebevoller Freundlichkeit zu, öffne die Faust und lasse das Szepter zu Boden fallen. Immer wieder neu. Die stille Revolution des Lächelns mit liebevoller Freundlichkeit.



Inneres Leadership – spirituelles
Selbstmanagement
www.weripower.at/spiritimalltag/

Wie geht es dir mit der Verbesserung-Trance? Berichte doch auf dem Blog mit Herz und Hirn: www.weripower.at/du-musst-doch-nur/

Wenn mal wieder so ein verrückter Tag ist ...

Wenn mal wieder so ein verrückter Tag ist, wo alle etwas eigenartig reagieren.... dann könnte das an Sonnenstürmen bzw. ihren Folgen, den geomagnetischen Stürmen, liegen!

"Die kurzzeitigen und intensiveren Verschiebungen der Schumann-Resonanzen durch Sonnenstürme wirken sich merkbar auf

unser Gehirn und somit auf unseren gesamten Wohlbefinden aus. Oft sind es "verrückte Tage", wenn die Auswirkungen eines Sonnensturmes das Erdmagnetfeld erreichen. [...] Solange ein Mensch mit dieser verstärkten Hirnaktivität nicht zurechtkommt, kann sich die oben erwähnte Unruhephase in verstärkter Aggression oder Ängstlichkeit ausdrücken (vermutlich je nach Disposition



Brief zum Ausdrucken unter www.weripower.at/briefe/

und Sozialisation). Da die Veränderungen auch enzymatische und hormonelle Vorgänge im Körper beeinflussen, werden in solchen Unruhephasen Gefühle und Emotionen verstärkt empfunden.“

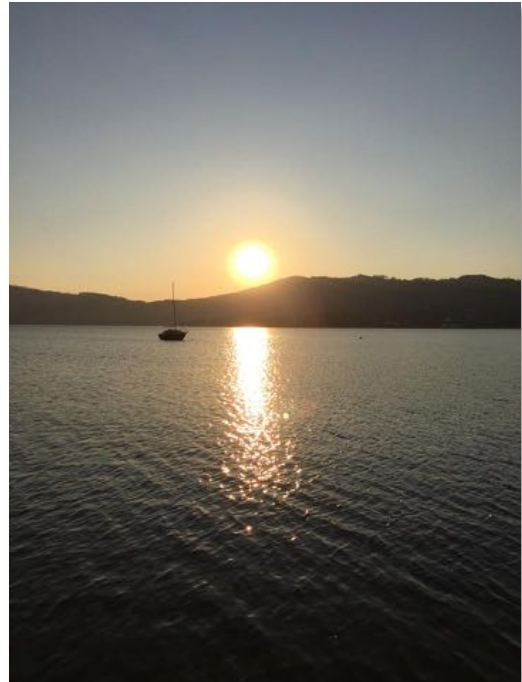
Auszug aus dem Artikel “Über 2012, das Erdmagnetfeld und unser Gehirn” von Uli Feichtinger

Den gesamten Artikel über die “Frequenzerhöhung” der Erde und die Auswirkungen auf das menschliche Gehirn kannst du dir auf der weripower Download Seite herunterladen:

www.weripower.at/download/

Hier kannst du dich laufend über die Sonnenaktivität und geomagnetische Stürme informieren:

www.eterna.sl/sonne-aktuelle_werte.html



Wie geht es dir mit den Sonnenstürmen und den geomagnetischen Stürmen? Kannst du sie auch so deutlich in deinem Leben wahrnehmen? Gerne kannst du direkt auf dem Blog mit Herz und Hirn davon berichten: www.weripower.at/verueckter-tag/

Erlebe Uli Feichtinger live.



Sa., 9. Mai 2015, 10 – 18 Uhr

Versöhnung mit den Ahn/inn/en und JA zum Leben sagen Lehrgang in innerem Leadership: Spirit im Alltag – Wachse in deine Größe

95 bis 190 Euro nach Selbsteinschätzung; siehe

www.weripower.at/preisgestaltung/

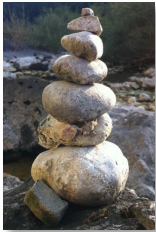
Yogahaus Traunsee, Feldstr. 20, Altmünster, www.yogahaus-traunsee.at

Anmeldung: 0650 460 4103 oder u.feichtinger@weripower.at

Wir alle sind das Ergebnis der Liebe und Fürsorge von tausenden von Menschen vor uns. Die Intention dieses Seminartages ist es, dich mit deinen Ahn/inn/en auszusöhnen, indem du dich mit den Mustern und der Weisheit dieser Reihe beschäftigst. So nimmst du ganz bewusst deinen Platz in dieser Reihe ein. In einem Ritual kannst du dein JA zum Leben aus vollem Herzen sagen. www.weripower.at/lehrgang_spiritimalltag/

Inhalte

- Theoretische Inputs zur Ahninnen-Reihe
- Belastendes abgeben
- Weisheit annehmen
- Wunder des Lebens
- Ritual der Verbundenheit
- Ritual: Ja zum Leben sagen



Di., 19. Mai 2015, 20 – 21 Uhr

Balance von Yin und Yang

Lehrgang in innerem Leadership: Spirit im Alltag – Wachse in deine Größe

12 Euro – Anmeldung direkt auf der weripower Online Akademie:

www.sofengo.de/academy/uli.feichtinger

Wir Menschen erleben die Welt voll Dualität und erkennen bei genauerem Hinsehen, dass wir vieles unbewusst mit gut und schlecht bewerten. Wir beleuchten das aktuelle Ungleichgewicht und erkennen Hinweise für ein Leben in innerer Yin-Yang-Balance.

www.sofengo.de/webinar/Balance-von-Yin-und-Yang/119124

Dieses Webinar ist Teil des Lehrganges "Spirit im Alltag – Wachse in deine Größe":

www.weripower.at/lehrgang_spiritimalltag/

Alle Veranstaltungen im Überblick:

www.weripower.at/veranstaltungen/

Erfreue dich an Good News.

Video: aufblühende Blumen

Im Zeitraffer wird aufgenommen, wie Blumen aufblühen... www.weripower.at/bluehe-auf/
... ein wunderschönes Video, das die zugrunde liegender Ur-Kraft sichtbar macht ... und als Vorbild dazu dient, in deinem Dharma, deiner Berufung aufzublühen! ☺ ☺ ☺

www.weripower.at/dharma-garten/

Youbeee – online Magazin für Auszeitsucher und Neubeginner

Die neue Plattform Youbeee begleitet Interessierte auf ihrem Weg zu einem wertvollen und (selbst)bewussten Leben. Im Mittelpunkt stehen Entschleunigung und Neuorientierung mit Langzeitwirkung. magazin.youbeee.com

Besonders empfehlenswert ist der Artikel "Mit der Kraft des Bummelzuges" von Christa Langheiter über ein Geschenk am Weg von Susi Pecina!

magazin.youbeee.com/themen/traeume-verwirklichen/mit-der-kraft-des-bummelzugs/

Good News: Wachstum in die eigene Größe

Wachstum in die eigene Größe erfolgt nicht auf einer geraden Linie.

~ Arjuna Ardagh

www.facebook.com/weripowerLeadership/posts/1432706623695717

Impressum

Du erhältst diesen Newsletter als Kund/in oder Interessent/in von weripower Leadership mit Herz und Hirn.

MedieninhaberIn:

Für den Inhalt der weripower Briefe ist Uli Feichtinger verantwortlich.

Richtung des Newsletters:

Die weripower Briefe enthalten Inspirationen rund um spirituelles inneres und äußeres Leadership mit Herz und Hirn, sowie Ankündigungen zu Veranstaltungen von Uli Feichtinger.

Unternehmensgegenstand der MedieninhaberIn:
Unternehmensgegenstand der MedieninhaberIn ist Unternehmensberatung, Schwerpunkt Coaching & Training, siehe auch www.weripower.at/kontakt-impressum/

Anmeldungen zum Newsletter werden gerne unter www.weripower.at/briefe/ entgegen genommen! ☺
DIⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Uli Feichtinger
weripower – Leadership mit Herz & Hirn
www.weripower.at - u.feichtinger@weripower.at
+ 43 (0) 650 460 4103



Brief zum Ausdrucken unter www.weripower.at/briefe/

4810 Gmunden, Traunsteinstr. 52
international: www.dharma-garden.com/

Facebook:
www.facebook.com/u.feichtinger
www.facebook.com/weripower
www.facebook.com/Ulisperks

Twitter:

www.twitter.com/weripower

Fotonachweise:
Uli Feichtinger