FROHES NEUES JAHR!

FROHES NEUES DU!

FROHES NEUES JETZT! *

Die Engel, gechannelt durch Ann Albers

Meine lieben Freunde, wir lieben euch so sehr.

Frohes Neues Jahr! Frohes Neues Du! Frohes Neues Jetzt!
Nun wo so viele von euch ihre Vorsätze und Absichten für das kommende Jahr fassen, erinnern wir euch daran, dass euer Neues Jahr zwar ein wunderbarer Meilenstein ist, ihr aber die Möglichkeit habt, euer Leben - und euch selbst - in jedem "neuen Jetzt" neu zu gestalten.

Ihr könnt jeden Augenblick als eine Chance zur Veränderung feiern. Mit jedem Gedanken, jedem Atemzug und jeder Entscheidung könnt ihr das Alte loslassen und euch auf das Neue freuen. In jedem "neuen Jetzt" könnt ihr eine glücklichere, gesündere, reichhaltigere, geliebtere und liebevollere Version eurer selbst werden. Mit jedem neuen Gedanken beginnt euer Leben, sich in neue Richtungen zu bewegen. Jeden Moment durchläuft euer Körper eine gewaltige Transformation, in der Milliarden von Zellen ihre kleinen Körper verlassen und neue, frische, gesunde Zellen geboren werden.

Ihr seid *jetzt* neu ... *und jetzt schon wieder*.

Wenn ihr eine Veränderung in eurem Leben herbeiführen wollt, beginnt *jetzt*. Werdet neu, genau hier, genau jetzt. Welche Gedanken dienen euch nicht mehr? Seid ihr es leid, euch müde zu fühlen? Dann, ihr Lieben, träumt davon, euch erfrischt, energiegeladen und glücklich zu fühlen. Fokussiert euch dafü auf die Momente, in denen ihr euch gut fühlt. Haltet Ausschau nach ihnen. Nehmt als erstes eure verbesserten Gefühle wahr. Denkt Gedanken, die euch nicht runterziehen. *Jetzt*. Denkt hier und jetzt einen Gedanken, der euch erfrischter, energiegeladener fühlen lässt und euch Lust auf das Leben auf dem Planeten Erde macht.

Vielleicht denkt ihr bei euch: "Ich liebe mein gemütliches Bett. Ich fühle mich so wohl in meinen Kissen und Decken. Noch kurz bevor ich in den Schlaf gleite, fühle ich mich erfrischt." Vielleicht denkt ihr an jemanden, der euch aufmuntert, und plötzlich fühlt ihr euch energiegeladener. Vielleicht denkt ihr an ein Essen, das euch begeistert, an ein Lied, das euch Lust macht, euch zu bewegen, oder an eine Sendung, die ihr mögt. Das sind simple Gedanken, aber jetzt, und jetzt, und jetzt wieder, werdet ihr neu gemacht.

Ihr könnt das neue Ich, das ihr sein wollt, genau hier, genau jetzt, und jetzt wieder neu erschaffen.

So viele von euch wollen sich zügig verändern weigern sich aber, sich *jetzt* zu verändern. Viele von euch wollen körperlich Gewicht verlieren, konzentrieren sich aber auf schwere Gedanken. Viele von euch wollen sich gesünder ernähren, konzentrieren sich aber darauf, sich mit Diäten zu bestrafen, die ihren Geschmacksnerven nicht schmeicheln. Ihr könntet stattdessen davon träumen, euch wunderbar zu fühlen und Lebensmittel zu essen, die ihr liebt. Dann, ihr Lieben, wird euer neues Ich in eurem neuen Jetzt eine "Diät" oder Ideen für "gesunde Ernährung" anziehen, die euch packen und euch in Schwung bringen.

Viele von euch wollen in Form kommen, aber schon der Gedanke an Sport selbst fühlt sich nach einer Übung in Plackerei an. In eurem neuen Jetzt wäre es für euch weit angenehmer, euch vorzustellen, dass ihr euch in eurem Körper wohlfühlt und eine Aktivität unternehmt, die eure Zellen in ihrer Vorfreude zum Summen bringt. Wenn ihr euren Geist auf diese Weise einsetzt, wird es nicht lange dauern, bis ihr euch bewegen *wollt*. Vielleicht seid ihr inspiriert, einen eurer Lieblingssongs aufzulegen und mit den Zehen zu wippen. Vielleicht fühlt ihr euch motiviert, ein Outfit anzuziehen, das euch Lust macht, euch zu bewegen. Vielleicht fangt ihr an, euch hier und jetzt wie ein wundervoller und würdiger Mensch zu behandeln, und wartet ab, bis später die Inspiration kommt. Ihr seid *Jetzt* neu. Warum nicht einfach das neue Ich erschaffen, das ihr sein wollt?

Nehmen wir an, ihr wollt besser organisiert sein, fühlt euch aber damit überfordert. Stellt euch hier und jetzt das Gefühl vor, durch euer Haus zu gehen und genau zu wissen, wo die Dinge sind und was ihr an einem bestimmten Tag tut. Stellt euch vor, dass ihr in Leichtigkeit durch euren Tag geht. Wenn ihr keine ausgeprägte Vorstellungskraft habt, schaut euch Bilder von gut organisierten Häusern an und seht euch Videos von Menschen an, die ihr Leben im Griff zu haben scheinen. Hier und jetzt könnt ihr euch auf das Gefühl konzentrieren, das ihr empfinden möchtet. *Jetzt ist neu*. Jetzt könnt ihr die Energie finden und spüren, die ihr regelmäßig genießen möchtet, und eure Tage werden beginnen, harmonischer zu verlaufen.

Angenommen, ihr wünscht euch einen Liebespartner in eurem Leben. In genau diesem Augenblick könnt ihr den Geliebten in eurem Innern heraufbeschwören. Wenn ihr dazu bereit seid, könnt ihr mühelos etwas oder jemanden in eurem Leben finden, das oder den ihr liebt und schätzt. Vielleicht schwelgt ihr in euren weichen Kissen oder liebt die bewundernde Art, mit der euer Hund euch ansieht. Ihr könnt den berauschenden Duft einer frisch gepressten Orange zum Frühstück genießen und euch im Spiegel so betrachten, wie ihr es euch von einem Liebhaber wünscht. Genau hier und jetzt könnt ihr beginnen, die Person zu sein, die ihr euch in der Beziehung, die ihr euch wünscht, zu sein vorstellt. Denkt daran, wie ihr essen, euch kleiden, sprechen und handeln würdet. Wärt ihr ein besseres Ich, wenn jemand da wäre, der euch bewundert? *Jetzt ist neu*. Seid in diesem Augenblick diese liebenswürdige, liebevolle, wertschätzende, sich selbst annehmende Version eurer selbst.

Wir könnten immer so weiter viele Beispiele anführen, aber die Quintessenz ist schlicht diese: In diesem neuen *Jetzt* könnt ihr beginnen, euch mit Vorfreude und Freude auf das zu fokussieren, was ihr sucht. In diesem neuen Jetzt könnt ihr nach dem Guten Ausschau halten. In diesem neuen Jetzt könnt ihr das Glas halb voll sehen, den Silberstreif sehen und alles, was in eurem Leben richtig und gut ist, wie es ist. In diesem neuen Jetzt könnt ihr beginnen, der Mensch zu werden, der ihr sein wollt.

Nehmt euch also in diesem Jahr vor, liebevoll und freundlich zu euch selbst zu sein. Verpflichtet euch denjenigen Gedanken, die euch vorzüglich fühlen lassen. Wenn alte, erschöpfende oder entmutigende Gedanken auftauchen, tut euer Bestes, um zu sanfteren, freundlicheren, ermutigenderen Gedanken überzugehen.

Ihr verdient eure eigene Liebe, ihr Lieben. Ihr verdient es, euch gut zu fühlen. Ihr verdient es, Gedanken zu denken, die *für* alles und jedes schwingen, was ihr hier auf der Erde erleben wollt. Die Feiertage sind vorbei, aber ihr könnt gegenwärtig werden und euch selbst beschenken, und zwar in jedem Hier und Jetzt, mit dem Leben, das ihr zulassen und anziehen und schließlich leben wollt. *Frohes Neues Jahr, Geliebtes. Frohes Neues Du! Du bist bereits verändert, nachdem du unsere Worte gelesen hast.*

Gott Segne Euch! Wir lieben euch so sehr.

Die Engel

*Ann Albers verwendet in den Verteilern unterschiedliche Titel, dies ist der Titel, den sie im Newsletter verwendet hat.

Originaltext: ©Ann Albers, www.visionsofheaven.com
Übersetzung: Yvonne Mohr, http://www.lichtderwelten.de
Deutscher Text: https://www.lichtderwelten.de/index.php/geistige-welt/channelings-anderer/ann-albers/die-engel--frohes-neues-jahr-frohes-neues-du-frohes-neues-jetzt