

Freiheit im Alter

Ein ganz besonderes Freiheitsthema, ist die Freiheit im Alter. Wir sind so indoktriniert, dass wir glauben, dass es normal ist, wenn wir im Alter durch körperliche Behinderungen, die ja offenbar mit dem Alter zu tun haben, unsere Freiheit, durch Pflegebedürftigkeit, verlieren werden.

Unsere Seele, ist die in uns wirkende göttliche Kraft, die uns erschaffen und zum Leben erweckt hat. Weil unsere Seelenenergie ein Teil der göttlichen Energie ist, kann man sagen, Gott hat uns aus seiner Energie, im Leibe unserer Mutter, zu einem Menschen erschaffen.

Gott macht dabei keine Fehler und ist durchaus in der Lage unseren Körper, über eine sehr lange Zeit, aktiv und gesund zu erhalten, und immer wieder neu zu erschaffen. Es gibt überhaupt keinen Grund, anzunehmen, dass Gott darin scheitern könnte.

In unserer Gesellschaft herrscht allerdings die Meinung, dass Gott Fehler gemacht hat, die wir nun mit Impfungen korrigieren müssen. Dass Impfungen ein Riesen-Geschäft der Pharmaindustrie ist, und für unsere Gesundheit keinen Nutzen bringt, im Gegenteil, es schwächt unser Abwehrsystem, das wird natürlich ausgeblendet und in Abrede gestellt.

Das was uns davon abhält, der göttlichen Kraft zu vertrauen, dass wir grundsätzlich gesund und uralt werden können, ist die Indoktrinierung der Menschen in unserer Gesellschaft. Wir sind von Natur aus freie Wesen und nichts könnte Gott dazu bewegen, uns unsere Freiheit einzuschränken, durch Abhängigkeit von der Pharmaindustrie. Dazu kommt, dass die Natur uns für alle Krankheiten wirkungsvolle Medizin liefert und was aus der Natur kommt, kommt von Gottes Hand. Wir sind Schöpfer unserer Lebenssituationen und es geschieht immer das, was wir durch unser Denken und unseren Glauben verursachen.

Wenn wir also mit unserer enormen schöpferischen Kraft in einer Gesellschaft leben, wo die Meinung vorherrscht, dass im Alter unser Körper nicht mehr richtig funktioniert, dann wird das zu einer Tatsache, dann ist das so. In diesem Punkt sind sich auch alle Ärzte einig, wenn man alt wird, dann degeneriert der Körper, das ist normal. Was wäre, wenn der Körper aber gerade nur deshalb degeneriert, weil wir es für eine unumstößliche Wahrheit halten, die niemand auch nur im Ansatz anzweifelt, aber es in Wirklichkeit, gar keine Realität ist. Was wäre, wenn wir uns nur eingestehen müssten, dass wir nur alt und gebrechlich werden, weil wir es als Wahrheit akzeptieren und auch immer bestätigt bekommen, weil wir sehen, wie alte Mensch gebrechlich werden. Was wäre, wenn wir gesund und stark alt werden könnten, ohne zu degenerieren.

Diese Indoktrinierung zu ändern ist schwierig, weil wir gegen den Strom schwimmen müssten. Ich bin schon länger pensioniert und ich fühle mich gesund und stark, weil ich nicht aufgebe, meinen Körper fit zu halten und meine Gedanken zu kontrollieren. Wenn ich mir aber überlege, was ist Realität, wenn ich mal 90 oder 100 Jahre alt bin, dann wird es auch für mich schwierig, mich selber auch dann noch, körperlich und geistig als starke Persönlichkeit zu sehen, aber davon hängt alles ab.

Was wird uns über das Alter vermittelt. Unser Körper verliert die Elastizität, er versteift sich, die Gelenke werden abgenutzt und können schmerzen, unsere Adern und Venen versteifen sich. Die Hirnfunktion lässt nach, wir verlieren langsam das Gleichgewicht und können irgendwann nicht mehr richtig gehen, dann wir brauchen wir Pflege und somit ist das grösste Geschenk Gottes, die Freiheit, für uns nicht mehr gültig.

Ich glaube nicht, dass das Gottes Wille ist. Was ist, wenn das alles gar nicht stimmt und wir nur Pflegebedürftig werden, weil wir glauben, dass es da keinen Weg daran vorbei gibt und wir uns damit abfinden, weil uns das Leben das so vorspiegelt.

Das grösste Problem unserer alten Menschen, ist die Isolation in der sie leben. Oft leben sie allein, weil der Partner verstorben ist und dann brauchen sie sehr viel Energie, damit sie nicht einfach aufgeben. Allein Leben, und das gerade dann, wenn man älter wird und eigentlich viel Zeit hat, ist eine grosse Herausforderung. Solange man sich seine Freiheit bewahren kann, und man aktiv sein Leben gestalten kann, haben wir wenigstens die Möglichkeit, uns unsere Lebensfreude zu erhalten. Verliert man aber durch körperliche Einschränkungen die Unabhängigkeit, dann verliert man nach und nach die Freiheit und somit auch die Liebe und die Lebensfreude verschwindet. Das Leben wird zur Qual und schlussendlich wartet man nur noch auf den Tod.

Das Problem mit unserem Körper ist, dass er, wenn wir ihn nicht aktiv brauchen, seine Funktionstüchtigkeit einstellt, auch in jungen Jahren. Da die Gefahr für die Vereinsamung für unsere alten Menschen gross ist, besteht auch die Gefahr, dass man sich nicht mehr richtig bewegt, und dann glaubt, dass der damit verbunden Abbau mit dem Alter zu tun hat, was nicht stimmt, der Abbau passiert durch die fehlende Bewegung, unabhängig vom Alter.

Ich möchte alle pensionierten Männer und Frauen dazu aufrufen, die Verantwortung für Ihre Eigenständig- und Selbstständigkeit, zu übernehmen um sich ihre Freiheit zu bewahren.

Man sollte auf 2 Ebenen an sich arbeiten.

Die eine Ebene ist die geistige Ebene. Wir sollten uns bewusst machen, dass es kein göttliches Gebot ist, dass wir im Alter degenerieren. Helfen Sie sich mit Affirmationen wie, «*Mein Körper regeneriert sich jetzt*» oder «*Meine DNA erneuert sich jetzt.*» oder «*Meine Heilkräfte regenerieren mich*». Finden Sie eine Affirmation die Ihnen Sinn macht und die sie in sich deponieren können. Achten Sie darauf, dass Affirmationen positiv sein müssen. «Ich degeneriere nicht mehr im Alter» funktioniert nicht. Negative Wörter wie nein und nicht, werden ausgeblendet und die Wirkung wäre, «Ich degeneriere im Alter.»

Die andere Ebene ist die körperliche Bewegung, die wir vernachlässigen.

Es ist ein Teufelskreis. Mit der Einstellung, dass im Alter der Körper schwächer wird, stellen wir uns bereits darauf ein, dass es normal ist, wenn wir langsam unsere Kräfte und unser Gleichgewicht verlieren und passen uns diesem Kräfteverlust an, indem wir unseren Körper noch weniger aktiv brauchen und das ist, neben dem Gedanken, dass es normal ist, dass wir degenerieren, der schlimmste Fehler, den wir uns und unserem Körper antun können.

Sie müssen die Körperfunktionen wieder aktivieren. Wenn Sie pensioniert sind und nicht mehr aktiv arbeiten oder kein Hobby haben, das sie Fit hält, dann haben Sie Zeit, um sich ihrem Körper zu widmen. Nehmen Sie sich am Morgen eine Stunde Zeit, wenn Sie keine Termine haben, wo Sie sich aktiv bewegen und Turnübungen machen können. Planen Sie zusätzlich pro Tag einen gemütlichen Spaziergang, der ca. 1 Stunde dauert oder bewegen Sie sich aktiv eine Stunde und arbeiten sie etwas im Garten oder sonst wie. Informieren Sie sich und fangen sie mit einfachen Übungen an. Wichtig ist, dass Sie die Übungen regelmässig machen und sich nicht überfordern. So wie sich der Körper abbaut, baut er sich auch langsam wieder auf.