



Vollmond im Krebs 30.12.20

Befreie deine Emotionen

Unsere Gefühle sind verbunden mit unseren Gedanken. Manche streiten sich was zuerst da war, das ist so wie mit der Henne und dem Ei. Eigentlich egal. Gedanken und Gefühle sind immer verbunden.

Gefühle können ebenso von erlernten Strukturen hervorgerufen werden. Durch Traditionen oder konditionierten Familienthemen.

Um emotional frei zu werden, halte ich es für notwendig zu lernen, es zu unterscheiden um wieder eine Wahl zu haben, wie du auf Situationen und Themen reagierst.

Konditionierte Gefühle rufen konditionierte Verhaltensweisen hervor. So ist eine freie Wahl ausgeschlossen und wir handeln wie Marionetten.

In der neuen Zeitqualität geht es jedoch darum freigeistig zu werden und selbstbestimmt zu sein. Dazu gehören auch unsere Gefühle.

Wie oft hast du dich ausgeliefert gefühlt, weil die Emotionen dich überrollt haben?

Wenn es wieder so ist, nimm dir Zeit bevor du handelst und frage dich, welches Thema dahinter steht.

Handlungen aus der Emotion heraus wirbeln in den meisten Fällen nur weitere Emotionen auf und man gerät in einen Strudel.

Bringe ein Stop in die jeweilige Situation hinein. Lerne zu warten, bis du im inneren wieder ruhig geworden bist und aus einem geklärten Bewusstsein handeln kannst.

Fokussiere dich auf LIEBE und lasse sie in jede emotionale Situation einfließen.

Befreie dich aus eingefahrenen emotionalen Strukturen. Löse dich aus Vorwürfen und Anschuldigungen an bestimmte Personen aus der Gegenwart oder Vergangenheit.

Übernimm die Verantwortung für deine Gefühle und fühle dich FREI.

In LIEBE

Claudia Gießelmann

[www.astrologie-mallorca.com](http://www.astrologie-mallorca.com)