

5-Minuten-Healing-Session by Nursin



Tag 20

 **Das Gesetz der fortlaufenden
Energieumwandlung**

Das Gesetz der fortlaufenden Energieumwandlung

Energie verändert ständig ihre Form – und du bist ein Teil davon.

Hello und herzlich willkommen zu einer neuen Runde 5 Minute Healing Session by Nursin.

Heute geht es um ein tiefgreifendes Gesetz, das überall wirkt – in deinem Leben, in deinem Denken, in deinen Zellen:

Das Gesetz der fortlaufenden Energieumwandlung.

Wirkung auf deinen Geist

Deine Gedanken sind nicht einfach nur da – sie formen Realität.

Energie kann nicht erschaffen oder zerstört werden – sie verändert nur ihre Form.

Dasselbe gilt für deine Gedanken.

Ein Gedanke ist mehr als ein Impuls – er ist eine Form von Energie, die beginnt, sich zu verdichten und schließlich in Handlung, Gewohnheit oder sichtbares Ergebnis übergeht.

Beispiel:

Stell dir vor, dein Gedanke ist wie ein unsichtbarer Ton. Du gibst ihm eine Form – wie ein Künstler aus Lehm eine Figur modelliert.

Je länger du daran formst – desto klarer wird das Bild.

Und irgendwann wird aus diesem inneren Bild eine sichtbare Realität: eine Entscheidung, ein Verhalten, ein Ergebnis.

Hältst du also dauerhaft an einem negativen Gedanken fest – z.B. „Ich bin nicht gut genug“ – wird genau dieser Gedanke zu einer inneren Haltung, zu einem energetischen Zustand – und schließlich zu einer Realität in deinem Leben.

Umgekehrt: Wenn du an einem nährenden, stärkenden Gedanken festhältst – z.B. „Ich darf wachsen, ich darf empfangen“ – dann wird diese Schwingung zur neuen Grundlage deines Erlebens.

Wirkung auf deine Seele / dein energetisches System

Du bist ständig in einem Fluss – du nimmst auf, wandelst, gibst weiter.

Dein gesamtes Energiesystem arbeitet wie ein feines Gewebe aus empfangenden und sendenden Impulsen.

Das Gesetz der Umwandlung besagt:

Die Energie, die zu dir fließt, nimmt die Form an, die du ihr gibst.

Wenn du diese Energie bewusst mit inneren Bildern, Gedanken oder Emotionen „auflädst“, entsteht daraus ein energetisches Signal – das ausstrahlt, sich verbindet, manifestiert.

Beispiel:

Du wachst morgens auf und denkst: „Ich bin so müde, dieser Tag wird anstrengend.“

Du gibst der frischen Lebensenergie damit eine Form – du färbst sie ein mit Müdigkeit und Widerstand.

Und dein Energiefeld beginnt, genau das zu spiegeln: Schwere, Druck, Blockade.

Wenn du hingegen denkst: „Ich öffne mich für Kraft und Leichtigkeit, ich nehme das Tempo meines Herzens.“, dann verändert sich deine Ausstrahlung – dein Feld wird offen, klar, kraftvoll. Gedanken sind wie Farben. Du entscheidest, in welcher Farbe deine Energie heute strahlt.

Das Gesetz der fortlaufenden Energieumwandlung

Wirkung auf deinen Körper

Auch dein Körper ist ständig im Wandel – gelenkt durch deinen inneren Zustand. Dein Körper reagiert auf Gedanken und Emotionen, weil sie energetische Signale an dein Nervensystem senden.
Wenn du negative Gedanken chronisch wiederholst, erzeugst du Stressreaktionen.
Wenn du bewusst positive, klare Bilder verinnerlichst, aktivierst du die Selbstheilung.

Beispiel:

Stell dir vor, du denkst oft: „Ich bin überfordert.“
Dein Körper reagiert mit Anspannung, flacher Atmung, vielleicht Schlafstörungen.
Doch wenn du stattdessen ein Bild wählst wie:
„Ich bin sicher. Ich bewege mich in meinem Rhythmus.“,
verändert sich die Biochemie deines Körpers.
Dein Herzschlag beruhigt sich, dein Atem wird tiefer, deine Zellen können regenerieren.
Du gibst der Lebensenergie, die dich durchströmt, in jedem Moment eine Form – durch das, was du über dich denkst.

Die Essenz des Gesetzes

- Energie ist immer da.
- Du empfängst sie – in Form von Impulsen, Ideen, Eindrücken.
- Und du gestaltest sie – mit deinen Gedanken, deinem Fokus, deiner inneren Haltung.

Was du in dir trägst, wird sich früher oder später im Außen zeigen.

Nicht, weil du es dir wünschst – sondern weil du es immer wieder fühlst und denkst.

Dein Impuls für heute

- 1.► Beobachte heute bewusst deine Gedanken.
- 2.► Welche Idee wiederholt sich?
- 3.► Welche Bilder hältst du innerlich fest?
- 4.► Entscheide dich, bewusst eine stärkende Form zu wählen.
- 5.► Welches Bild möchtest du heute in dein Energiefeld pflanzen?
- 6.► Wie möchtest du fühlen – handeln – denken?
- 7.► Sag dir innerlich:

„Ich bin offen für neue Energieformen. Ich wähle, was mir dient.“

Abschlussimpuls

Du bist nicht ausgeliefert.

Du bist **Mitschöpferin** – durch das, was du denkst, fühlst und wählst.

Das Gesetz der fortlaufenden Energieumwandlung ist immer aktiv.

Und du hast in jedem Moment die Möglichkeit, neu zu gestalten.

Was du in deinem Herzen trägst, wird Form annehmen.

Wähle weise – wähle kraftvoll – wähle liebevoll.