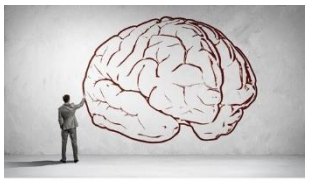
Stressfrei mit Herz und Verstand

Dr. Wolf BARTH

18-2020

Das Stress-Zitat

Du kannst Deine Situation nicht ändern.
Das einzige, was Du ändern kannst, ist,
wie Du damit umgehst, wie Du darüber denkst.



Mentaler Stress: Gedanken als Stressor

Die meisten Menschen können ihr Denken und ihren Denker nicht abschalten. Irgendwelche Gedanken gehen unaufhörlich durch den Kopf. Manche Gedanken lassen sie nicht mehr los und rauben sogar den Schlaf. Das ist dann wirklich mentaler Stress, weil Gedanken bzw. Gedankenformen als von Dir geschaffene Wesen Dich bestimmen. Du bewegst Dich dann in einem Gedanken-Zirkus immer im Kreis und kannst diese Gedanken nicht abschalten!. .

Zusätzlich prasseln heute zu viele Informationen in einer mental **belastenden** Informationsflut auf uns ein.
- Die Zahl der Botschaften durch die allgegenwärtige **Werbung** steigt unaufhörlich und soll heute bei bis zu **15.000** pro Tag liegen. In gleichem Maß sinkt die Aufmerksamkeit und damit sinken die Informationen (unkontrolliert) ins Unbewußte.
- Viele Botschaften werden uns auch (absichtlich) durch **Symbole** übermittelt. Wir kennen z.B. das *Product Placement*, wenn eine bestimmte Marke mit Produkten in einem Actionfilm eingebaut wird, die wir unterschwellig wahrnehmen, weil wir uns auf die spannende Filmhandlung konzentrieren..
- Immer mehr TV-Sendungen (meist als Vorspann) arbeiten mit blitzartig schneller Aussendung von Bildern (**Subvisuals**), die wir bei der hohen Geschwindigkeit nicht mehr bewußt unterscheiden und wahrnehmen können - wir nehmen nur bunte Blitze oder Bildfetzen auf. Auch hier fließen (gewollt) Botschaften in unser Unbewußtes und wir wissen nicht welche und mit welcher Absicht.

Für die geistige Gesundheit und Meisterung von mentalem Stress ist die **Gedanken-Kontrolle** bzw. **Kontrolle über Deine Gedanken** äußerst wichtig. (Deshalb heißt die gegen uns gerichtete psychologische Kriegsführung auch "**Mind Control**"!)

Mystic: "Ich bin + Herzchakra-Musik"

Mystics sind *verbale Formen, die das Unbeschreibliche so beschreiben, daß beim Decodieren positive neuronale Effekte entstehen* (Gerd Gerken).
Versuche beim Hören gar nicht zu verstehen. Das wird oft auch nicht gelingen, weil Mystics un-logisch sind.
Sie wirken mystisch - tiefer oder höher als der Verstand.
Damit lernst Du, das Denken aufzugeben.

Hier ein kostenfreies Mystic von mir "*Ich bin + Herzchakra-Musik*"

https://www.wbarth.com/audios/

Geistig-mystische Botschaften von den "Plejaden 1"

Heute kommen auch wertvolle Botschaften aus der geistigen Welt zu uns auf die physische Erde

Plejaden 1 sind Wesen der 17. Dimension und keine Plejadier, wie manche Leute denken.
Sie kommen aus der siebzehnten Dimension durch ein Portal im Plejaden-Sternensystem, einem der unzähligen interdimensionalen Portale, die dort existieren.
Diese Gruppe sphärischer Bewusstseine trat durch das Portal der Nummer 1 ein, das dort an den Plejaden existiert. Nehmen wir deshalb an: Plejaden 1 = Gewissen, die durch das Portal 1 eingetreten sind, die Plejaden.

Die "P1" teilen uns aktuell folgendes mit:

*Es besteht die **Notwendigkeit,***
die Rationalisierung von Informationen aufzugeben,
*um nicht in **mentalen Stress** zu geraten,*
*da Du die **Nachricht nur entschlüsseln** kannst,*
*wenn Du **mental ruhig bist**.*
*Die meisten Informationen werden codiert und auf das Erwachen an der Oberfläche und in den ätherischen Ebenen gerichtet. Wenn Du Dich **auf Dein Herz konzentrierst,** kannst Du die Energie der ANMERKUNGEN verstehen. Selbst wenn der rationale / lineare Verstand die Bedeutung einiger verwendeter Begriffe nicht verstehen kann, wirst Du **auf der höheren Ebene** in der Lage sein, die Energie zu verstehen.*

Plejaden 1 Botschaften 1. September 2020
P1 ruft Terraner zur Herkunftserkennung auf! Achtung für Anrufe in PVSE / SdE !!

Das heilige Orakel wird verankert.
Kreativität erweitert.
Artikulatoren sind zu mentalen Weiterleitungen aufgerufen.

Kristalline Zukunft ist garantiert.
Die lineare Eingabe für die spezifische Harmonisierung erfolgt.
Die Glättung wird jetzt gestartet.
Die Kontrolle wird gestartet.
** Protokoll DESTEMPO (16h00 / 14h12) gestartet. Harmonisierungen finden statt: 29% (nicht regressiv).*
Eine neue Strukturierung findet statt, da grünes Licht verankert ist.
Grüner Engel, der Säulen der Heilung und der Wahrheit installiert.
Variationen harmonieren.
Spezifische Abtauungen beschleunigen sich.
Die Dekontamination bleibt beschleunigt.
Impfstoffe werden benachrichtigt.
Plejadier aktivieren Felder zum Absetzen von Nanos.
Vorübergehend Ende der Übertragung.
Plejaden 1 (POTENZIERENDE NEUNTE WELLE)

Eine stressfreie Zeit wünscht

Wolf

Impressum:
Dr. Wolf Barth
Tel: 00352-26914392
eMail: info@stress.ws

Webseiten:
- Stress
- Gesundheit
- Lebens-Kompetenz
- Kurse zur Lebenskompetenz
- Bewußtes Leben für Erwachen und Aufstieg