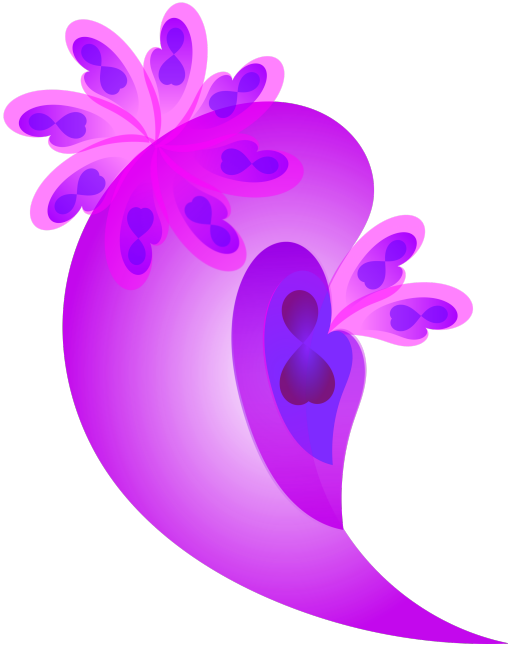




Zaubertrank der Seele

„Du kannst dir inneren Frieden und Glückseligkeit nicht herstellen. Sie sind deine wahre Natur. Sie bleiben übrig, wenn du all das aufgibst, was dich leiden lässt.“ - *Buddha*

Viele Menschen erfüllen ihre antrainierten Rollenbilder. Identifizieren sich stark mit dem, was von ihnen erwartet wird, bzw. bemerken gar nicht mehr, wenn sie sich äußern

Dogmen, Konditionierungen und Ideologien im Denken und Handeln unterwerfen, die so tief ins eigene System eingebrannt wurden, dass man diese Einkerbungen gar nicht mehr als externe Kräfte begreift, sondern vermeintlich meint, dies käme aus dem eigenen Selbst. Manche Menschen gehen tiefer und hören auf ihr Herz. Lauschen, was „es“ möchte und folgen diesem. Was spricht Dein Herz zu Dir? Wohin des Weges führt „es“ Dich, Mensch?

Nur wenige Menschen gehen noch einen Schritt weiter. Spüren, dass die Welt da draußen nicht mit dem übereinstimmt, was sie sich sehnlichst wünschen. Entdecken zuweilen, dass all ihre Rollen, die sie im Leben erfüllen, nicht ausreichen, um die eigene Leere zu füllen. Eine Leere, die entsteht, wenn wir nicht unseren Weg der Seele gehen und vom Weg abgekommen sind. Es zeigt sich dadurch, dass wir krank und unglücklich werden und die Balance und das innere Gleichgewicht verlieren. Uns depressiv, traurig, wütend und energielos

fühlen und zunehmend unser Leben als sinnlos empfinden. Schicksalsschläge und Erkrankungen gehören mit dazu. Scheinen Warnrufe zu sein. Eine besondere Form der Korrektur unseres Weges. Was wäre, wenn die Seele damit einzugreifen versucht? Was, wenn hinter jedem Schicksalsschlag, jedem Lebensereignis, jeder Begegnung und jeder Krankheit eine Botschaft, vielmehr eine Lektion, steckt, um dadurch zu lernen, wieder mehr auf unser Innerstes zu hören?

Hören wir wirklich hin? Wie bringen wir genug Mut auf, um sich unseren wahren und wirklichen Lebensthemen und unserem Wesen zu stellen? Was hält uns davon ab, glücklich und zufrieden zu sein? Was hat so viel Macht über uns, dass wir den inneren Frieden in uns nicht (mehr) spüren können bzw. immer wieder aus diesem herauskatapultiert werden? Wie können wir das wieder zurückerlangen? Was ist dafür zu tun? Wäre es nicht unser sehnlichster Wunsch, genug Liebe zu geben und zu empfangen - für uns, für unsere Mitwelt und für das Leben selbst? Was wäre, wenn genau dies möglich wäre? Was wäre, wenn wir genau deshalb hier sind, um das in uns (wieder) zu entwickeln - dies im wahrsten Sinne des Wortes aus uns herauswickeln würden?

Über das Wie habe ich mir Gedanken gemacht und teile dies mit Dir! Vielleicht hilft „es“ Dir weiter. „Es“ ist ein Einblick. Viele weitere Menschen haben dazu ebenfalls Gedankenbilder entworfen. Du hast sicherlich auch schon Erfahrungen und Erkenntnisse dazu.

Packe sie alle in Dich hinein und mische sie zu einem Zaubertrank zusammen, der Dich zu verzaubern und zu verwandeln vermag. Sei Deiner eigener Miraculix. Werde zum Asterix. Irgendwann kannst Du Obelix sein, der diesen nicht mehr braucht, weil er von Kindesbeinen an darin badet. Dann kannst Du allen inneren Dämonenrömern gehörig auf die Mütze hauen. Liebevoll natürlich.

Ein Zaubertrank, der Kräfte verleiht!

Was sollte in dieses spezielle ‚Gebräu‘ alles hineingetan werden, damit er Dir diese wundervollen Zauberkräfte beschert?

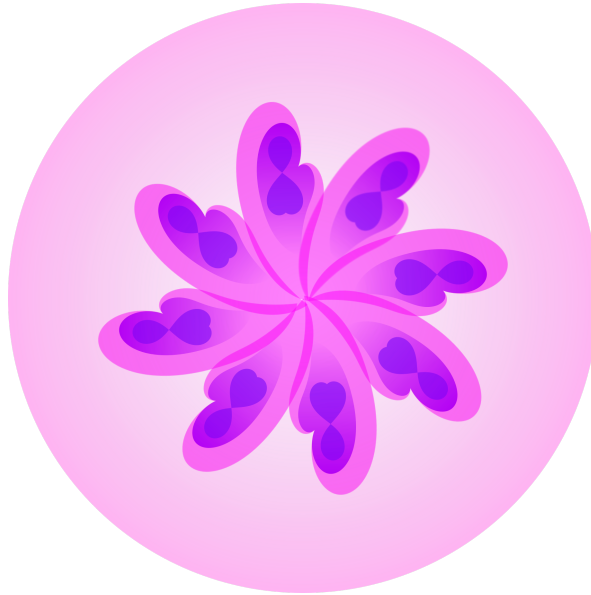
Um in uns, individuell, eine starke Vision für eine bessere Welt entstehen zu lassen, bedarf es Zutaten (Gedanken, Gefühle, Erinnerungen, Informationen, tiefere Seinsschichten usw.) für diesen speziellen „Zaubertrank“. Bestandteile unseres Wesens wollen angesprochen, getriggert und integriert werden, damit sie, in uns aktiviert, zu leuchten beginnen.

Es gilt den Fragen zu folgen: Was bringt Dich innerlich zum Strahlen? Was bringt Deine Augen zum Funkeln? In uns befinden sich wirkliche Überzeugungskräfte, da sie das Licht in uns selbst und auch im Anderen anerkennen und aktivieren. Nach und nach gehen im Innern die Lichter auf. Erkenntnis für Erkenntnis. Idee für Idee. Berührt. Elektrisiert. Inspiriert. Aktiviert. Motiviert. In einer Ganzheit vereint und daraus einwirkend auf all das, was damit und auch mit uns verbunden ist.

Pack all das hinein, was in Dir dazu auftaucht, Dich anspricht und aufleuchtet. Es ist die Ur-Suppe Deiner derzeitigen Essenz! Dein tiefer Quell Deines Wesens, das in der unendlichen Weite des Bewusstseins reisen darf.

Du allein entscheidest selbst, was Du in diesen Zaubertrank hineintust. Meine Auswahl, und meine jeweiligen Impulse dazu, sind die Inhaltsstoffe *meines* Zaubertrankes. Mit all den Neben- und Auswirkungen, die ich da für mich erkenne und mir erhoffe. Sehe sie als ein Impulsangebot für Dein eigenes Gebräu. Ergänze. Lasse weg. Wähle aus. Vertiefe für Dich all die Substanzen, die in Deinem inneren Kessel hineingestreut werden. Ich wünsche Dir einen wohltuenden Bewusstseinstrip durch Dich selbst!

Was brauchst Du JETZT, um mit und in Dir glücklich zu sein, Dich verbunden und eins zu fühlen? Was, um Dich in Deinem ganzen Wesen umfassend zu erkennen und zu lieben?



**„Was vor uns liegt und was hinter uns liegt,
ist nichts im Vergleich zu dem, was in uns liegt.
Wenn wir das, was in uns liegt,
nach außen in die Welt tragen,
geschehen Wunder.“**

Henry David Thoreau

Ich brauche mehr...!

„Desto mehr Du glaubst zu haben, umso mehr glaubst Du, etwas zu verlieren oder weggenommen zu bekommen. Was gehört wirklich zu Dir, ist Deins und ist mit Dir untrennbar und ewiglich verbunden?“

Nicht immer ist ein Mehr vonnöten und richtig. Es ist wichtig, hierbei zu unterscheiden, ob ein Zuviel oder ein Zuwenig Sinn macht oder nicht. Manches darf gerne in Überfülle in uns aufleuchten. Doch es gibt auch Ausnahmen, wo es wichtig ist, die Balance zu halten. Es gilt, eben genauer hinzuschauen, ob es in einem selbst ausreichend vorhanden ist oder nicht. Um daraus dann ein Mehr zu initialisieren. Oder ob es ein Zuviel davon gibt und es wichtig wäre, dies auf ein gesundes Maß zu regulieren.

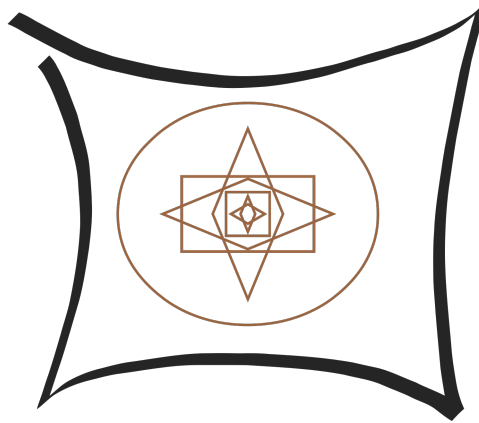
Wovon brauche ich mehr?

Wovon brauche ich weniger?

Was brauche ich?

Ich wurde mit diesen Fragen konfrontiert und habe einfach geschehen lassen, welche Antworten sich dabei in mir zeigen wollten.

Achtsamkeit



***„ICH BIN hier.
Im Jetzt. Ganz.“***

Das Wesentliche.

Das Dahinterliegende. Das Verborgene. Hier und Jetzt. Im Moment sein. Augenschein des Augenblickes. Wachsam. Konzentriert. Weit offen und präsent. Stiller Beobachter. Potentialentfaltung. Kontemplation.

Was lenkt mich davon ab, ganz im Hier und Jetzt zu sein? Was hilft mir beim Loslassen? Wie tief kann ich mich einlassen? Was nehme ich wahr? Was kann ich annehmen, was nicht? Warum nicht? Wer atmet mich, wenn ich meinem freien Atemrhythmus folge? Was bedeutet für mich bewusst sein / Bewusstsein / bewusstes Sein? Welches Potential steckt in mir und in einem Moment?

Beobachten. Annehmen. Lieben. In tiefer Einsicht.