

Deine Welt als Echo auf Dich selbst

In mir herrschte immer Chaos. Meine innere Einrichtung war zusammengewürfelt aus Meinungen anderer Leute über mich und undeutlichen eigenen Impulsen.

Ich nahm alle anderen Menschen wichtiger, als das leise Gefühl für mich selbst, das sich hin und wieder regte, wenn ich mit mir allein war. Wenn ich Bücher las, vor mich hinsummte, mich davon träumte oder meine Gedanken in Tagebücher schrieb, die alle irgendwann gelesen wurden, um wieder als Verurteilungen auf mich einzuprasseln...

Ich wollte ihnen entsprechen, ich wollte alles richtig machen, ich wollte gesehen werden, anerkannt, geliebt. Dafür tat ich so Einiges. Ich genoss die Genugtuung, wenn ich es mal erreichte und zum Beispiel mein Vater mir durch die Haare strich

und mich liebevoll ansah, weil ich etwas Kluges gesagt hatte oder irgendwas getan, was ihm gefiel...

Wenn ich jetzt, in diesem Moment, meine Finger über die Tastatur gleiten lasse, während die Gedanken in jene Zeit zurückfahren, dann weiß ich, dass alles, was mir widerfahren ist, jeder Schmerz, jede Melancholie, jede Sehnsucht, eine direkte Antwort darauf war, wie ich mich selbst wahrgenommen habe und was ich über die Welt dachte.

### **Jeder Schmerz ist eine Antwort auf Deine Selbstwahrnehmung**

„Sei bescheiden! Dräng Dich nicht so in den Vordergrund! Du kannst doch nicht nur an Dich denken! Was sollen denn die Anderen sagen? Trag die Nase nicht zu hoch! Zu viel Lob macht eingebildet!“

Diese Sätze kennt womöglich jeder. Ich kannte schon mit sechs Jahren die Bedeutung des Wortes „Egoist“. Und ich wollte auf keinen Fall so jemand werden!

Wir wissen oft nicht zu unterscheiden, welche Gedanken uns eingepflanzt wurden und welche wirklich aus uns selbst heraus entstehen. Aus einem unbelasteten Feld der Offenheit und Inspiration.

Erst viele Jahre später, begann meine Selbstentdeckung. Als das Gefühl der Sehnsucht nach mir unüberhörbar wurde. Als ich es leid war, nach der Klarheit, die ich ersehnte, im Außen zu suchen, bei den Anderen und deren Lebensmodellen. Als mir klar wurde, dass ich niemals ein anderes Lebensmodell würde leben können, als mein eigenes!

Ich erkannte, dass niemand über mich zu bestimmen hat, dass ich es bin, die zu mir selbst stehen muss!

### **Wen lässt du über Dich bestimmen?**

Wenn ich in mir anwesend bin und mich nicht wegziehen lasse durch Fremdenergien, wird die Tür nur jenen Menschen geöffnet, mit denen ich in Resonanz bin. Wo „es passt“. Alle anderen haben dann nichts mehr zu suchen bei mir und das spüren sie mittlerweile sehr deutlich.

Je mehr ich mich in meinen Räumen einrichte, wie es mir gefällt, mit Möbeln und Gegenständen, die mir absolut und kompromisslos gefallen, je mehr spiegeln mich diese Räume wieder. Ich ziehe bei mir ein und gestalte meine inneren Wände. In diesem Moment erlaube ich mir, dass mich keine andere Meinung, außer meine eigene, interessiert.

Ich erlaube mir, mich selbst als höchste Autorität meines Lebens zu begreifen. Diese Erlaubnis ist die wahre Magie des Lebens. Sie erfordert Mut. Sie erfordert den Mut, all die Glaubenssätze, die in uns verankert sind, die andere dort hinein gepflanzt haben, vertrocknen zu lassen. Sie nicht mehr zu beachten, sie nicht mehr mit Aufmerksamkeit zu bewässern.

Unter ihnen sind Sätze, die wir zutiefst für wirklich halten. „Wenn ich das mache, werden sie mich verlassen, werde ich für immer allein bleiben, wird meine ganze Welt zusammenbrechen, werde ich nicht überleben können...“

### **Deine Glaubenssätze fallen zu lassen, heißt sterben und wiederauferstehen als Dein freies Selbst**

Es kommt der Tag, an dem wir die Macht dieser Sätze in ihrem vollen Ausmaß begreifen. Wenn wir mittendrin stehen und ihren Klammergriff spüren, wie ein klebriges Netz, das uns umspannt. Dann verstehen wir, dass es einem Sterbeprozess gleicht, es nicht mehr zu übersehen und dem, was darunter wirkt, wirklich Raum zu schenken. Dann erst wirst Du wiederauferstehen als Du selbst in einer Form, die Du vorher nicht für möglich gehalten hast.

Der Moment, indem wir begreifen, dass das Leben einzig dazu da ist uns selbst zu entdecken, in uns den Platz einzunehmen, der alles erfüllt, in dem Moment verändert sich die Welt. Dann bist Du eben nicht mehr allein und wirst es nie mehr sein.

Was das bedeutet? Du bist zu Hause. Du bist in Dir angekommen. Du lässt Dich selbst gelten, Du lässt Dich zu, wie Du bist. Du lässt das Leben durch Dich fließen und es fühlt sich nicht mehr fremd an, das Leben an sich. Es fühlt sich nah an, es fühlt sich als Du.

Die Macht, die uns Menschen gegeben ist, heißt Bewusstheit. Bewusstheit bringt Licht in jeden Winkel unserer unbewohnten Räume. Wir ziehen in sie ein, um sie vollständig zu bewohnen.

Je mehr wir unser inneres Reich einnehmen, um so tiefer dringen wir in das Mysterium des Lebens vor.

### **Stimme mit Dir überein**

Ich lasse mich vollständig gelten. Ich erlaube mir in aller Konsequenz nur noch die Dinge mit meiner Aufmerksamkeit zu wässern, die mir vollkommen entsprechen.

Dadurch verändert sich mein Leben, ich erlebe die Auswirkungen meiner bewussten Entscheidungen. Ich erkenne mich in der Welt, die durch mich entsteht.

Sie unterscheidet sich nicht mehr von mir. Bewusstheit für meine Handlungen und deren Hintergründe bringen mir mein Leben nah.

Wenn Du vollkommen mit Dir übereinstimmst, wirst Du im Außen nichts mehr entdecken, was nicht als Du selbst, als dieses Leben, erscheint. Die hauchdünne Membran, zwischen Deinem Inneren und Deinem Äußeren, wird sich auflösen und übrig bleibt ein einziges Erleben dessen, was sich zeigt. Das ist Seligkeit in Form Deiner Anwesenheit in Allem, was sichtbar wird als Du.

Was Dir erscheint, ist ein Echo auf Dich selbst. Du sendest und empfängst ununterbrochen, als eine Frequenz, ein Grundton, ein Klang. Dieses Senden und Empfangen lässt Dich das Leben als Kontinuum wahrnehmen, als Lebensstrom, der als die scheinbare Folge eines Momentes auf den anderen fließt.

### **Du bist der Zugang zur Magie des Lebens**

Zwischen Dir als lebendiger Form und dem formlosen Leben besteht kein Unterschied. Betretbar wird dieser Erfahrungsraum durch Dich, wenn Du Dich als endlos wiederkäuender Glaubenssatz – Träger vollkommen fallen lässt und damit als direkt fühlendes Wesen vollständig zulässt.

Du bist der einzige Zugang durch den die unaussprechliche Magie des Lebens erfahrbar wird, durch den sich das unermessliche Leben selbst, erfahren kann.

Jede Begegnung mit der Unsichtbarkeit für mich selbst, durch jeden erfahrenen Schmerz, ist ein Hinweis, mich endlich zu mir zu bekennen, als die einzige Instanz des Lebens, die meine Hingabe erfordert. Ich betrachte mich nicht mehr als Mensch, der dazu da ist anderen Menschen gerecht zu werden. Ich betrachte mich nicht mehr als Erfüllungsgehilfin fremder Träume.

Ich betrachte mich als lebendiger Ausdruck des Lebens, der sich erfüllen und ergießen will als Lebenswille, welcher sich an der einzigartigen Form seiner inneren Windungen erfreut.

Auf diese Weise betrachte ich alles Leben um mich herum. Und es strahlt auf mich zurück als Liebe, als Freiheit, als grenzenlose Nähe zu mir selbst und allem Lebendigen.

*Wenn Du auch einen Ruf in Dir spürst, eine Sehnsucht danach herauszufinden,  
was es heißt, wirklich in Übereinstimmung mit sich selbst zu leben, wenn Du einen  
echten Geschmack für Dich bekommen willst, dann lass uns reden!*

*Wenn es Dir zum Beispiel schwer fällt, zwischen Deinen eigenen Bedürfnissen und denen  
anderer Menschen zu unterscheiden, Du unklar bist und Dich ständig von  
dem abbringen lässt, was Du eigentlich willst, dann lass und gemeinsam hinschauen!*

*In meiner virtuellen Befreiungspraxis, gehen wir den Gedankenmustern auf den  
Grund, die Dich immer wieder an den gleichen Verhaltensweisen und Problemen  
scheitern lassen.*

*Ich erfasse Dein befreites Wesen, das immer da ist, auch wenn Du es nicht spürst,  
und spiegele es Dir zurück. Falls Du so viel Licht ertragen kannst ...*

*Das ist am Anfang gar nicht so leicht!*

Welche Erfahrungen hast Du mit Deinen Glaubensmustern gemacht? Erkennst Du sie, wenn Du mittendrin steckst und sie einfach ablaufen? Wie sehr bestimmen sie Dein Leben?