



Hingabe statt Kontrolle

Ist dir das auch schon aufgefallen?!

Alles läuft immer auf Bewusstseinsweiterung hinaus.

Nur wie das wirklich geht, will unser Verstand immer nicht so richtig wahrhaben, denn ich kann es nicht machen, ich muss es zulassen.

Das fühlt sich für den Verstand an wie Kontrollverlust.

Also gib deinem Verstand etwas, was er kontrollieren soll.

Wie wäre es damit: Du konzentrierst dich heute mal darauf, dass dein rechter Fuß immer gleichmäßig belastet auf der Erde steht.

Wie gehst du an diese Aufgabe heran?

- Du versuchst deinen rechten Fuß wahrzunehmen
- Dir fehlt die Zeit, dich darauf einzulassen
- Das langweilt dich und du beschäftigst dich lieber mit Sinnvollerem

Egal welche der 3 Antworten auf dich zutrifft, es gibt dir in jedem Fall die Möglichkeit, dein Bewusstsein zu erweitern.

Es geht nämlich nicht darum, etwas richtig zu machen, also den Fuß über 24 Stunden gleichmäßig belastet auf der Erde zu spüren, sondern dich selbst wahrzunehmen!

Denn zuallererst, muss die Frage geklärt werden:

will ich mein Bewusstsein erweitern?!

Ich kann meinen Überzeugungen am leichtesten auf die Schliche kommen, wenn ich beobachte – nicht, wenn ich mache.

Denn meine Handlungsmuster sind von meinem Unterbewusstsein gesteuert.

Da kann der Verstand noch so viel anders machen. Alles, was er in seinem Repertoire hat, kenne ich schon.

Etwas Neues in mein Bewusstsein zu lassen erfordert Mut.

Für mich persönlich bedeutet Bewusstseinerweiterung, ehrlich zu mir selbst zu sein.

Vor mir selbst zuzugeben, dass ich mich lieber zum Opfer mache, als etwas zu ändern, war ein Prozess, den ich Schritt für Schritt erfahren musste, um ihn annehmen zu können.

In Gang gesetzt wurde diese Erkenntnis von meiner Überzeugung, dass ich das auf gar keinen Fall mache – also in den Opfermodus zu kippen, nur um nichts ändern zu müssen.

Da energetische Gesetzmäßigkeiten immer wirken – nicht nur dann, wenn ich es gerne hätte – war damit der Stein ins Rollen gebracht.

Meine Aufmerksamkeit war geweckt und wo meine Aufmerksamkeit hinget, da geht auch meine Energie hin.

Dieses Thema, sich als Opfer der Umstände zu fühlen, triggert einen Energiearchetypen in unserem System.

Die Energien sind immer die gleichen. Wie wir mit ihnen umgehen, entscheiden wir selbst.



Es hat dann auch nicht mehr lange gedauert und mir fiel auf, dass ich sehr oft Schuld zuweise.

- Der Verkehr ist schuld, dass ich zu spät bin
- Meine Eltern sind schuld, dass ich so bin wie ich bin (wenn's mal nicht so läuft)
- Ich bin schuld, wenn mein Partner sich schlecht fühlt

Sobald ein Gedanke in diese Richtung geht, bin ich mittendrin, in meiner Opferrolle. Auch, wenn ich versuche, das Ganze zu drehen, indem ich mir selbst die Schuld gebe.

Diese Erkenntnis hat mich erst mal verblüfft.

Ich will kein Opfer sein – aber wie komme ich aus dieser Nummer raus?

Indem ich es zulasse!

Versuche ich es zu vermeiden, in der Opferrolle zu sein, muss ich mein Denken, mein Fühlen und mein Handeln kontrollieren.

Dieser alltägliche Kampf, ja nicht in die Opferrolle zu gehen, kostet mich viel Aufmerksamkeit. Die ist dann auf Vermeiden und Gegenhalten gerichtet.

Mache ich mir die Opferrolle bewusst, ohne ihr entkommen zu wollen, gebe ich mir die Chance eine Erfahrung zu machen.

Das ich Bewusstseinerweiterung!

Zu den jeweiligen Themen finden regelmäßig kostenfreie Webinare statt. Wenn dich das interessiert, schreibe mir eine E-Mail an:

info@carolakelm.com mit dem Betreff: Qi Guide.

Du bekommst dann den aktuellen Termin und den Zoom-Link per Mail zugesandt.

Ich freu mich auf dich, a presto

Carola

