



Lass dir vom Leben helfen

Um meinem wahren Selbst näher zu kommen, brauche ich eine Vorstellung davon, wie ich sein möchte.

Keine vage, nebulöse, in Umrissen erkennbare Idee, sondern ein konkretes Bild.

Was nicht heißen soll, dass dieses Bild nicht mehr verändert werden kann. Es gibt auch keine zeitliche Vorgabe, wann es fertig sein muss.

Nimm dir einfach mal 5 Minuten Zeit.

Schreibe auf ein Blatt Papier diese 6 Fragen
und beantworte sie ganz spontan!

Die ersten Worte, die dir beim Lesen in den Sinn kommen,
sofort aufschreiben!

1. Was sagen andere über mich? — — — — —
2. Was sage ich anderen über mich? — — — — —
3. Warum sage ich das über mich? — — — — —
4. Wer ist mein absoluter Lieblingsmensch? — — — — —
5. Was macht ihn so besonders? — — — — —
6. Was habe ich mit ihm gemeinsam? — — — — —

Lege den Zettel dann weg und mache das, was du immer tust.
Denke nicht weiter darüber nach.

Merke dir aber im Kalender eine Zeit vor, in der du die Fragen erneut durchgehst.

- Denke nicht über die Fragen nach.
- Beantworte sie jedes Mal, wenn du den Zettel rausholst, ganz spontan.

Die Antworten an sich sind gar nicht so wichtig. Vielleicht fällt dir auch zu der einen oder anderen Frage erst mal gar nichts ein. Mach trotzdem weiter!

Sei neugierig, was beim nächsten Mal passiert. Du machst diese Übung, um deinem wahren Selbst näher zu kommen. Also gib alle Bemühungen auf, irgendwelchen Standards zu entsprechen.

Was wir in unserer materiellen Welt wahrnehmen, dient uns dazu, unsere persönliche Energiesignatur zu wählen. Dafür muss ich Möglichkeiten zulassen. Nicht nur die, die ich kenne, sondern alle.

Meine persönliche Signatur frei zu legen, setzt voraus, dass ich bereit bin, mich neu kennen zu lernen. Das bedeutet auch, meine Meinung über mich selbst zu ändern.

Wenn du dich selbst in ein Rollenbild hineinzwingst, weil es in deiner Vorstellung dem entspricht, was dein Umfeld von dir erwartet, zieht sich dein wahres Selbst immer weiter zurück. Wie ein Kind, das ständig ermahnt wird ruhig zu sein, wenn Erwachsene sprechen.

Um ich selbst zu sein, muss ich mir den Raum und die Zeit geben, ich selbst zu werden. Niemand hat nur Schokoladenseiten. Um genau zu sein, haben wir alle nur eine Schokoladenseite und ganz viele andere. Aber wer mag schon ausschließlich Schokolade!?

