

Euer Newsletter ist für mich immer sehr bereichernd, ich finde immer wieder Anregungen, die meine Kreativität in meinem Beruf als Spiegelgesetztrainerin® bestätigen und auch fördern..

Besonders hat mich im letzten Rundbrief das Zitat von „Scobel“ angesprochen.

Bewusstwerden durch Selbsterkenntnis- das ist unsere Zukunft.

In meiner kleinen Praxis, in der ich neben der Entspannungstherapie auch Bewusstseins- und Selbsterkenntniskurse gebe und Spiegelgesetzcoachings mache, darf ich in den Einzelsitzungen mit meinen Klienten immer wieder erfahren, wie sehr sich ein Mensch im Spiegel des anderen erkennen kann. Vorausgesetzt, er ist bewusst und vermeidet die beliebten Abwehrmechanismen. Alles was wir im Außen wahrnehmen, alle Probleme mit dem Partner, mit dem Chef oder mit den Kindern, alle Erkrankungen, alles trägt eine tiefe Botschaft in sich. Diese Botschaft ist immer treffend. Sie spiegelt uns Teile unseres eigenen Wesens. Anteile, die wir uns verbieten oder die wir an uns lieben.. Festsitzende oft unbewusste Glaubensüberzeugungen hindern uns daran, das Leben zu führen, wie es für uns gedacht ist.

Wie kann das sein? Wollen wir das nicht sehen oder sehen wir es wirklich nicht?

Ich glaube, wir sehen es oft erst dann, wenn Krankheiten, Partnerkrisen und andere Schicksale- sogenannte Spiegel- uns darauf hinweisen.

Soll das etwa bedeuten, dass Schicksalsschläge einen positiven Sinn haben?

Heißt das, dass meine Partnerschaft, in der ich seit Jahren unglücklich bin, die für mich genau richtige Lernaufgabe darstellt?

Heißt das, dass ich über diese Spiegel mich selbst erkennen kann und somit erst den anderen in seiner Komplexität und seinen Denkmustern erfasse?

Heißt das, ich darf durch diese Erkenntnisse lernen, was der andere von mir möchte und den Satz umformulieren, der da heißt: Behandle den anderen so, wie DU selbst behandelt werden möchtest? Und nun daraus entstehen lassen kann: Behandle den anderen so, wie ER behandelt werden möchte?

Meine Antwort lautet: JA!

Wir alle haben in unserem Leben Verhaltensmuster gelernt, die unser Handeln, Fühlen und Denken in großem Maße steuern. Es sind Überlebensstrategien aus der Kindheit, die uns das Gefühl von Anerkennung und Wohlbefinden im Elternhaus gaben. In der Ich-Werdung baut der Mensch eine ICH - Identität und Persönlichkeit auf. Er entwickelt feste Vorstellungen vom Leben und findet seinen Platz in der Gesellschaft. Diese Persönlichkeitsanteile haben uns in der ICH-WERDUNG - das Erwachsenwerden - geholfen, sozialverträglich zu werden, aber meist sind es genau diese Persönlichkeitsanteile, die uns oft um die Mitte des Lebens Probleme bereiten, Sie zeigen sich in materialisierter Form durch Krankheiten, Trennungen, Verluste usw. Es ist der Beginn der SELBST-WERDUNG- der Weg in die Spiritualität. Jeder Mensch geht meiner Erfahrung nach durch einen zweiphasigen Entwicklungsprozess. Er besteht aus ICH-WERDUNG und SELBST-WERDUNG. Vielleicht kann man es auch VER-WICKLUNG und ENT-WICKLUNG nennen.

Ich glaube, dass die Seele einen genauen Plan hat.. zumindest kommt es mir oft so vor.

Mir scheint es so, als ob der Mensch einen Lebensweg hat, den er geht, der ihn kämpfen und stark werden lässt. Ich habe dort so ein Bild vor mir, in der der Mensch am Ende des Weges wieder zurückgeht an den Ort, von wo er gekommen ist. Auf diesem Weg begegnen ihm Herausforderungen, die er mit seinen gelernten Mustern nicht mehr bewältigen kann, er ist aufgefordert, bestimmte Rollen- oder Lebenshüte abzulegen und den Weg nun etwas „Gelassener“ zu gehen. Er wird durch diese Herausforderungen aufgefordert, Selbsterkenntnis und Bewusstwerden zu finden. Er darf sich nun auf wirklich Wichtiges- auf sein WESEN(-T)LICHES konzentrieren.

Die „Lebenshüte“- also die Persönlichkeitsanteile oder auch die Ich-Werdung geben uns in der ersten Lebensmitte Halt, Wohlbefinden und Anerkennung.. Und irgendwann bricht etwas zusammen, die Hüte passen nicht mehr. Es erscheint uns so, als ob bestimmte Situationen, Umstände, Personen oder auch Krankheiten uns diese Lebenshüte vom Kopf reißen wollen. Es kommt zu Trennungen, Verlusten, Krankheiten oder anderen Umständen.

Was passiert da?

Vielleicht gibt es übergeordnete Gesetze, die durch ihr Resonanzverhalten genau das verursachen. Vielleicht hat sich der liebe Gott das so ausgedacht?

Vielleicht sollten wir an den Satz aus der Bibel denken:“

Wenn ihr nicht werdet wie die Kinder, so kommt ihr nicht ins Himmelreich?

Hat es einen Sinn, diese Verhaltensstrategien abzulegen?

Ich glaube, es ist so. Wenn wir erfahren, das wir auch ohne diese „Denkmuster“ angenommen und geliebt sind, können Druck und Stress gehen. So wird aus der KRISE eine CHANCE. Wir sind bei „uns“- in unserem wahren Wesen- angekommen und sind dafür geliebt.

Durch meine Arbeit als Spiegelgesetztrainerin und Bewusstseinstrainerin erfahre ich jeden Tag auf's Neue, wie wunderbar es ist, wenn wir durch Selbsterkenntnis und Weisheit diesen Denkfallen und Glaubenssätzen auf die Schliche kommen, sie in Liebe abgeben und Gelassenheit, Ruhe und Gesundheit eintreten kann. Wie wunderbar es ist zu sehen, wie Menschen beginnen, IHR Licht leuchten zu lassen und Krankheit und negative Umstände aufgelöst werden können.

Aus dem:

Ich bin.. perfekt....

Ich bin klein....

Ich bin ein Einzelkämpfer....

Ich bin eine Last....

Ich brauche körperliche Nähe

Ich bin zuverlässig und pünktlich

Ich bin der Helfer

Und vielen vielen anderen Überzeugungen

wird ein

ICH BIN LIEBE..

Liebe ist , was es ist

Ich wünsche allen Menschen dieser Erde, dass sie den Weg zu Ihrem eigenen Herzen finden, dass sie lernen, ihr eigenes Licht leuchten zu lassen, auch wenn sie andere damit verunsichern. Wenn Sie Ihr Licht leuchten lassen, geben wir allen anderen damit die Erlaubnis, es ebenso zu tun

Ich sage nicht, dass es ein leichter schneller Weg ist, aber ich sage aus eigener Erfahrung, es ist der erfüllendere und gesündere.

Von Herzen

Ihre Birgit Wiens

Info: www.raum-fuer-balance.com