



Universal Essential Life

Bewusstseinslage März/April 2019

Lernen, das zu lieben, was wir ablehnen und Schöpferkraft

Durch die Stärkung des eigenen Selbstwertes, die Rückbesinnung auf die innere Kraft der Selbstermächtigung, inneren Führung und Selbstliebe, konnte in der letzten Zeit eine gute Basis geschaffen werden, um uns Selbst und die Welt realistisch betrachten und reflektieren zu können. Es konnte eine innere Kraft entstehen, die wir so noch nicht fühlen und leben konnten. Eine Kraft, die Berge versetzt und das eigene Leben zutiefst von innen heraus verändern kann. Diese Kraft, das eigene Seelenpotential, sucht sich jetzt seinen Weg, um sich zu entfalten. Hierfür sind wir dazu aufgerufen, uns endlich der Wahrheit zu stellen und nicht davon zu laufen. Uns dem zu stellen, was wirklich ist und uns nicht in heile Welten, Wunschträume oder Verzerrungen im Außen zu flüchten, in Beschuldigungen, Herabsetzungen oder Schwarzmalereien. Wir sind aufgerufen, das, was wir im scheinbaren Außen sehen, erfahren und erleben, nach innen zu spiegeln und uns selbst zu reflektieren. Was hat das mit mir zu tun? Wie gehe ich damit um? Und zwar in einem bewussten Raum, der wertfrei und ehrlich betrachtet. Wir sind aufgerufen, uns den Seiten von uns Selbst zu stellen, ihnen im Kontakt zu begegnen und sie endlich anzunehmen, die wir bisher an uns abgelehnt haben. Wir sind dazu aufgerufen, das, was wir bisher bekämpft, verurteilt oder erniedrigt haben, so zu sehen, wie es ist oder wie es auch sein könnte. Zu erkennen, dass so, wie wir es bisher gesehen haben, es nur unsere eigene Projektion war. Es geht darum, das eigene Herz zu öffnen, für das bisher Unmögliche. Für das, was wir bisher unter keinen Umständen wahr haben wollten. Es geht darum, die Situationen und eigenen Deutungen zu beleuchten und sie zu relativieren, sie aus verschiedenen Blickwinkeln betrachten zu können und sie mit den möglichen Augen anderer Menschen sehen zu können. Das fordert und fördert das Verständnis im Zwischenmenschlichen und relativiert jedes Verhalten, jede Handlung und jede Reaktion. Was wir Selbst so sehen, kann und wird von Anderen ganz anders gesehen. Und jeder liegt richtig. Je mehr wir uns öffnen für eine Vielfalt an Betrachtungen und Einschätzungen, desto mehr lösen wir uns von vorgefertigten Meinungen, Schubladisierungen und Etiketten und damit von Widerständen, Ablehnungen und Kämpfen. Wir verändern die Welt nicht, indem wir kämpfen, wir verändern die Welt, indem wir uns Selbst lieben. Und das ist unsere Geburtspflicht.

So zeigt sich in dieser Zeit vor allem wie ein Tanz aus Selbstliebe, Schattenintegration und Schöpferkraft. Denn diese hängen zusammen und das eine bedingt das Andere. Und es erfordert eine innere Ausrichtung, diesen Kreislauf der Bindung, Enge und Starre zu durchbrechen. Diesen inneren Kampf um das eigene Selbstbild.

Fast jede Einzelheit unseres Lebens müssen wir hinterfragen, in die Hand nehmen und neu in unser Sein und unser Leben einsortieren. Dann vielleicht an einem neuen Platz, mit neuer Aufgabe und mit einer anderen Verbindung zueinander oder aber auch mit verstärkter Kraft des Bisherigen. Unsere wahre Kraft liegt darin, dass wir in jedem Moment unser Leben selbst erschaffen und das aus den Situationen und Umständen machen, was wir darin sehen.

So ist es umso wichtiger, dass wir uns Selbst klar darüber sind, was wir wirklich wollen. Es bestimmt die Ausrichtung unseres Lebens und stellt die Weichen für alles, was wir leben und erleben. Es liegt in unserer eigenen Verantwortung, Selbst diese Weichen zu stellen. Und deswegen ist es auch immer wichtiger, dass wir diese Weichen nach unseren eigenen Bedürfnissen, Wünschen und Vorstellungen richten, voller Selbstliebe und möglichst frei von egoistischen Einfärbungen. Denn das, was wir uns so kreieren wird um ein Vielfaches



Universal Essential Life

erfüllter, glücklicher und fließender sein, denn es ist mit dem Leben und nicht dagegen. Und um diese Selbstliebe zu kreieren, ist es notwendig, dass wir uns unseren eigenen Schatten zuwenden und sie wieder zu uns nehmen. Dass wir an uns Selbst das lieben, was wir bisher abgelehnt haben und in die Welt im Außen projiziert haben und dort dagegen gekämpft haben. Dort, wo wir die größten Ängste und Widerstände haben, wo die größten Spannungen in unserem Leben sind, dort ist unsere größte Selbstliebe und unsere größte Schöpferkraft verborgen.

So geht es in dieser Zeit immer noch darum, Altes und Überholtes, was nicht mehr zu uns passt, da wir unser Selbstbewusstsein enorm erweitert haben, verstärkt aus der Selbstliebe heraus leben und mehr und mehr Verantwortung für uns Selbst übernehmen, loszulassen. Das, was nicht mehr passt, sein zu lassen. Es gehen zu lassen und uns dem zuzuwenden, was wir wirklich wollen. Unser Leben neu träumen und visionieren, denn so sind wir wahrlich Schöpfer. Und die eigene Schöpferkraft erhält in dieser Zeit einen enormen Schub an Durchsetzungskraft, besonders, wenn wir aus der Selbstliebe und einem höheren Blickwinkel für das Große-Ganze erschaffen. Die Zeiten, in denen wir uns als Opfer in der Unfähigkeit verkriechen konnten, Entschuldigungen und Ausreden finden konnten, sind vorbei. Wir müssen es Selbst anpacken und verändern. Und das hat das Leben, und das haben wir am Ende uns Selbst, deutlich gezeigt und gelehrt. In dem Moment, in dem wir uns geöffnet haben und noch weiterhin verstärkt dafür öffnen müssen, aus den Situationen und Umständen zu lernen, haben wir uns Selbst und die gesamte Schöpfung verändert. Das, was uns bisher noch bindet, eng hält, in vorgegebenen Strukturen gehalten hat und noch halten möchte, zeigt sich, damit wir es erkennen und uns davon lösen. Dass wir das Dramadrieeck hinter uns lassen und die Schöpferkraft leben, die wir in uns tragen. So ist es sinnvoll, in dieser Zeit uns bei jedem Gefühl, Gedanken oder Handlung zu hinterfragen. Was ist die Absicht dahinter? Ist es Kampf, Ablehnung, Verachtung, Erniedrigung, Flucht, Widerstand, Angst, Weglaufen oder ist es Offenheit, Verbundenheit, Verständnis, Sich-einlassen, Hingabe, Liebe? Wir bekommen immer deutlicher und direkter die Folgen und Auswirkungen unserer eigenen Absichten gezeigt. Und es liegt an jedem Selbst, was er oder sie daraus macht.

So haben wir immer wieder 3 Möglichkeiten, wie wir mit Situationen umgehen können:

1. bleiben wir mit der Situation, mit den Umständen und können sie akzeptieren, so, wie sie sind
2. bleiben wir mit der Situation, den Umständen und können sie verändern
3. verlassen wir die Situation, weil sie uns nicht gut tut und wir sie nicht ändern können

Durch diese anhaltende tiefe Transformation von kollektiven Mustern in uns, kann es sein, dass eine Art Verwirrung auftritt. Ein Zustand des durcheinander seins, der dadurch zustande kommt, dass eine vor allem mentale Klärung stattfindet. Das, was wir bisher geglaubt haben, will von uns in Frage gestellt werden. Ist es wirklich unsere eigene Wahrheit, hinter der wir voll und ganz stehen können oder ist es nur etwas, das wir ungefragt einfach übernommen haben? Je mehr wir uns Selbst von diesen fremden mentalen Konstrukten oder auch von konditionierten automatischen emotionalen Reaktionen befreien, desto freier sind wir. Und desto ungewohnter und anders sind wir dann und können uns verhalten und erkennen unter Umständen uns Selbst nicht mehr, für das, was wir dann denken, fühlen, sprechen oder tun. Es sind Reinigungsprozesse, die zu einer verstärkten Klarheit führen, aber das Zwischenstadium der Verwirrtheit durchlaufen können, in dem wir gerade nicht wissen, wo hinten und vorne ist. Hier ist es sinnvoll, sich Selbst immer wieder darauf auszurichten, was wir Selbst wirklich wollen und nicht wieder in alte Verhaltensmuster zu verfallen.



Universal Essential Life

So ist es eine Zeit, wie jedes Jahr, die geprägt ist von den Qualitäten des Frühlings. Dieses Jahr besonders ausgerichtet auf die eigene Schöpferkraft und dem Entfalten von liebevoller Verbundenheit. Alles, was noch zwischenmenschlich, zwischen Strukturen und zwischen dem Leben selbst Trennungen, Spaltungen, Spannungen, Konflikte entstehen lässt, tritt deutlich hervor. Es tritt hervor und zeigt sich, um mit den Augen der Liebe, den Augen des bedingungslosen Annehmens, umarmt zu werden. Es ist eine Zeit, in der nicht nur die eigene Schöpferkraft bewusst gelebt werden möchte, sondern auch alles, was noch dazwischen steht und eine gewisse Distanz und Abstoßung erzeugt, aufgelöst werden möchte. Es ist eine Zeit, in der wir die tiefen, alten, menschlichen Muster der Spaltung und Trennung überwinden können. Die vor allem kollektiven, aber auch systemischen Muster, die uns voneinander entfernen, statt uns zusammenbringen. So kann es sein, dass wir tief in den verschiedensten Themenbereichen kramen müssen, damit wir für uns und unser Leben etwas verändern können. Denn das, was wir als Menschheit über all die Jahrtausende aufgebaut haben, wird in dieser Zeit in Frage gestellt. Themen von Unterdrückung, Sklaverei, Ausbeutung, Ungerechtigkeit, Kontrolle, Verfolgung, Kämpfen, aber auch von Verantwortungsabgabe, Umgang mit Mensch und Umwelt, Manipulation, Desinformation, Wettkampf, um nur einige zu nennen, die immer noch präsent in der heutigen Gesellschaft sind, werden immer dringlicher, dass wir uns damit auseinandersetzen, sie hinterfragen und sie für uns mit dem Licht der selbstreflektierten Wahrheit beleuchten. Besonders hier sind wir dazu aufgerufen, über den eigenen Tellerrand zu blicken, unsere eigene Komfortzone zu verlassen und das zu lieben, was wir bisher abgelehnt haben. Wenn wir das lieben, was wir bisher abgelehnt haben, entfaltet sich unsere eigene Schöpferkraft und durch die eigene Schöpferkraft dehnt sich unsere innere Kraft, zu lieben, aus. Wir können beginnen, wahrlich zu erschaffen und nicht mehr mit der Welt zu kämpfen oder vor ihr zu flüchten. Wir müssen lernen, die Welt zu lieben, so, wie sie ist, denn wir selbst haben sie so erschaffen. Zu einer Zeit, in der wir noch nicht so bewusst waren, wie wir es heute sind. Wir sind in allem Mitschöpfer und können uns nicht mehr herausreden. Wir müssen lernen, unsere eigene Schöpfung zu lieben, um sie anschließend neu zu erschaffen. Und die Veränderung geschieht nicht mit den herkömmlichen Mitteln des Kampfes, des Protestierens, des Willens zur Veränderung, sondern ganz allein dadurch, dass wir lernen, das zu lieben, was wir ablehnen. Dann befreien wir unser Bewusstsein für unsere eigene Schöpferkraft und werden fähig, wirklich zu verändern. Wir befreien uns aus den konditionierten, gesellschaftlichen Normen, Vorstellungen und Regeln, aus den Strukturen, die uns bisher binden wollten. Wir erschaffen uns neu und damit erschaffen wir die Welt neu.

So kann diese Zeit sehr geprägt sein von Hinterfragen, Verändern, dem sog. Frühjahrsputz, von Neubeginn, von einem neu aufblühen, neu erblühen, einem erweckt werden aus der Starre des Winters und einem sich neu entfalten wollen. Neue Ideen, neue Ausrichtungen, neue Projekte, veränderte Umstände, befreiteres Bewusstsein, mehr Tatkraft, Inspiration oder einem veränderten Blick auf sich und die Welt. Das, was vielleicht schon länger als Idee präsent war, kommt jetzt verstärkt in das Bewusstsein, um wirklich konkret umgesetzt zu werden. Besonders das, an was wir bisher noch festgehalten haben, können wir jetzt ganz einfach loslassen. Die eigene Ablehnung können wir loslassen, falsche Vorstellungen und alles als das sehen, was es ist: Eine Facette von unzähligen Vielen, wovon keine richtiger oder falscher ist, schöner oder hässlicher. Wenn wir lieben können, was wir bisher abgelehnt haben, erkennen wir, dass alles seine Berechtigung hat, wir hören auf, etwas verändern zu wollen und wir können in allem etwas Gutes sehen und das macht das Leben entspannter und weniger ernst. Das ist der Schlüssel. Leben bedeutet nicht,



Universal Essential Life

verändern, sondern es bedeutet freier Ausdruck. Es bedeutet Entfaltung und Vielfalt. So können wir in dieser Zeit den Frieden in uns ausdehnen, indem wir lernen, das zu lieben, was wir bisher abgelehnt haben. Denn der Frieden beginnt in uns. Und er zieht dann seine Kreise in die Welt hinaus. In die Welt, die wir uns selbst erschaffen durch unsere eigene Schöpferkraft und aus der Selbstliebe heraus, weil wir endlich das lieben können, was wir bisher abgelehnt haben. Ganz nach dem Motto „Leben und leben lassen“.

Der nächste Bewusstseinslagebericht erscheint um den 30.04.2019.