

*Nur in der reinen Lust eigenen Denkens, eigenen Empfindens, eigenen Urteils
atmet man den frischen Hauch geistiger Selbstständigkeit.
(Moritz von Egidy)*

Ein Grundbedürfnis unserer Seele ist Freiheit. Manchmal vergessen wir diesem Teil unserer Seele gerecht zu werden. Freiheit heißt, uns aus allen Abhängigkeiten zu befreien. Je unabhängiger wir sind umso mehr tragen wir die Verantwortung für unser Leben selbst. Wir können nicht mehr den Anderen für unser Glück oder Unglück verantwortlich machen. Dies hindert viele Menschen daran wahre Freiheit wirklich anzustreben. Sie fürchten sich letztendlich vor der Verantwortung.

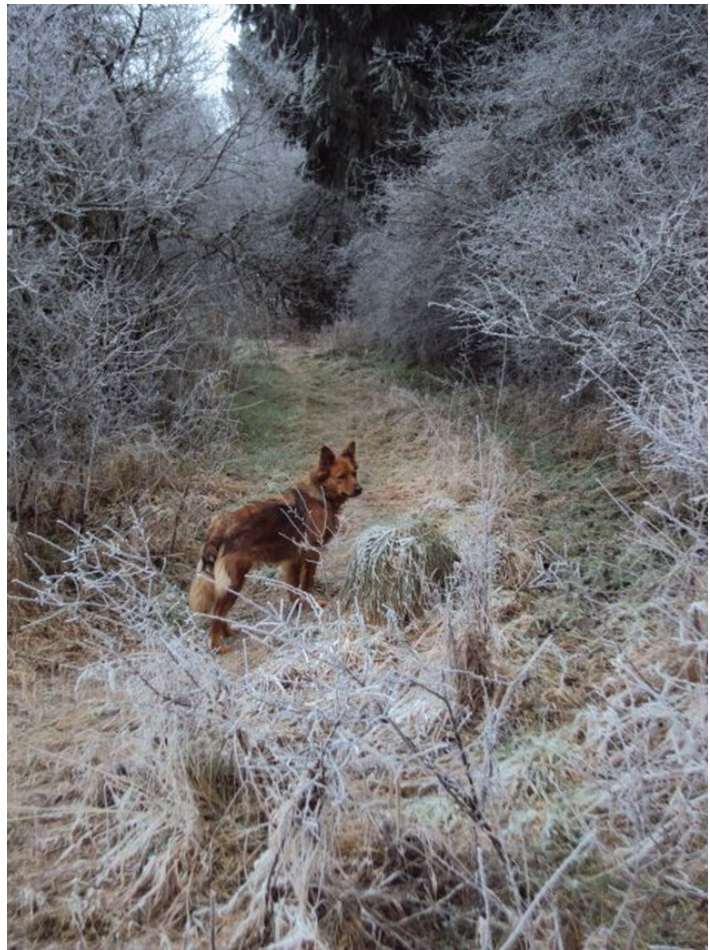
Jedoch der Ruf der Seele nach Freiheit stellt sich immer wieder ein. Dies lässt so manchen unruhig und nervös werden.

Unabhängig sein heißt, erwachsen werden – das eigene Leben selbst in die Hand nehmen. Es bedeutet nicht, dass man seinen Partner verlassen, nicht mehr zur Arbeit gehen oder seinen Pflichten nicht mehr nachkommen muss.

Sich zu befreien beginnt bei der Ehrlichkeit zu sich selbst. Es bedeutet so zu sein, wie man tatsächlich ist. Sich selbst erkennen, sich selbst erfahren und das zu leben, was man ist.

Möglicherweise kann es sich zeigen, dass der Partner, die Arbeit oder bestimmte Pflichten einen daran hindern das zu sein, was oder wer man ist. Dann sollte hier eine Veränderung stattfinden. Denn der Ruf der Seele nach Freiheit –

nach dem Wunsch sich zu verwirklichen, ist ein wichtiger Aspekt auf dem Weg in die Zufriedenheit.



Wo bin ich abhängig und was hat dazu geführt? – ist eine wichtige Frage bei der Erforschung der momentanen Lebenssituation.

Was oder wie kann ich mich aus dieser Abhängigkeit befreien? – wäre eine weitere Frage.

Jedoch bei dieser zweiten Frage spürt schon ein mancher, wie sich sein Körper anspannt.

Uns aus der Abhängigkeit zu lösen bedeutet, dass wir eine Veränderung anstreben. Schon die Vorstellung einer Veränderung lässt einige von uns zittern.

Aber da ist immer noch der Ruf unserer Seele nach Freiheit. Er wird auch nicht verstummen, denn es ist ein Grundbedürfnis eines jeden, sein zu können wer er ist und leben zu können wie er ist.

Meistens sind es Gewohnheiten, Glaubenssätze, Zwänge und Dogmen, die uns an Personen, Lebensweisen, Verhaltensmuster usw. binden.

Vieles können wir nicht von heute auf Morgen wegwerfen, aber wir können beginnen die Fesseln zu lockern. So können wir wenigstens etwas leichter atmen.

Es ist wichtig den Wunsch nach Freiheit zu spüren und auch zu thematisieren.

Es ist wichtig ihn nicht zu ignorieren. Ansonsten wird er die Fesseln immer enger um uns schlingen.

- Beginnt euch bewusst über euer Gefängnis zu werden. Lasst alte Glaubensmuster los und füllt den Raum mit neuen Kraftsätzen, die euch befreien.
- Überdenkt aufgesetzte Dogmen. Machen sie wirklich für euch Sinn oder würde es euch nicht Ruhe schenken, sie über Bord zu werfen?
- In welchen Zwängen lebt ihr? Braucht ihr diese wirklich oder bildet ihr euch nur ein diesem oder jenem Zwang folgen zu müssen und ihn aufrecht zu erhalten?
- Was in eurem Leben wurde einfach zur Gewohnheit? Was übt ihr unüberlegt aus, weil ihr es schon seit vielen Jahren macht ohne dies zu überdenken? Braucht ihr diese Gewohnheiten, die den Raum in eurem Leben sinnlos füllen? Oder würde es eurem Leben nicht mehr Abenteuer schenken, neue Dinge auszuprobieren?



Ihr habt die Verantwortung für euer Leben. Vergeudet es nicht indem ihr es aus der Hand gebt. Euer Leben ist wertvoll. Ihr selbst seid wertvolle Wesen – geboren mit Talenten, Eigenschaften und Träumen. Verwirklicht sie und bleibt nicht gefesselt in

Abhängigkeiten, die euch daran hindern ihr selbst zu sein. Ihr habt das Recht auf euer Leben, ihr habt das Recht die zu sein, die ihr wahrhaft seid.

Ich weiß es aus meiner Arbeit, dass die Vorstellung Veränderungen anzugehen, für viele Menschen angsteinflößend sind. Überlegt was ihr verliert, wenn ihr euer Leben anderen Menschen, Gewohnheiten, Glaubensmustern oder Ängsten opfert. Ihr verliert alles, weil ihr euch selbst verliert.

Daher habt den Mut euch zu befreien und werdet Schöpfer eures eigenen Lebens. Beginnt mit den oben aufgeführten Punkten. Sie sind ein guter Start auf diesem Weg. Seid ehrlich dabei und verdrängt nichts.

Denn wie Robert Goizueta einmal sagte:

*Wenn du etwas wagst, kannst du etwas verlieren.
Wenn du nichts wagst, wirst du bestimmt etwas verlieren.
Das größte Risiko ist es,
nichts zu tun.*

Ich wünsche euch den Mut, dem Ruf eurer Seele zu folgen um frei zu sein und den Frieden zu finden.

HEIDI