

*Unser Leben ist das Produkt unserer Gedanken.
(Mark Aurel)*



Es sind nicht die Ziele unserer Wünsche, wie man vermuten könnte, die unser Leben gestalten und bestimmen. Es ist viel mehr unser gewohntes Denken und das daraus folgende Tun, was unserem Leben seine Form gibt. So wie wir denken gestaltet sich unser Tag, unser Erfolg, unser Vorankommen, unsere Lebenseinstellung und – anschauung.

Wie wir denken sollen und es letztendlich auch tun, wurde uns schon in Kindertagen eingeprägt. Es ist nicht zu unterschätzen wie beeinflussend das Vorbild unserer Eltern war. Nicht nur das was sie uns einredeten und einbläuten, sondern auch das was sie uns vorlebten ohne große Worte darüber zu machen.

*Die meisten Menschen sind nicht sie selbst.
Ihre Gedanken sind die Gedanken eines anderen,
ihr Leben ist eine Nachahmung,
ihre Leidenschaft ein Zitat.
(Oscar Wilde)*

Aber nicht nur unsere Eltern haben uns erzogen und zu dem gemacht was wir jetzt sind – auch die Lehrer und die Priester – und alle anderen Autoritätspersonen haben unser Denken geprägt.

Die Kirche, der wir angehörten, ist nicht zu unterschätzen. Die christliche Kirche hat ihre Dogmen und Glaubenssätze, ihre Gebote und ihre unterschwelligen Druckmittel. Und auch in allen anderen Religionen sind diese Dinge zu finden – vielleicht in einer etwas abgeänderten

Form, aber letztendlich wachsen wir als Kinder in das hinein, was uns hier als Wahrheit des Lebens erzählt wird.

Und so bleiben wir auf dem Pfad der alten Denkmuster – der Denkmuster unserer Vorfahren, die verstaubt und nicht mehr in unser aktuelles Leben passen. Mag sein, dass sie den Ahnen dienten, ihnen halfen die damalige Zeit gut zu leben. Aber das Heute fordert uns auf in die Gegenwart einzutreten und Altes, Unbrauchbares zu wandeln.

Wenn wir an herkömmlichen Denkmustern festhalten, werden wir das leben, was schon unsere Eltern und Großeltern gelebt haben.

Jedoch sind wir Individuen und wer wirklich erwachsen werden möchte und wer wirklich sich selbst finden möchte, der sollte alle alten Glaubensmuster vergessen, der sollte nach seinen eigenen Erkenntnissen forschen und suchen, der sollte in sich gehen und fühlen, sehen, erkennen was seine eigene Wahrheit ist – seine eigene Natur.

*Du bist dort, wo deine Gedanken sind.
Sieh zu, dass deine Gedanken da sind,
wo du sein möchtest.
(Rabbi Nachman)*

Ich bin der Überzeugung, dass der Frieden erst dann in unsere Welt einkehren kann, wenn jeder sich selbst gefunden hat.

Denn wenn wir alle uns selbst gefunden haben und unsere Natur leben können, werden wir auch die anderen in ihrer Natur respektieren und würdigen können.

Wenn wir nicht bereit sind unser Denken zu überprüfen und uns diesen automatischen Gewohnheiten bewusst werden, werden sich die Begebenheiten in unserem Leben immer wieder wiederholen – wie ein Bumerang, der immer wieder zurück kehrt, werden wir weiterhin die gleichen Menschen, die gleichen Situationen und die gleichen Probleme in unser Leben ziehen.

Ich weiß, es ist nicht einfach Gewohnheiten loszulassen bzw. zu verändern, die wir seit vielen Jahren unüberlegt durchziehen.

Es ist jedoch wichtig, die alten Gedanken durch neue zu ersetzen – negatives Denken in positives - Schwarzmalerei in Hoffnung, Mutlosigkeit in Zuversicht usw. Aber wenn wir uns dieser Denkweise bewusst werden, sie wahrnehmen, zuschauen und zuhören welche Gedanken durch unseren Kopf rasen, dann können wir anfangen sie zu schwächen. Wir beobachten dabei, was unsere Gedanken durch welche Situationen aktiviert und versuchen alles zu vermeiden was dieses Denken hervorruft.

Wenn Ihr euch selbst finden wollt, dann verwerft alles Alte und erschafft Neues in Eurem Leben. Wie Eure Gedanken neu werden, so wird auch Euer Leben neu werden. Alles was neu ist, kann wachsen und sich entfalten. Alles was neu ist enthält Leben. Alles was neu ist lässt Euch staunen.

Der Winter ist eine wunderbare Zeit um in sich einzukehren – Altes loszulassen und sein Augenmerk auf Neues zu lenken.

Auch die Natur
bereitet sich nicht
erst mit den ersten
warmen
Sonnenstrahlen im
Frühling auf das
Wachstum vor,
sondern schon im
kalten dunklen
Winter. Bereits in
der gefrorenen Erde
träumt sie von dem
was sie werden
möchte. Und wenn
die ersten Strahlen
der Sonne auf die
Erde scheinen, dann
weiß die Blume,
wohin sie wachsen
möchte – und tut es.



Nutzt die kurzen Tage um in die Leere der Dunkelheit einzukehren und die Samen zu pflanzen, die Eure Gedanken neu werden lassen, damit im Frühling nicht nur das Leben der Natur neu erwacht, sondern auch das Eure.

Ich wünsche Euch gute Gedanken – Gedanken des Wachstums und der Selbstfindung.

HEIDI

Ankündigung:

- Der neue Seminar–Terminplan ist ab Ende des Monats auf meiner Homepage www.poweranimal.de zu finden. Ich freue mich, wenn ich neue Menschen auf meinen Seminaren begrüßen darf und „alte“ Bekannte wieder sehe! –

Achtung! – Für jene, die den Weg nach Neresheim schon im Schlaf kennen – ab nächstes Jahr sind wir an neuen Orten, in anderen Räumlichkeiten. Also bitte auf den Seminarort achten.