### Die Geburt des wahren Selbst- wenn die Maske zerbricht von Dr. Wolf-Jürgen Maurer

Unser falsches Selbst besteht aus allen Masken, die wir in Gesellschaft aufsetzen, um den Schmerz unseres verletzten beschämten Kindes nicht zu spüren, das nicht erwachsen werden will.

Dies entspricht einem Verrat am wahren Selbst, um anderen zu gefallen, in der illusionären Hoffnung, doch noch bedingte Liebe zu erhalten.

Wenn der Schmerz des Kindes aus dem Schattenselbst durch die Maske durchblutet und diese Risse bekommt, besteht die Chance der liebevoll- mitfühlenden Annahme aller verdrängter Schattenanteile und der heilsamen Integration, so dass das wahre Selbst geboren werden kann- was spirituelles Erwachen genannt wird (Sterben des falschen Selbst und wahrer Selbstausdruck eigener schöpferischer Begabungen mit Durchscheinen unseres innersten Wesens, das Liebe ist.

In jedem von uns steckt ein zweites Ich, ein Wesen, dessen wir uns zutiefst schämen: Der Schatten- der angenommen werden muss, um in Kontakt mit der Kraft unseres inneren Wesens zu kommen

Das Fassadenhafte um Anerkennung bemühte Falsche Selbst

Das
Wahre
Selbst
(Liebe in Aktion)
Kraft des
SelbstAusdrucks
und Talente

Die

EGO-

Bühne

Der Schatten (ungeliebte abgelehnte Selbstanteile)

Das Innerste (höchste)
Selbst
(*Liebe*-volles reines Gewahr-*Sein*)

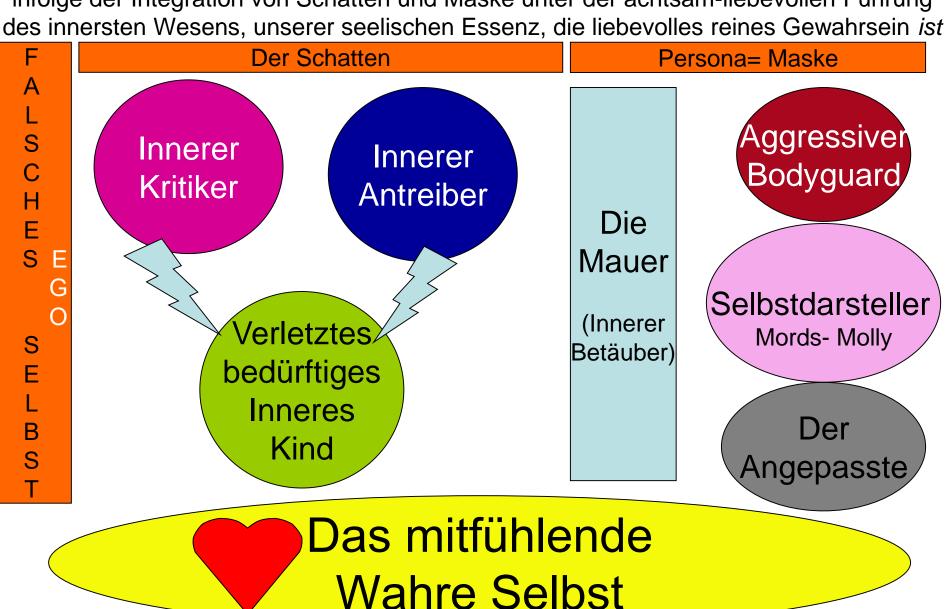
### Das Paradox der Heilung

Wir verändern uns , indem wir uns immer mehr akzeptieren, wie wir sindauch mit allen negativen Gefühlen.

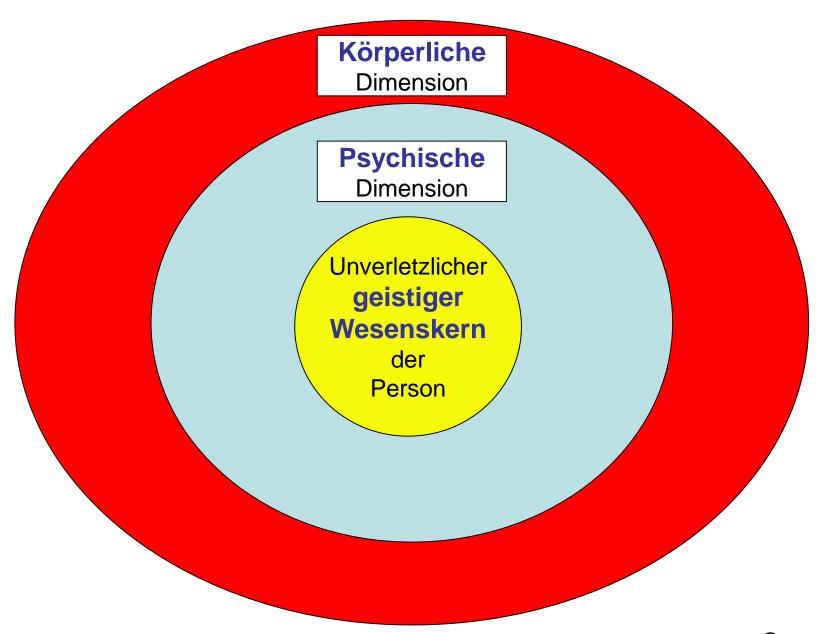


#### Das Selbst, seine Teile und emotionale Heilung

Spirituelles Erwachen als Geburt des wahren Selbst infolge der Integration von Schatten und Maske unter der achtsam-liebevollen Führung des innersten Wesens, unserer seelischen Essenz, die liebevolles reines Gewahrsein ist



#### Die 3 Dimensionen des Menschlichen



## Jeder Mensch ist ein unverlierbarer Wert

- Der Wert des Menschen wird unveräußerbar bestimmt durch seine geistige Dimension:
- Fähigkeit der schöpferischen Freiheit zu einer Stellungnahme zu schicksalhaft Vorgesetztem und seinen biografischen Konditionierungen (Selbst-Distanz)
- Wahl-Freiheit und Verantwortung bzgl. der eigenen Handlungen bestimmen die Würde des Menschen (Selbst-Transzendenz)
- Das ist es, was als Gotteskindschaft gemeint ist, Dr. Maurer

Perfektionismus

Meinen Kopf-Geschichten glauben

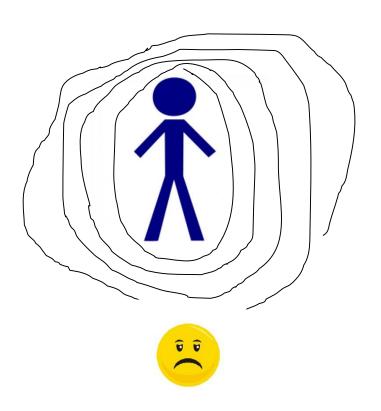
> Hindernisse der Liebe zu sich selbst

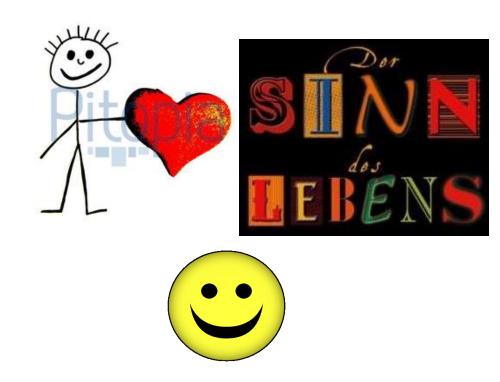
Identifikation mit dem inneren Kritiker

> Meine Gefühle unterdrücken

Mangelnde
Achtsamkeit und
mangelnde
Werteorientierung

Schamängste-Kontrolle und Vermeidung Den eigenen Körper ablehnen und nicht spüren Selbstbespiegelungsfalle: Egozentrische Hyperreflexion Sinnorientierung:
Beherzte Hingabe
an etwas oder für jemand





"Viele Menschen sind nur deshalb so einsam, weil sie Dämme bauen statt Brücken."

# Zwei Lebensformen: Was ist Ihr tiefstes Motiv?

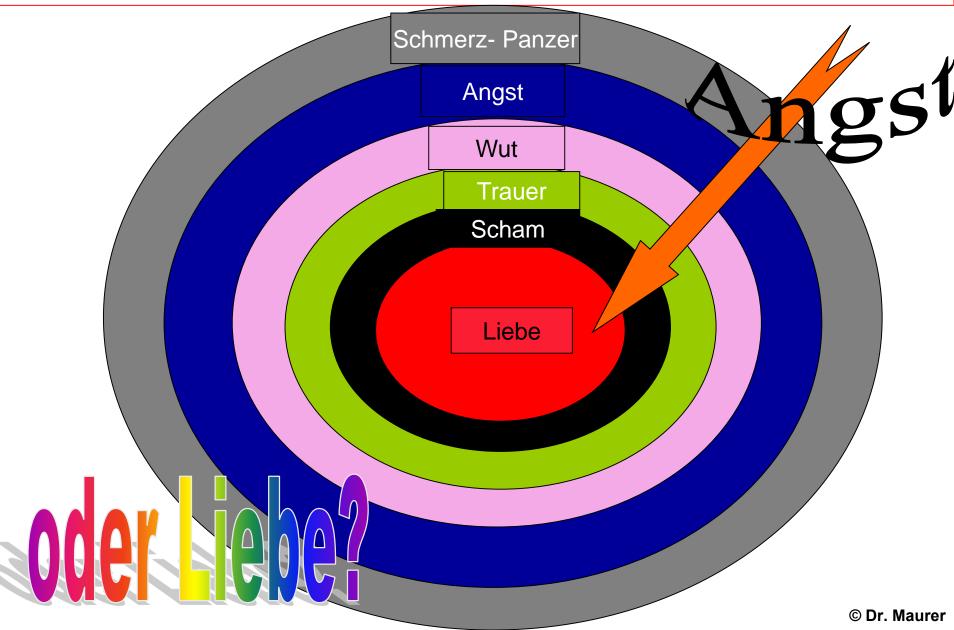
Werte verwirklichendes Angstgeleitetes Sinnzentriertes Leben Leben Wohlhefinden

© Dr. Maurer

Stell Deinen Bereitschaftsregel auf "On", wenn du voll leben und lieben willst!



### Trotzdem Ja zum Leben!- Rückkehr zur Liebe und zum Sinn-Mit offenem Herzen leben lernen



Was ich aus der Welt empfange ,kann ich nicht bestimmen- aber es bestimmt auch nie eine geistige Person.

Was ich Positives in die Welt hinausstrahle, bestimmt mich und wirkt zurück auf empfangenen Schmerz und hält mich heil.



© Dr. Maurer



"Gesegnet sind die, die geben können, ohne sich daran zu erinnern,

und die, die nehmen können, ohne es zu vergessen."

#### PSYCHOSOMATIK Scheidegg

Dr. med. Wolf-Jürgen Maurer



Psychosomatische Medizin als Beziehungsmedizin – Mit offenem Herzen leben lernen





