Anstiftung zum Glücklichsein

Sind Sie glücklich?

Leben Sie das Leben, das Sie führen wollen und fühlen Sie sich erfüllt?

Können Sie sich auf Ihren Tag freuen und erleben Sie Sinn, in dem was Sie tun?

Können Sie Ihr Leben bejahen?

Oder erleben Sie, dass das Leben gegen Sie ist?

Oder gar, daß Sie in Ihrem eigenen Leben eigentlich seit langem gar nicht mehr wirklich vorkommen?

Erleben Sie sich als Opfer Anderer oder des Lebens selbst, fremdbestimmt von gesellschaftlichen Erwartungen?

Erleben Sie sich den Veränderungen des Lebens hilflos und ohnmächtig ausgeliefert und Ihre aktuelle Veränderungskrise als hoffnungslos?

Reagiert Angst, Furcht, Sorge und ohnmächtige Wut ihr Leben oder ist depressive Resignation mit Schuldgefühlen Ihr derzeitiges Lebensgefühl?

Was glauben Sie: erleben Sie mehr eine subjektiv verzerrte „erzählte Realität“ oder erfahren Sie das Leben, so wie es in diesem Moment beobachtet werden kann, ohne die vergangenheitsgeprägten Dramen Ihrer biografischen Geschichte, die Ihr Geist dem Hier und Jetzt überstülpt?

Möchten Sie mehr inneren Frieden erleben und lernen, mehr zu lieben und weniger zu fürchten-ungeachtet der äußeren Umstände Ihres Lebens?

Glauben Sie, daß heitere Gelassenheit und innerer Frieden eine sinnvolle Lebenszielentscheidung und für Sie erreichbar ist?

Das Leben war als glückliches Leben gemeint.

Glauben Sie das?

Wenn nicht, dann bleibt dem Leben nichts anderes, als gemäß ihrem Unglauben seinen Lauf zu nehmen („Nach ihrem Glauben wird Ihnen gegeben“).

Sie können konkrete Schritte tun, um Ihrem Geist mehr Frieden, Ihrem Herzen mehr Liebe und Ihrer Seele mehr Freude zukommen zu lassen-und dafür zu sorgen, dass es so bleibt.

Menschen haben nicht nur die Fähigkeit, die Realität zu erkennen – sondern auch Sie mithilfe Ihrer Gedanken in einem persönlichen Schöpfungsprozeß zu erschaffen: nach dem Gesetz der Anziehung.

Persönliche geistige Schöpfung ist ein Ausdruck der Kraft des Lebens.

Es geht hier also um die Kraft, Ihr Leben zu ändern.

Glück ist unser natürlicher Seinszustand, in dem wir immer sein können.

Was nicht heißt, dass Sie nie wieder traurig sein werden, aber traurig ist nicht dasselbe wie unglücklich.

Das Werkzeug der energetischen Anziehung ist dazu da, um jedem Menschen, mit dem Sie in Berührung kommen, ein Leben in Glück, Frieden und Freude zu erschaffen-und schließlich auch Ihnen selbst- in dieser Reihenfolge.

Die Energie der Anziehung gehört zu einem umfassenderen Ursache-Wirkungs-System des Universums.

Die großen Prinzipien, nach denen das Leben seinen Lauf nimmt, sind:

1.Die Energie der Anziehung, die Sie als Kraft nutzen können („Wie innen so außen.“ Energiemagnet: „Gleiches zieht Gleiches an.“)

2.Das Gesetz der Gegensätze, das Ihnen einen Erfahrungs-Kontext stellt und Chancen erschließt, sich selbst zu erfahren, wer Sie wirklich sind.

3.Das Geschenk der Weisheit, durch das Sie Unterscheidungsvermögen besitzen.

Persönliche Schöpfung funktioniert immer-ob bewusste oder unbewusste, unabsichtliche Wahl!

Entscheidend ist hier nämlich, worauf wir ausgerichtet sind, sei es erwünscht oder nicht, bewusst oder nicht.

Wahrnehmung ist nicht objektiv, sondern subjektiv und Ergebnis der Projektion eigener Wünsche und Ängste und spiegelt unsere unbewußten Überzeugungen und Glaubenssätze.

Alles Er-Leben ist Ergebnis von Aufmerksamkeitsfokussierung.

Worauf wir unseren Aufmerksamkeitsscheinwerfer lenken, das wird mehr, weil wir ihm Energie zuführen.

Das, was wir ablehnen und bekämpfen und dem wir Widerstand leisten, wird bleiben.

Was nicht heißt, dass wir in verletzenden Situationen ausharren sollen oder nicht ein klares Nein sagen sollten.

Es geht nicht darum, wie das Außen oder Andere sein sollten, sondern wer wir selbst im Angesicht der jeweiligen beobachteten Situation selbst sein und schöpferisch reagieren wollen.

Wir sind Schöpfer unseres Lebens durch unsere Gedanken, Worte und Taten, und unsere Aufmerksamkeitsfokussierung.

Das Fühlen ist die Sprache der Seele.

Umgesetzt wird, worauf Sie sich besonders häufig und mit hohem emotionalem Engagement fokussieren.

Intensives Haben-wollen impliziert dabei allerdings Gefühle von Mangel- und an diesem Gefühl oder Befürchtung setzt die Kraft an.

Solange Ihr Wunsch diese Energie und Ausrichtung hat, kann er sich nicht erfüllen.

Beides zusammen-etwas haben zu wollen und zugleich auf sein Nicht-Vorhandensein ausgerichtet zu sein- führt zu Nichts.

Bleiben Sie deshalb positiv, selbst wenn alles noch so negativ aussieht.

Wie das geht?

Hören Sie einfach auf, die Dinge zu beurteilen.

Urteilen Sie nicht nach dem Anschein.

Wenn das gelingt, haben Sie Ihr ganzes Leben verändert.

Es bedeutet eine grundsätzliche Änderung Ihrer Haltung und Ihres Verhaltens.

Es ist ein Wunder.

Aber wie bewirkt man dies Wunder?

Antwort: Das Urteilen hört auf, sobald Sie mit dem Dankbarsein anfangen.

Dankbarkeit ist das Ende des Urteilens.

Dankbarkeit ist die Wunderheilung für jeden Augenblick des Unwohlseins.

Schneller als mit Dankbarkeit können Sie Ängste und Enttäuschungen nicht loswerden oder negatives in Positives verwandeln.

Dankbarkeit ist die Energie der Verbundenheit mit dem Leben, sprich Gott (Inne halten-Tief durchatmen-Danke Gott für dieses Geschenk und das Kostbare, das es für mich bereit hält).

Und seien Sie sicher, es enthält wirklich etwas Kostbares, auch wenn Sie es nicht gleich erkennen.

Das Leben wird es Ihnen beweisen, wenn Sie ihm eine Chance geben.

Wenn Dankbarkeit an die Stelle des Urteilens tritt, breitet sich Frieden in Ihrem Körper aus, Milde umfängt Ihre Seele, und Ihr Geist ist von Weisheit erfüllt.

Seien Sie dankbar, wo Sie sonst urteilen würden, und Ihr ganzes Leben wird sich innerhalb in Kürze zum Besseren wenden.

Und zwar deshalb, weil Einstellung alles ist.

Einstellung nimmt die Kurskorrektur vor, wenn Sie vom Weg abgekommen sind.

Eine negative Einstellung schickt Sie auf den Weg zu Unglücklichsein.

Eine positive Einstellung führt Sie zurück auf den Weg zu innerem Frieden, Freude und Wohlbefinden.

Wenn Sie Ihr Denken von Angst in Richtung Liebe verwandeln, können Wunder geschehen.

Dankbarkeit kann man auch in widrigen Umständen empfinden, durch das Bewusstsein, dass Ihnen jeder Augenblick die einzigartige Chance

bietet, die Beste Version Ihres wahren Selbst in sich zu bekräftigen, zu erleben und zum Ausdruck zu bringen.

Werden Sie sich ganz klar, was Ihnen im Leben wirklich wichtig ist, und wählen und entscheiden Sie selbst, worum es Ihnen persönlich im Leben geht.

Was wünschen Sie sich von ganzem Herzen, wer wollen Sie selbst *sein* und was wollen Sie mit Ihrem Leben erfahren, verwirklichen und zum Ausdruck bringen?

Entscheiden Sie bewußt selbst, was der Sinn Ihres Daseins sein soll!

Welche *Seinsqualität* wollen Sie erfahren, verwirklichen und mit Ihrem Leben zum Ausdruck bringen?

Beachten Sie dabei, Tun ist eine Funktion des Körpers.

Sein ist eine Funktion der Seele.

Das Tun folgt dem *Sein*- nicht umgekehrt.

Leben Sie von innen nach außen.

Machen Sie sich den von Ihnen gewünschten *Seinszustand* zu eigen, unabhängig von den aktuellen äußeren Umständen und ganz gleich was Sie tun.

Alles, was Sie sind, sind Sie, weil Sie beschließen, es zu *sein*.

Das ist möglich durch das Geschenk des Lebens an Sie eines freien Willens und die Wahl-Möglichkeit, sich mit Ihrer Seele, Ihrem höheren geistigen Selbst zu verbinden und deren Wünsche zu verwirklichen.

Sie entscheiden, in Ihrem Geist, wer Sie *sein* wollen und wie Sie *fühlen* wollen, friedvoll, freudvoll, erfüllt, frei, liebevoll oder heilend:

z.B.: *Ich bin*… Frieden, Liebe, Freude, heil und heilend.

Treffen Sie eine Wahl, eine Entscheidung, wer Sie *sein* wollen, fühlen Sie diese *Seinsqualität* jetzt, und welches Licht Sie für die Welt *sein* wollen.

Und lassen Sie sich überraschen und vom Leben und Ihrem Herzen führen, wie diese geistig-seelische Information bzgl. Ihres Sein-Wunsches sich in der Welt der Form Möglichkeiten der Verwirklichung und des Ausdruckes schafft.

Das Gesetz der Gegensätze besagt, dass Sie nichts in Ihre Realität rufen können, ohne dass auch das genaue Gegenteil auftritt-und zwar zuerst.

Es kann kein Vakuum geben, zuerst muss ein Erfahrungs-Umfeld hergestellt werden für das, was Sie sich wünschen.

Verlieren Sie deshalb nicht den Mut.

Das Auftauchen des Gegenteils ist ein sicheres Zeichen, dass Sie auf dem richtigen Weg sind und das Gewünschte nicht mehr fern ist.

Sie sehen es vielmehr noch als Hindernis, das Ihnen den Weg versperrt.

Hier kommt die Gabe der Weisheit, der genauen Urteilskraft ins Spiel.

„Ohne das, was du nicht bist, kannst du nicht sein, was du bist."

Sehen Sie Gegensätze nicht als Widerspruch sondern als Chance.

Wenn Sie sich gegen etwas stemmen und dagegen ankämpfen, sorgen Sie dafür, dass es bestehen bleibt.

Ihre ablehnende Aufmerksamkeit verweilt bei dieser Sache, und Sie erhalten Sie dadurch aufrecht.

Wenn Sie einer Sache Widerstand leisten, platzieren Sie sie immer wieder neu vor sich.

Sie leiten ihr eine Energie des Ärgers und der Frustration zu und machen sie dadurch nur noch lebendiger („Widersteht nicht dem Bösen“).

Kämpfen Sie also nicht gegen das an, was im Widerspruch zu Ihrem bewussten Wunsch steht.

Entspannen Sie sich lieber diesbezüglich und gehen Sie ins Vertrauen.

Lassen Sie sich von der entspannten Zuversicht leiten, dass das Leben seinen bestmöglichen Lauf nimmt.

Aber entspannt zu sein heißt nicht, dass Sie alles so hinnehmen sollen wie es ist.

Wandel ist Schöpfung, Widerstand bringt alles Schöpferische zum Stillstand, weil er am vorigen Stand der Schöpfung festhält.

Alle Weisheit liegt in Ihnen.

Sie erlaubt Ihnen zu erkennen, dass Sie jede einzelne Ihrer negativen Erfahrungen selbst herbeiführen, um einen Zusammenhang oder Kontext herzustellen, in dem Sie das erfahren können, was Sie bewusst gewählt haben.

Betrachten sie alle hinderlichen Umstände ebenfalls als Ihre Schöpfung, die Chancen erschließt, aber keinen Widerspruch erzeugt.

Urteilen Sie nicht nach dem Anschein.

Unterscheidungsvermögen lässt Sie die Dinge sehen, wie sie tatsächlich sind, und erspart Ihnen den Rückfall in die alte Gewohnheit, überall nur Hindernisse und Negativität zu sehen.

Vertrauen Sie, Sie sind in ein wohlwollendes Universum geboren.

Das Geschenk der Weisheit sagt Ihnen, dass auf dem Weg durchs Leben einfach mit dem zu rechnen ist, was manche Menschen „Misserfolg“ nennen.

Je weiter Sie fortschreiten, auf desto mehr Fallgruben werden Sie stoßen.

Je mehr einer wagt, desto mehr wird er erreichen.

Sehen Sie Misserfolge als Chancen, nehmen Sie immer wieder einen neuen Anlauf.

Sehen Sie Misserfolg als Segen, bejahen Sie ihn und lernen Sie daraus.

Erkennen Sie den Unterschied zwischen subjektivem Anschein und Realität und nutzen Sie Ihre Urteilskraft, um zu erkennen, dass scheinbar Negatives in Wahrheit positiv ist- was Sie in Ihrem Leben bestimmt schon aus dem zeitlichen Rückblick auf schmerzliche frühere Veränderungen erlebt haben.

Es kommt hierbei darauf an zu wissen, wie man mit und nicht in der Illusion lebt.

Mit diesen 3 Schritten können Sie in jeder Lebenslage mit der Illusion des Lebens umgehen:

Nichts in dieser Welt ist real.

Alles hat die Bedeutung, die ich ihm gebe.

Ich bin das, wofür ich mich ansehe, und meine Erfahrung ist das, wofür ich sie ansehe.

Wir bilden uns die Auswirkungen subjektiv durch das, was uns unser urteilender, vergangenheitsgeprägter ängstlicher Geist erzählt, lediglich ein.

Alles was sie achtsam und bewußt anschauen, verschwindet.

Wenn Sie irgendetwas für Sie Unerfreulichem einfach nicht mehr in der bisherigen Weise glauben, seine Realität nicht mehr ernst nehmen, werden Sie zumindest die negativen Auswirkungen reduzieren können.

„Dir geschehe, wie du geglaubt hast."

Glauben Sie nicht mehr an die Realität der Auswirkungen, die irgendetwas auf Ihr Innenleben hat- das gilt für das Gute wie das Böse.

Das Außen bestimmt nicht das Innen- außer Sie erlauben und glauben dies.

Hängen Sie Ihr Glück nicht an Äußeres.

Kosten Sie Freudiges aus ohne davon abhängig zu werden.

Alles, was Aufruhr erzeugt und Leid, Schmerz und Kummer verursacht ist Sucht oder Abhängigkeit von Menschen, Orten, Dingen.

Werden Sie zum Herrn Ihrer eigenen Erfahrung:

Alles hat nur die Bedeutung, die Sie ihm geben!

Sie und nur Sie entscheiden, ob Sie positiv oder negativ auf etwas reagieren, vielleicht sogar gar keine Reaktion zeigen.

Ihre Emotionen unterliegen ganz und gar Ihrer gedanklichen Kontrolle und Ihrer Entscheidung der Sichtweise und Ihrer Perspektive.

Allerdings ist das eine Entscheidung, die von den meisten auf der Grundlage früherer Gefühle, Erfahrungen, Wünsche oder in die Zukunft gerichtete Befürchtungen getroffen wird.

Machen Sie sich klar: Sie sind nicht Ihre Geschichte.

Um das Geschehende so zu erleben, dass Ihr Glück erhalten bleibt, werden Sie sich sehr wahrscheinlich von Ihrer Geschichte verabschieden müssen.

Ihre Geschichte besteht aus allem, was Sie den Ereignissen Ihres Lebens entnommen und was Sie daraus als die Realität Ihrer eigenen Person und anderer abgeleitet haben.

Glück finden Sie nie in Ihrer Geschichte, Sie müssen Ihre Vorstellungen über sich selbst und andere loslassen, um weiterzukommen in Ihrem Leben.

Sie finden Ihr Glück nur in Ihrer aktuellsten und großzügigsten Sicht Ihrer selbst und anderer.

Kein automatisches Reagieren mehr.

Re-agieren ist genau das: Wieder so agieren wie schon zuvor, weil das Unbewusste nicht weiß, dass es sich nur um eine Erinnerung handelt und das Erinnerte nicht wirklich jetzt geschieht.

Das ist der sichere Weg ins Unglück, denn Glück ist Schöpfung, nicht Reaktion.

Das Leben lädt Sie ein, sich und Ihren jeweiligen Augenblick so zu erleben, wie Sie sich und ihn erleben möchten, und nicht so, wie Sie sich und ihn immer erlebt haben.

Ihr Leben beginnt neu, wenn Sie Ihre alten Identitätsvorstellungen von sich selbst ablegen.

Im Augenblick bleiben- das ist das Entscheidende!

Nutzen Sie die Kraft der Gegenwart, des Jetzt!

Kein Zukunftsfantasterei, kein Perfektionismus.

Seien Sie nicht „von gestern“ und messen Sie den aktuellen Dingen nicht Bedeutungen bei, die nicht in ihnen selbst liegen, sondern die Sie aus früheren Gedanken über ähnliche Dinge beziehen und nun über die anstehenden Dinge blenden.

Wenn Sie „von morgen“ sind, blenden Sie ihre Zukunftsvorstellungen (meist Befürchtungen) über die Ereignisse von heute.

Sie vermasseln-obwohl sie selten Realität werden-einem gern die Chance, den größtmöglichen Nutzen aus der Erfahrung des Augenblicks zu ziehen.

Nur wenn ich aus meiner erinnerten Vergangenheit und vorgestellten Zukunft heraustrete, kann ich wirklich das erleben, was hier und jetzt geschieht.

Und wenn ich mich von den automatischen Interpretationen von Vergangenheit oder Zukunft frei mache, kann ich dem, was gerade abläuft, jede Deutung geben, die ich möchte.

Das ist einer der bedeutendsten und befreiendsten Erkenntnisse!

Die Erfahrung von allem, was vorgeht, spielt sich in Ihnen ab.

Es steht Ihnen frei, im Hinblick auf alle Vorgänge genau das zu sein, was Sie sein möchten.

Sie selbst bestimmen, wer Sie sind und wie Ihre subjektiven Erfahrungen aussehen.

Fordern Sie nicht, die Dinge mögen anders sein, als sie gerade sind.

Was nicht heißen soll, dass Sie nie etwas verändern würden.

Aber Sie machen Ihr Glück nicht davon abhängig, daß sich eine gewünschte Veränderung einstellt.

Geben Sie Abhängigkeiten auf.

Fragen Sie sich, ob das Nicht-Vorhandensein Sie veranlasst, Ihr Glück preiszugeben- dann sind sie von etwas abhängig!

Machen Sie sich klar, was Ihnen denn eigentlich wirklich fehlen würde.

Es gibt so lange Sie leben immer etwas, worüber Sie sich freuen können und mehrere Wege, um Ihre Bedürfnisse und Herzenswünsche zu erfüllen.

Wenn Sie dem Leben eine faire Chance geben, werden Sie sehen, dass das Leben so gut wie immer alles bereit stellt, was Sie brauchen, um zufrieden zu sein.

Wenn Ihnen etwas Unerfreuliches passiert, fragen Sie sich nicht:

Warum ist das jetzt passiert?

Sondern fragen Sie vielmehr:

Wenn ich dem jetzt einen Sinn und Zweck geben könnte, worin würde er bestehen?

Sie suchen keinen Grund für das Geschehen, Sie weisen ihm einen Sinn und Zweck zu.

Entscheiden Sie sich für radikale Akzeptanz dessen was ist.

Sie sind kein Opfer der Welt.

Nichts ist böse, solange es das Denken nicht dazu macht.

Alles ist das, was sie darin sehen.

Was von anderen aus geht, kann Sie nicht bestimmen.

Nur was von Ihnen selbst ausgeht, bestimmt, wer Sie in Wahrheit sind.

„Es ist, was es ist.

Und es wird, was ich daraus mache.“

Und Sie entscheiden als Gestalter und Mit-Schöpfer, welches Gefühl Sie dazu haben, anstatt abzuwarten, welches sich denn wohl einstellen mag.

Sie entscheiden sehr bewusst und als Hauptakteur über Ihre Reaktionen auf alles.

Meiden Sie unnötige Dramatik.

Alles hat immer nur die Bedeutung, die Sie ihm beimessen.

Jeder Akt ist ein Akt der Selbstdefinition.

Sie bestimmen, was Sie sind, und dann erschaffen Sie sich neu- in jedem Augenblick des Seins.

Das gilt auch für den Akt des Nichtstuns.

Welches ist die derzeit von Ihnen erwünschte beste Version Ihrer Selbst, die Sie in diesem Augenblick verwirklichen wollen?

Der Zweck der persönlichen Schöpfung besteht darin, für jedermann in Ihrem Leben und für sich selbst-und zwar in dieser Reihenfolge- ein glückliches, friedliches und von Freude und Liebe erfülltes Leben zu schaffen.

Anziehung soll nicht das Ego, das kleine Angst- und Mangel-Ich, sondern den anderen erhöhen, nicht das Ich ausdehnen und bereichern, sondern den Anderen ausdehnen und bereichern, denn dadurch wird das Selbst höher, weiter und reicher und in seinem ganzen Ausmaß erfahrbar.

Nach dieser tiefen Selbsterfahrung sehnt sich die Seele, sie ist Sinn und Zweck des Lebens überhaupt.

Geben und Empfangen ist dasselbe.

Eigentlich sind im Leben nur zwei Grundfragen zu stellen:

Was kann ich anderen geben?

Was kann ich mir geben?

Immer nur in dieser Reihenfolge!

Persönliche Ziele anzustreben ist wichtig, aber es ist wichtig, wie Sie sie anstreben.

Nicht auf Kosten anderer!

Die Anziehungskraft wirkt immer am schnellsten, wenn wir dem Anderen das Geben, was wir uns wünschen.

Das Leben muss kein endloser Kampf sein.

Die Sache ist ganz einfach.

Wir sind alle eins.

„Im Verlieren deiner selbst wirst du dich finden."

„Und durch dein Geben wirst du bekommen."

Alles, was Sie erschaffen, erfahren Sie auch selbst, weil alles, was von Ihnen ausgeht, auch irgendwann zu Ihnen zurückkehren wird.

„Tat twam asi"- das bin ich auch!

Es gibt nur Sie in unendlich vielen Gestalten:

Wir sind alle eins.

Das universale Leben und wir sind eins.

Wir sind alle Ausdifferenzierungen des einen universalen schöpferischen intelligenten Lebens.

Wie sollte ich selbst Heilung und Liebe finden, wenn ein Teil meiner selbst ungeheilt und ungeliebt bliebe?

Solange Sie sich nicht zu echter Liebe anderen gegenüber entschließen, werden Sie nicht allzu viel Liebe finden.

Haben Sie bisher in einem Identitätsirrtum gelebt?

Sie wollen Liebe? Sie *sind* Liebe.

Sie wollen Mitgefühl, Vergebung, Verständnis?

Sie *sind* Mitgefühl, Vergebung, Verständnis.

Der schnellste Weg zu der Erfahrung, dass Sie all dies *sind*, besteht darin, es eben zu *sein*- und dahin kommen Sie, wenn Sie all dies schenken.

Im Schenken realisieren und multiplizieren Sie das Haben, im Haben erfahren Sie das Sein und weiten es aus, und im Sein finden Sie, wer Sie sind, und bringen es zum Ausdruck.

Das ist der Sinn und Zweck des Lebens-der Evolution des universalen Lebens, an der wir alle Mitschöpfer sind.

Des Lebens größtes Geschenk ist Ihre vollkommene Freiheit.

Sie müssen und brauchen nichts.

Sie dürfen ganz Sie selbst *sein*.

Leben Sie authentisch, seien Sie ganz Sie selbst.

Und drücken Sie Ihre wahren Gefühle ehrlich aus.

Ihre wahren Gefühle unter Verschluss zu halten, und damit Ihre Wünsche, Ängste und Hoffnungen, ist kein Leben, sondern ein Sterben.

Es ist ein langsamer aber sicherer Tod und der Fahrstuhl zur (depressiven) Hölle.

Eines Morgens wachen Sie auf, und Sie fühlen sich einfach nicht mehr lebendig.

Sprechen Sie also Ihre subjektive Wahrheit aus, sobald Sie Ihnen bekannt ist, aber betten Sie sie in Frieden mit freundlichen Worten.

Zerbrechen Sie sich nicht sorgenvoll Ihren Kopf:

Für Ihr Leben wird gesorgt sein, Sie sind ewiges Leben, ein geistiges Wesen in einem momentanen Körper.

Bedenken Sie dabei, jeder sorgenvolle Gedanke ist ein Angriff auf sich selbst.

Ihre Angriffsgedanken greifen Ihre Unverletzlichkeit an.

Wenn Sie sich sorgen oder jemanden in Gedanken angreifen, verletzen Sie sich zuerst selbst.

Sie empfangen, was Sie geben.

Wie Sie andere sehen, so sehen Sie sich selbst.

Nur Ihre eigenen Gedanken können Sie verletzen, wenn Sie Ihre Größe als geistiges Wesen vergessen.

Wollen Sie stattdessen nicht lieber Frieden sehen, säen und *sein*?

Sie können dies selbst wählen, wenn Sie in die meditative Stille gehen, Ihre beunruhigenden Gedanken achtsam anschauen und bereitwillig loslassen,
um sich mit dem Sinn und Sehnen Ihrer Seele, Ihres höheren wahren Selbst, zu verbinden.

Wollen Sie segnen oder verfluchen?

„Ich segne dich und sehe damit uns beide als eins- ganz, vollständig und vollkommen heil.“

Sorgen und fürchten Sie sich nicht! Kümmern müssen Sie sich nur um diejenigen in Ihrem Leben, die das hier noch nicht wissen.

„Versuche nicht die Welt zu verändern, sondern ändere dein Denken über dich und die Welt.“

Nichts von dem, was Menschen- die vergessen haben, was Sie wirklich sind -anderen Menschen antun, ist unmöglich von Menschen wieder gut zu machen.

Es geht im Grunde darum, die Summe des Lächelns auf der Welt zu vermehren.

Teile dein Glück und dein Licht -und du wirst die Welt verändern.

Der Sinn des Lebens und der persönlichen Schöpfung ist der Gleiche.

Er besteht darin, dass Sie und alle Menschen auf dieser Erde zur umfassendsten Erfahrung Ihrer selbst gelangen und immer glücklicher werden, um so die Evolution der Seele voranzutreiben-der individuellen Seele ebenso wie der Einen Seele.

Wir befinden uns auf einer Seelenreise, für die der Körper eine untergeordnete Rolle spielt.

Wenn Sie glauben, dass Sie Ihr Körper sind, werden Sie vermutlich Ihren eigenen Launen nachgehen.

Gehen Sie aber davon aus, dass Sie Ihren Körper nur haben, werden Sie sich vielleicht inspiriert fühlen, der Welt zu helfen.

Vergessen Sie also besser nie, wer Sie wirklich sind.

Sie sind nicht Ihr Körper.

Leben ist eine Eigenschaft des Einen.

Alles Leben ist Eins.

Leben ist der Ausdruck des Einen.

Dies ist der Beginn der Neuschöpfung, der Realisation der nächst größeren Ausprägung Ihrer höchsten Vision dessen, was Sie wahrhaft sind.

Vergessen Sie nie, wer Sie sind.

Wir sind alle gleich und doch alle besonders-aber niemand besonderer als andere- Kinder des einen Lebens und der Liebe.

Sehen Sie den göttlichen Funken in jedem und allem.

Auch in Sich selbst.

In dem, was Sie wahrhaft sind, kann nichts Ihnen etwas anhaben und nichts fehlt Ihnen, um in diesem Hier und jetzt Ihres ewigen Seins absolut glücklich zu sein.

Lassen Sie Ihr altes begrenztes Selbstkonzept los.

Erinnern Sie sich an Ihre wahre Identität und erschaffen Sie Ihre Identität neu.

Sie erschaffen sich in dem Augenblick neu, in dem Sie frei und vollkommen bewusst Ihre Reaktion auf äußere Umstände wählen.

Das Jetzt ist Ihr Augenblick der Kraft.

Was geschieht ist einfach das, was geschieht.

Aber wie Sie das Geschehen jeweils erleben, liegt ganz bei Ihnen und ist Ihre eigene geistig-seelische Schöpfung.

Das Leben verändert sich ständig.

Leben *ist* Veränderung.

Lassen Sie alle subjektiven Erwartungen fallen.

Nichts steht Ihrem Glück derart im Weg wie Ihre Erwartungen, wie irgendetwas Ihrer Meinung nach sein oder sich entwickeln sollte.

Wenn Sie inmitten aller zum Leben gehörenden Veränderungen glücklich sein wollen, hören Sie auf, das Leben anzuklagen.

Kein Zetern, Jammern und Klagen!

Streiten Sie nicht länger mit dem Leben.

Wir sind die vom Leben selbst Befragten, wer wir in Anbetracht der aktuellen Situation sein wollen und wie wir ihr Sinn abgewinnen und damit dem Leben individuell antworten.

Verurteilen Sie weder die Menschen noch die Ereignisse, mit denen Sie das Leben konfrontiert.

Atmen Sie und lassen Sie los.

Lassen Sie jeden neuen Augenblick ein Anfang sein.

Vertrauen Sie sich dem Fluß des Lebens an und lassen Sie sich verwandeln und nehmen sie eine noch größere Identität an.

Seien Sie dabei freundlich mit sich.

Traurig ist übrigens nicht dasselbe wie unglücklich.

Ihre Traurigkeit sagt Ihnen etwas über sich, nämlich, dass es Dinge in Ihrem Leben gibt, die Ihnen am Herzen liegen, dass Sie lieben, dass Sie Mensch sind und Mensch geblieben sind in dieser Welt, in der Abstumpfung die Regel geworden zu sein scheint.

Lassen Sie Ihrer Traurigkeit in Ihrem Glück Raum und machen Sie sie zum Bestandteil Ihres Glücks.

Glücklich sind Sie dann, wenn Sie das Leben mit allem, was es mit sich bringt, in Ihre Arme schließen.

Gehen Sie stets mitfühlend mit sich und andern um.

Erinnern Sie sich, wer Sie sind und was Sie hier zum Ausdruck bringen möchten.

Werden Sie ein Freund von Unsicherheit.

Tun Sie, was Ihr Herz zum Singen bringt.

Lassen Sie die Welt um sich drehen.

Treten Sie einen achtsamen Schritt zurück.

Schauen Sie.

Staunen Sie.

Hören Sie zu.

Singen Sie.

Tanzen und lächeln Sie.

Spüren Sie die allzeit gegenwärtige Liebe in Ihrem Inneren -in sich und als das, was Sie sind.

Sehen Sie zu, dass sie bei allen vom Geist unerwünschten Veränderungen in die Zone der Dankbarkeit kommen.

Schrecken Sie dabei auch vor Humor und Selbstironie nicht zurück.

Um Aufregung zu dämpfen und unnötige Dramatik in Ihrem Leben abzukürzen:

Leben Sie, wer Sie in Wahrheit sind, lieben und lachen Sie über sich selbst.

Eine bessere Medizin gibt es nicht.

Wollen Sie recht haben oder glücklich sein?

Die Wahl liegt ganz bei Ihnen.

Ob Sie Ihr Herz und Ihren Geist offen halten oder verschließen wollen.

Lieben, was ist und Ihre Zuversicht entscheidet über Ihr Altern:

Bleiben Sie geistig jung, zuversichtlich und von der Vielfalt des Lebens begeistert-

nach einer Empfehlung von *Albert Schweitzer:*

Du bist so jung wie deine Zuversicht

Jugend ist nicht ein Lebensabschnitt, sie ist ein Geisteszustand.
Sie ist Schwung des Willens, Regsamkeit der Phantasie.
Stärke der Gefühle.
Sieg des Mutes über die Feigheit.
Triumph der Abenteuerlust über die Trägheit.

Niemand wird alt, weil er eine Anzahl Jahre hinter sich gebracht hat.
Man wird nur alt, wenn man seinen Idealen Lebewohl sagt.
Mit den Jahren runzelt die Haut.
Mit dem Verzicht auf Begeisterung aber runzelt die Seele.
Sorgen, Zweifel, Mangel an Selbstvertrauen, Angst und Hoffnungslosigkeit,
das sind die langen, langen Jahre, die das Haupt zur Erde ziehen und den aufrechten Geist in den Staub beugen.

Ob Siebzig oder Siebzehn, im Herzen eines jeden Menschen wohnt die Sehnsucht nach dem Wunderbaren,
das erhebende Staunen beim Anblick der ewigen Sterne
und der ewigen Gedanken und Dinge,
das furchtlose Wagnis
die unersättliche, kindliche Spannung, was der nächste Tag bringen möge,
die ausgelassene Freude und Lebenslust.

Du bist so jung wie Deine Zuversicht, so alt wie Deine Zweifel.
So jung wie Deine Hoffnung, so alt wie Deine Verzagtheit.

Solange die Botschaften der Schönheit, Freude, Kühnheit und Größe Dein Herz erreichen, solange bist Du jung.
Erst wenn die Flügel nach unten hängen und das Innere Deines Herzens vom Schnee des Pessimismus
und vom Eis des Zynismus bedeckt ist, dann erst bist Du wahrhaftig alt geworden.

Zuversicht, Frieden und lebendige Freude sowie Erfüllung wünscht Ihnen auf dieser Abenteuer-Reise durch Ihr Leben,

Dr. Wolf Maurer