



Gute Vorsätze für ein neues Jahr

Zu Beginn eines neuen Jahres oder an besonderen Jahrestagen seid ihr Menschen voller neuer, guter Vorsätze für euer Leben. Meist trifft ihr eine Entscheidung, etwas in eurem Leben zu verändern, wenn ein Mangel vorhanden ist.

Ein Mangel an Gesundheit und Wohlbefinden, ein Mangel an Geld und Fülle, ein Mangel an Beziehungen und Liebe, ein Mangel an Lebenssinn, Freude und Selbstentfaltung. Die Aufzählung ließe sich mühelos erweitern.

Dieser Mangel wird von euch negativ erfahren als Schmerz und Leid. Ihr fühlt euch häufig als Opfer der Umstände eures Lebens.

Tatsächlich ist es so, dass ihr nicht Opfer, sondern Schöpfer eurer Realität seid. Ihr gebt eurem Leben, euch selbst und den Umständen die Bedeutung, die sie für euch haben. Lange bevor es zu dem erlebten Mangel in eurem Leben kommt, habt ihr also eine unbewusste Entscheidung getroffen, welche Bedeutung etwas in eurem Leben hat.

Und genau das ist der Schlüssel für die Tür, die zu einer Veränderung in eurem Leben führt.

Wenn du gute Vorsätze gefasst hast für dein neues Jahr, schreibe sie, wenn du es noch nicht getan hast, jetzt auf. Hinterfrage, welcher Mangel und welches Thema sich hier zeigt in deinem Leben.

Was ist dein Ziel?

Reflektiere auf welche Art und Weise es dir möglich ist, selbst die Verantwortung für die Beseitigung des Mangels zu übernehmen.

Gehe dazu regelmäßig in die Stille und stelle dir folgende Fragen:

Welche Bedeutung gebe ich diesem Thema?

Warum ist es jetzt so wichtig für mich?

Welche Entscheidungen habe ich in der Vergangenheit getroffen, dass ich jetzt diesen Mangel erlebe?

Welches Umdenken und welche neuen Entscheidungen gilt es für mich zu treffen?

Wir möchten dich einladen, voller Freude in die Veränderung zu gehen. Veränderungen beginnen stets in dir und nicht im Außen.

So sei es.



Großzügigkeit leben

Wir möchten dich einladen, großzügig zu sein. Großzügigkeit zu leben, bedeutet für dich zunächst, dir deiner eigenen Größe bewusst zu werden. Nun, was heißt das?

Es geht letztlich darum, für dich zu erkennen, wer du wirklich bist. Häufig geht ihr Menschen unbewusst und unachtsam durch euren Alltag und euer Leben. Und das Leben macht dann scheinbar, was es will mit euch.

Die bewusste Achtsamkeit darauf zu lenken, dass du selbst zentraler Mittelpunkt in deinem Leben bist, von dem alles ausgeht, ist der erste Schritt für dich, um wieder bei dir selbst anzukommen und um dir deiner wahrhaftigen Größe bewusst zu werden. Zentraler Mittelpunkt deines Lebens zu sein, hat nichts mit Egoismus zu tun, sondern vielmehr mit der Selbstverantwortung, die du für dich und dein Leben übernimmst. Die Selbstverantwortung entspringt aus der Liebe zu dir selbst heraus. Und die Selbstliebe bildet das Fundament für dein Leben und dein Wachstum.

Gelingt es dir, dich zu zentrieren in dir selbst und in deinem Leben, wirst du erkennen, dass es da etwas gibt, dass groß, mächtig, unendlich, freudig, liebevoll und glücklich ist in dir. Du wirst spüren, dass es jetzt Zeit wird, diese Aspekte in deinem Alltag zu integrieren – damit meinen wir, sich ihrer bewusst zu werden, sie zu leben und umzusetzen in deinem Alltag als Gedanken, Gesten und Handlungen.

Sich der eigenen Größe bewusst zu werden, wird nicht dadurch erzielt, sich mit anderen zu vergleichen, um sich in diesem Vergleich über andere zu erhöhen oder besser zu stellen. Die Größe, die du in deinem Inneren findest und die wir meinen, lässt dich erkennen, welches grenzenlose Wesen mit unendlichen Möglichkeiten du bist und dass jedes Wesen diese Größe in sich trägt. Das ist eine wunderbare Gemeinsamkeit von euch allen, die euch wieder an die Einheit allen Seins und Lebens erinnert.

Großzügigkeit zu leben bedeutet somit aus unserer Sicht, sich der eigenen Größe gewahr zu sein, sie zu leben und umzusetzen im Alltag und somit anderen ebenfalls die Hand zu reichen, ihre eigene Größe wieder in sich zu entdecken. Diese Art von Großzügigkeit macht dich reich und du kannst aus ihr heraus unendlich geben, ohne dass du jemals selbst dadurch einen Mangel erfahren wirst.

Frage dich in diesem Zusammenhang:

Wie großzügig bin ich in meinem Alltag?

Bin ich mir meiner Größe bewusst? Wie oft vergleiche ich mich mit anderen? Wie oft ziehe ich dann hier den Kürzeren und fühle mich klein und mangelhaft?

Welche gezielten Schritte und Handlungen kann ich in meinem Alltag unternehmen, um mich zu zentrieren, um so in Kontakt mit meiner Größe zu kommen?

Wo, wann und wie kann ich in meinem Alltag Großzügigkeit leben? Kann ich etwas geben, ohne dass mich es etwas „kostet“?

Wir wünschen dir, dass du dich an deine Größe erinnerst. Du hast sie nie verloren, sie war und ist immer da. Lass die Welt daran teilhaben und sei großzügig.

So sei es.