Leseprobe Abenteuer Seele Band 2

Wenn man nicht mehr beurteilen und verurteilen muss (weder sich selbst noch andere), dann hört auch jedes besser-wissen-müssen und jedes besser-sein-müssen auf. Wenn alles, was einem begegnet, seine Gültigkeit hat, dann wird alles gleich gültig. Das hat erstaunliche unmittelbare Folgen, die dich zu einem Weisen machen. Diese großen Veränderungen heißen Planlosigkeit, Gleichmut, sich dem Schicksal anvertrauen, mit dem Fluss des Lebens schwimmen und der kosmischen Harmonie vertrauen.

Zu den neuen Grundhaltungen im Detail:

Erstens: Planlosigkeit

Wenn du nicht mehr wissen musst, was besser oder was schlechter ist, weil (fast) alles gleich gut ist, dann musst du nicht mehr planen. Du hast zwar noch die Möglichkeit zu planen, aber der innere Druck fällt weg, dein Leben planen zu müssen. So kannst du dann auch manche Bereiche deines Lebens planen, aber wenn es anders kommen sollte, dann löst das keine innere Orientierungslosigkeit oder Stress oder Chaos mehr aus. Denn du weißt und fühlst dann, dass es einen höheren Plan gibt.

Zweitens: Gleichmut

Innerer Gleichmut und Gelassenheit stellen sich ein. Du kannst dich innerlich entspannen und dem Leben, das sich vor dir entfaltet, mit innerer Ruhe zuschauen. Nicht umsonst ist im Wort Gleichmut das Wort Mut enthalten. Ganz gleich, was kommt, du kannst mutig hinschauen, was dir das Leben serviert. Du musst nicht mehr die Augen vor der Realität verschließen. Du kannst mit offenen Augen und offenem Herzen durch die Welt gehen. Wenn dir dann doch noch etwas begegnet, das du ändern möchtest, kannst du deine Möglichkeiten abwägen, die Erfolgschancen bedenken und dann bei Bedarf die Situation nach deinen Bedürfnissen zu verändern versuchen.

Drittens: Schicksal

Es gibt kein grausames oder ungerechtes Schicksal mehr. Du weißt jetzt, dass ein schweres Schicksal einfach mehr Entwicklungschancen beinhaltet. Ein leichtes Schicksal hingegen bedeutet, dass der Betreffende offensichtlich die Aufgabe hat, das Leben genießen zu lernen.

Streberseelen oder reife Seelen haben sich für dieses Leben meist sehr viel vorgenommen. Ein schwereres Leben bietet dann halt einfach mehr Anlässe um sich weiterzuentwickeln. Die ruhigeren Lebensphasen bieten dann eine gute Gelegenheit, Resümee zu ziehen und dankbar zu sein für das, was gerade ist.

**Übung:**

**Nimm dir ein paar Minuten Zeit. Setz dich hin und schließe die Augen, damit du besser sehen kannst. Stelle dir die Schicksalsgöttin vor. Schau sie an. Wie schaut sie aus? Wie schaut sie drein? Jetzt verneige dich tief vor ihr. Verneige dich wirklich, ganz real. Wenn du das Bedürfnis haben solltest, dich vor ihr hinzuknien, dann tu das auch.**

**Wichtig: Lass dir Zeit beim Verneigen. Wenn es dann für dich passt, dann richte dich wieder auf. Schau sie wieder an, die Schicksalsgöttin. Wie schaut sie jetzt aus? Wie schaut sie jetzt drein? Vielleicht möchtest du sie noch umarmen? Oder sie bitten, freundlich auf dich zu schauen? Oder möchtest du sie bitten, ihre Hand auf deine Schulter zu legen? Oder möchtest du sie bitten, in Zukunft an deiner Seite zu gehen? Dann mach das.**

Viertens: Der Fluss des Lebens

Wenn du nicht mehr besser wissen musst was in deinem Leben passieren soll, dann kannst du dich dem Fluss des Lebens anvertrauen. Das Wasser des Lebens kann dann durch dich durchfließen. Oder du kannst dich dem Wasser des Lebens anvertrauen. Das Leben fließt, und du schwimmst mit. Das Leben verändert sich ständig. Mit dem Aufstieg der Erde und ihrer Bewohner ändert sich jetzt ständig alles.

Wie anstrengend war es früher, gegen den Strom zu schwimmen! Jetzt kannst du einfach mitschwimmen. Lass dich treiben und es werden sich ganz von selbst Gelegenheiten auftun, die du nie für möglich gehalten hättest. Das Leben ist ungeheuer einfallsreich. Lass dir die Gelegenheiten vom Leben servieren und ergreife die Chancen, die sich dir wie auf einem riesengroßen Buffet bieten und auf die du Lust hast.

Übung:

Sprich den folgenden Satz laut aus (so dass er auch ins Unbewusste sickern kann): „Ich vertraue mich dem Fluss des Lebens an“. Wenn du möchtest, dann stell dir den Fluss des Lebens vor, wie er vor dir fließt, ruhig und breit. Steig hinein und lass dich mittreiben. Wie fühlt sich das an? Musst du rudern, musst du Schwimmbewegungen machen oder kannst du dich einfach treiben lassen? Ganz entspannt? Falls du nicht ganz entspannt bist, dann entspanne dich doch einfach. Du gehst kein Risiko ein. Du wirst nicht ertrinken. Du schwimmst einfach mit.

Fünftens: Kosmische Harmonie

Im Kosmos herrscht Harmonie. Das muss es – denn sonst wäre schon längst alles zusammengekracht. Die kosmische Harmonie ist allerdings eine andere als wir Harmonie oft definieren. Vom menschlichen Standpunkt aus ist Harmonie meist etwas, das wir herzustellen versuchen. Und wenn wir dann den Wunschzustand erreicht haben, wollen wir diesen gerne genauso aufrechterhalten. Alles soll dann so bleiben, wie es gerade ist.

Die Kosmische Harmonie hingegen ist eine wabernde, sich ständig verändernde Harmonie. Diese Harmonie bleibt eine Harmonie, eben weil sie sich ständig verändert, anpasst und selbst austariert.

Übung:

Sprich den folgenden Satz drei Mal laut aus: „Ich bin Teil der Kosmischen Harmonie. Ich war immer Teil der Kosmischen Harmonie. Ich werde immer Teil der Kosmischen Harmonie sein“.

Falls du noch Einschlafschwierigkeiten haben solltest, ist dieser Satz ein guter Tagesabschluss im Bett. Falls jemand neben dir liegen sollte, dann denke den Satz halt drei Mal laut. Vielleicht auch nur den ersten Satz ohne die zwei Nachsätze, falls dir die zwei Nachsätze zu kompliziert oder unnötig erscheinen. Mach´s dir einfach. Mach´s dir unkompliziert. „Ich bin Teil der Kosmischen Harmonie“.