

Magische Grundlagen

Begleitdokument:

Teil 4 – Freiheit

So viele Menschen streben nach Freiheit. Gesellschaftlich ist es so, dass gerade junge Menschen so viel Freiheit erleben, dass es ihnen manchmal etwas schwer fällt sich bewusst auf etwas Neues langfristig einzulassen. In gewisser Weise wirkt das Verhalten sprunghaft. Bei gerade älteren Menschen erleben wir oft das Gegenteil: Hier sind Festigkeiten, Festlegungen und Verbindlichkeiten oft hoch im Kurs. Sie entstehen häufig allerdings nicht aus Liebe bzw. Freiheit, sondern aus Starre, Angst und Enge.

Der Königsweg liegt wie immer in der Mitte. Sich ein Leben zu gestalten, dass in dir selbst frei ist. Sich für Menschen, Wirkungsfelder, Orte und Plätze aus Freiheit zu entscheiden und das dann auch bis zu einem energetisch sinnvollen Ende durchzuziehen ist ein Leben in Einklang zwischen Freiheit & Bindung.

Bestandsaufnahme:

Untersuche dein Leben einmal darauf, wo du gedanklich/emotional sehr bzw. überwiegend frei bist. In welchen Bereichen fällt es dir leicht dich aus Freiheit und Liebe zu binden. Wo dient es dem Schaffen künstlicher Sicherheiten und in welchen Ebenen bist du frei wie ein Vogel und schaffst es nicht ganz dich auf etwas Neues wirklich einzulassen. Hier ist Platz für deine Geschichte und Papier ist bekanntermaßen geduldig. Niemand liest dir etwas weg. Nutze dich Change dir über deine oft unbewussten Verhaltensweisen JETZT bewusst zu werden. Nur so kannst du etwas verändern..!

Los geht's mit deiner Geschichte: _____

[illegible]

Im Video spreche ich davon, dass wir möglicherweise später noch auf deinen Zettel zu sprechen kommen. Jetzt ist später! 😊 Lass es uns tun. Denn der beste Zeitpunkt der Veränderung liegt immer im JETZT-Moment der Zeit. Wenn du dir jetzt deine „Festlegungen“ anschaust was fällt dir auf? Sind es Bindungen aus Liebe und Freiheit / oder aus Sicherheit/Angst und Erstarrung? Markiere alle Bindungen grün, die aus deiner Sicht zu mindestens 70% auf positiven Werten beruhen. Alle anderen markiere rot! Auch wenn du dich nicht festlegst, und zu

Magische Grundlagen

frei bist markiere grün was gut zu dir passt und rot, wo du gerne lernen würdest (Ver)bindungen einzugehen.

Dann notiere zu jedem einzelnen roten Punkt hier einen Lösungsansatz nach folgendem Beispiel:

Rot: Mir fällt es schwer mich auf Menschen emotional einzulassen. Aus Angst vor Verstoßung, binde ich mich lieber gar nicht.

Formuliere jetzt grün neu: Mir ist bewusst, dass es mir bislang schwer fiel mich auf neue Verbindungen einzulassen. Ich habe erkannt, dass ohne mein bewusstses zutun sich auch nichts verändert. Ich gebe mir und den Menschen, die ich anziehe eine echte Chance des Beisammenseins. Ich entwickle meine menschlichen Beziehungen weiter. Ich übernehme die Verantwortung für das was gut und für das was schief läuft. Ich wachse zu dem Menschen heran, der liebt und gibt und gelernt hat zu vertrauen. Ich vertraue mir und anderen Menschen. Ich liebe und ich werde geliebt. Ich bin dankbar für diesen Wachstumsprozess.

[illegible]

[illegible]

Bitte vollziehe die Übung mit derselben tiefen Absicht, die du mit deiner Entscheidung für diesen Kursus aufgebracht hast. Es dauert nicht ewig und doch wird sich so vieles verändern. Sinnvollerweise liest du dir deine Notizen dann nochmal durch. Finde den kleinsten gemeinsamen Nenner dessen was noch nicht so gut läuft und dann beginne die Veränderungen in dir! Hab Freude – auch wenn mal etwas schief läuft – denn insgesamt hast du dich jetzt für Entwicklung entschieden. Auch ein kleines Kind macht viele Fehler. Es steht auf und eine Minute später probiert es eine neue Möglichkeit aus. Der Schmerz ist vergessen. Das Leben geht weiter. Werde zu diesem kleinen Kind in dir und

Magische Grundlagen

erlaube dir zu wachsen, wie einst, als du noch ein kleiner Junge bzw. ein kleines Mädchen warst. Nimm die Misserfolge nicht so ernst und erkenne die Magie, die darin liegt dich jetzt schneller zu dem Menschen zu entwickeln, der du gern sein möchtest...

Viel Freude dir!

Dein Oliver