

Über den eigenen Schatten springen

Was im physischen Bereich unmöglich ist, ist auf der geistigen Ebene durchaus machbar.

Der Verstand und der Wille allein werden uns jedoch in diesem Fall nicht helfen können. Wir müssen über den Schatten des Verstandes und des Willens springen, um ins Bewusstsein zu gelangen. Denn die BewusstseinsEbene bietet uns unbeschränkte Möglichkeiten, wenn wir uns darauf einlassen.

Über den eigenen Schatten springen, heisst letztlich nichts anderes, als dass wir loslassen. Denn wenn wir uns an die Dinge klammern, kommen wir nicht weiter. Wir bleiben haften und allenfalls drehen wir uns im Kreis, was wir sehr oft gar nicht selbst wahrnehmen können, weil unser Verstand das Bewusstsein einschränkt.

Da hilft allerdings auch positives Denken allein nicht viel. Wir brauchen die innere Kraft der vollen Überzeugung. Denn wir haben immer die Möglichkeit, einzusehen und zu erkennen, dass wir unsere geistigen Schalter von negativ auf positiv umstellen können. Es verlangt von uns eine Umkehr, gepaart mit einer neuen Einstellung in unserem Bewusstsein.

Wie wäre es, wenn wir

- Urteile und Kritik in Respekt, Mitgefühl und Rücksicht umwandeln
- anstatt uns auf Krankheiten zu fokussieren, ein positives Gesundheits- und Körper-Bewusstsein aufbauen
- aus einer Situation nicht ein Problem machen, sondern unsere Aufmerksamkeit auf Lösungen umlenken
- uns von Angst lösen, um uns stattdessen auf Liebe einzulassen
- wie ein Bergsteiger aus einer verhängnisvollen Situation aussteigen, um einen neuen Einstieg zu wagen.
- auf die Opferrolle verzichten, um freie und verantwortungsvolle Schöpfer zu werden

Unser Leben lässt uns immer und in jeglicher Situation die Wahl. Es braucht Mut, über den eigenen Schatten zu springen. Wann immer wir uns wirklich geistig öffnen, fällt es uns wesentlich leichter.

Im erweiterten Bewusstsein schaffe ich den Sprung über meinen Schatten.

Boschung-Bielmann Hubert

Lebensberater