

# EIN STARKES ICH

WAS BEDEUTET DAS?

Wer oder was bin ICH überhaupt?

# EIN STARKES ICH

WAS BEDEUTET DAS?

ICH BIN, DIE ICH BIN  
ODER  
ICH BIN, DER ICH BIN

Doch, wer ist das?

Damit ist Deine wahre Natur gemeint. Die kennst Du sicher noch nicht. Das ist kein Problem. Es reicht, wenn Du in Dein wahres Ich hineinwachsen willst.

**Erinnere Dich:**

Dein wahres Ich lebt in der dem Bewusstsein der bedingungslosen Liebe!

**Gehst Du jetzt in Resonanz zur bedingungslosen Liebe?**

Damit meine ich.

**Gehst Du jetzt in Resonanz zu Deinem wahren Ich?**

**Denkst Du Gedanken der Liebe?**

Ich behaupte mal, eher nicht.

KAPITEL

12

Deiner

Bewusstseins.

Bildungs.

Reise

Es gelingt uns immer mal wieder, wenn die Umstände gut sind. Doch, wann passt schon alles! Wir werden immer wieder in Situationen oder Umstände gebracht, die eher dem Zerstörergeist dienen. In dem es schwer fällt zu lieben. Die Angst geht um und überzeugt uns immer mal wieder, dass sie doch Recht hat.

### **Es geht aber nicht um Recht haben. Es geht um liebhaben!!!!**

Unser Ego will sich gerne bestätigt wissen. Es bildet sich gerne ein alles zu verstehen. Aber ehrlich! Glaubst Du, dass Du alles verstehst? Die Wirkmechanismen des Lebens?

Ich für meinen Teil, wurde immer wieder, wenn ich geglaubt habe: Jetzt verstehe ich das! In meinen Grundfesten erschüttert. Es kam ein winziges Detail dazu und auf einmal bekam es einen anderen Sinn. Neue Betrachtungsweisen haben sich gezeigt und mich aufgefordert, das ganze nochmal zu erforschen. Manchmal wirklich mühselig.

Heute verstehe ich daher auch den Ausspruch

### **Zu wissen, dass Du nichts weißt, ist der Anfang von Weisheit!**

Es gibt mittlerweile Studien, die erforscht haben, was ein starkes und widerstandsfähiges Ich ausmachen.

Meine Erfahrungen haben gezeigt, dass Menschen, die ....

- sich selber gut kennen oder kennenlernen wollen
- Viele Krisen mit Erfolg gemeistert haben
- Einen starken Glauben an das Gute haben
- Sich ständig weiter entwickeln wollen
- Als Kind nicht in Watte gepackt wurden
- Anpassungsfähig sind
- Immer nach Lösungen suchen

....mit Abstand die stärksten Charaktere sind und damit Widerstandskraft haben. Sie lassen sich nicht so leicht unterkriegen. Aus jeder Krise gehen sie gestärkt hervor. Sie kommen mehr mit ihrem wahren Ich in Kontakt und sind dem Leben zugewandt.

Mir persönlich hat der Glaube an die Kraft der bedingungslosen Liebe und der Kontakt damit, durch viele Krisen geführt. Ich bin dadurch nie in das Gefühl gefallen keine Wahl zu haben. Oft habe ich zu lange gewartet, bis ich ins Handeln gekommen bin, aber es brauchte das Gefühl mit dem Rücken zur Wand zu stehen. Dann kam aus meinem Inneren ein Impuls von „ **Das will ich nicht. Ich muss was ändern!**“

Mit dem Satz kam eine Kraft in mir auf, die mich immer wieder ins Leben zurückgeholt hat. Heute weiß ich, dass das an der klaren Positionierung gelegen hat. **Ein klares NEIN zu den Umständen und ein klares Ja für meinen neuen Weg!**

Es ist mit Sicherheit nicht immer leicht, aber ich habe es nie bereut. Es fühlte sich so richtig an. Für mich war klar **„Du oder Ich“!** Wenn man vor dem Gefühl steht, weiß man ganz genau „ Ich bin genauso wichtig wie Du. Wenn mich die Umstände so sehr belasten, muss es einen besseren Weg geben!“

Damit meine ich nicht den Weg des Egos, dass denkt: Hauptsache ich, die anderen sind mir egal. Ich habe immer gefühlt **„Nein, mein Leben ist genauso wichtig wie Deins. Wenn es mir damit nicht gut geht, brauchen wir eine neue Ausrichtung“!**

Wenn man eigenverantwortlich handeln und nur für sich selbst entscheiden kann, ist es relativ leicht. Doch in einer Beziehung müssen beide gewillt sein, einen neuen Weg zu gehen. Den alten Trott und die Welt der alten Gewohnheiten verlassen. Das ist eine Herausforderung, denn es leidet meistens einer mehr als der Andere. Hier ist es wichtig, dass beide noch eine gemeinsame Vision haben und die Kraft der Liebe führt. Sonst läuft es meistens auf eine Trennung hinaus. Das ist in Liebesbeziehungen genauso, wie in Geschäftsbeziehungen, Freundschaften, Eltern-Kind Beziehung und so weiter.

## Meine Empfehlung an Dich!

- Lass Dich auf einen neuen Weg ein.
- Suche nach Lösungen
- Werde Dir klar darüber was Du überhaupt willst
- Erkenne Deine Sehnsüchte und Bedürfnisse
- Suche Dir einen neutralen Zuhörer, wenn Du noch nicht stabil in deiner Vision bist
- Lerne Dich jeden Tag ein bisschen besser kennen
- Sei neugierig auf das Leben – es hat so viel zu bieten
- Lasse nicht nur Deinen Kopf sprechen, frage auch Dein Herz

Weglaufen ist viel leichter, als sich dem Problem zu stellen. Das Ergebnis eines Miteinanders -das darauf ausgerichtet ist, dass es allen gut geht- trägt die dicksten Früchte.

## Denke dran „Liebhaben nicht Recht haben“ ist ein guter Wegweiser!

Alle Probleme, die in der Kraft der Liebe gelöst werden, sind nachhaltig positiv. Die Lektion muss nicht wiederholt werden. Auf dem Fundament kann dann ein Haus gebaut werden, dass den Stürmen des Lebens trotz.

Entscheide Du, was Dich am meistens anspricht. Den Weg der Erkenntnis oder den Weg des Egos, das nur seinen Willen durchsetzen will. Ach so ja, es gibt natürlich auch ein schwaches Ego, dass kann sich nicht wehren, ordnet sich gerne unter und hat keinen eigenen oder einen schwachen Willen.

Ein Wille ist auf jeden Fall wichtig. Ich glaube nicht daran, dass Du Deinen Willen aufgeben sollst. Willenlos in dieser Gesellschaft! Du wirst mit Haut und Haaren gefressen. Nein, ich glaube es ist wichtig, den Willen in der Kraft der Liebe zu leben. Also zum Höchsten und Besten aller Beteiligten. Die Liebe will nicht gewinnen. Das will das Ego!

Die Liebe will, dass Du glücklich bist. Deine Gaben in die Welt trägst und alle in Deiner Umgebung sich wohlfühlen, genauso wie Du selbst. Geht es Dir gut, geht es auch den Menschen in Deiner Umgebung gut. Es sei denn - starke Egostrukturen umgeben Dich ;)) dann solltest Du nochmal genauer prüfen, ob alles in Deinem Sinne ist.

Ich habe mich für ein Leben in der Kraft der Liebe entschieden und fühle mich sehr wohl damit. In den Zeiten, wo es mich stärker geschüttelt hat und ich meine Anbindung an die Liebe und das Leben verloren habe, war alles andere als wohltuend. Ich bin jedes Mal froh, wenn meine Urkraft wieder stabil meinen Lebensrhythmus bestimmt. Dann kann das Gefühl von „ **Alles ist gut**“ und ein Gefühl von „ **ich bin glücklich**“ mein Herz erfüllen. So tue ich alles dafür, dass es so bleibt.

Ich wünsche Dir von Herzen ein starkes Ich in der Kraft der Liebe!

Deine Sabine