



FIND YOUR
TRUE SPIRIT

(er)finde dich neu

WOCHENAUFGABE



MANIFEST(ATION)

MANIFEST(ATION)

FIND YOUR TRUE SPIRIT



Diese Woche geht es darum, dich neu zu (er)finden. Aufgrund der vielen Einflüsse, denen wir vor allem in unserer Kindheit und Jugend ausgesetzt sind, ist es oftmals schwierig zu unterscheiden, welche Ansichten über das Leben und über uns, ursprünglich aus uns selbst kommen und welche wir einfach übernommen haben, weil wir den Menschen um uns herum, Glauben schenken. Denn tatsächlich ist es so, und das ist wichtig, sich das zu realisieren, dass wir nur wenig wirklich wissen. Das, was wir als Wissen verinnerlicht haben, ist eigentlich nur Glauben, denn wer sagt uns, dass das, was wir von unseren Eltern, unseren Lehrern, den Weltführern, Wissenschaftlern oder sonstigen Menschen tatsächlich wahr und real und richtig ist?

Fakt ist, dass wir es nicht wissen können. Wir glauben lediglich all diesen Menschen, weil wir in ihnen eine Kompetenz vermuten. Wir schenken ihnen unser Vertrauen, weil wir davon ausgehen, dass ihre Ausbildung, ihr Ruf, ihre Referenzen vertrauenswürdig sind.

Denkt man zurück, als die Erde noch eine Scheibe war, erkennt man sehr gut, wie hartnäckig sich vermeintliches Wissen halten kann und wie schwer es für Menschen sein kann, dieses Wissen zu widerlegen. Interessant ist es, dass es auch noch heute Menschen gibt, die davon überzeugt sind, dass die Erde eine Scheibe ist. 😊

Letztlich geht es darum, zu erkennen, dass wir selbst entscheiden, welcher Realität wir Glauben schenken. Gemäß unserem Glauben bilden wir innerlich unsere eigene Realität. Unser Gehirn hält sich an diese Vorgaben und tut alles, damit wir die Bestätigung für diese Realität immer wieder erhalten, alleine aus dem Grund, um uns das Gefühl zu geben: Hier kenne ich mich aus. Hier bin ich zu Hause. Hier bin ich sicher.

Dabei geht es dem Gehirn nicht darum, dass wir uns wohl in diesem zu Hause fühlen müssen, es geht lediglich darum, das Gelernte, Verinnerlichte als richtig zu bestätigen. Mehr dazu findest Du in den nachfolgenden Texten und Übungen.

Ich wünsche Dir viel Erfolg und Freude bei Deinem Manifest Deines Selbst.

Ganz liebe Grüße

Christephania

MANIFEST(ATION)

FIND YOUR TRUE SPIRIT

THEMA REALITÄT



Ich höre oft, dass Menschen nicht wissen, wer sie eigentlich sind. Sie fühlen sich fremd in ihrem eigenen Körper, fühlen sich mit sich selbst nicht verbunden, haben das Gefühl, sich nicht zu finden.

Der Ursprung dieses Problems liegt in unserer Kindheit und Jugend. Wie Eingangs erwähnt, nehmen wir Informationen aus unserem Umfeld auf und verinnerlichen diese Informationen als Realität. In dieser, uns von Außen auferlegten Realität, versuchen wir uns dann zurechtzufinden und zu überleben, indem wir Strategien entwickeln, die uns bei dieser Mission helfen.

Dabei kann es sein, dass wir unser wahres Selbst oder Teile unserer Selbst abspalten oder in die Ecke stellen, weil es/sie von unserem Umfeld, mit all unseren Lebendigkeiten, nicht akzeptiert wird/werden.

Beispiele unserer Lebendigkeiten stellen Emotionen oder Fähigkeiten dar, die völlig natürlich sind, aber unerwünscht, wie zum Beispiel die Wut oder die Fantasie. Wir lernen, meist durch Ausgrenzung oder Liebesentzug, dass bestimmte Teile in uns, wenn wir sie ausleben, Konsequenzen mit sich bringen, die uns das Gefühl geben, nicht geliebt, abgelehnt oder ausgegrenzt zu werden. Die Strategien, die wir dann entwickeln, bestehen meist darin, uns anzupassen und uns selbst zu verleugnen. Das dramatische daran ist, dass wir unser wahres Selbst dadurch nicht kennenlernen und unser ganzes Leben das Gefühl haben, dass uns etwas fehlt, dass wir nicht mit uns selbst verbunden sind. Wir bekommen Probleme innerhalb von Beziehungen, weil wir dieses Defizit, das wir durch die Abschneidung von unserem wahren Selbst und die Konditionierungen unseres Umfelds in uns tragen, permanent auf andere Menschen, vor allem innerhalb von Beziehungen zu Partnern, Freunden oder eigenen Kindern projizieren, mit einer Erwartungshaltung, dass unser Gegenüber dieses Defizit ausgleicht und unser Bedürfnis nach Liebe, Anerkennung, Zuwendung, etc. befriedigt.

Um uns selbst auf die Spur zu kommen, müssen wir also erst einmal herausfinden, in welchem Modell der Welt wir aktuell eigentlich gerade leben. Einen Einblick erhalten wir, wenn wir uns unsere Glaubenssätze anschauen. Ganz besonders diejenigen, die uns einschränken und durch die wir uns selbst sabotieren. In der letzten Wochen hast du bereits damit begonnen, deine Glaubenssätze zu identifizieren und aufzulösen. Heute geht es darum, dir eine neue Identität, ein neues Weltbild und eine neues Leben zu gestalten. Manifestieren geht eigentlich ganz einfach, wenn man weiß, wie es geht und worauf es ankommt. Die Anleitung und die Wochenaufgabe findest du auf den nächsten Seiten.