

Vorschauoptionen

Gerätetyp ?

Kindle eReader

Ausricht...



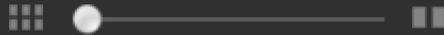
Schriftart

Bookerly

Schrif...

4

Seitengröße



Navigation

Ort 2 von 2043



Ansicht „Automatisch weit...“

✓ Verbesserter Schriftsatz ?

Inhaltsverzeichnis... Alle erweitern

Gefühlebuch-Atticus-18.9

Vorneweg für zwischendrin

▶ Wut, Angst, Traurigkeit und Glück

▶ Die drei Hauptgruppen von Gefü...

▶ Herausgeforderte Gefühle im Ein...

▶ Was nun?

▶ Schritte in die Praxis

▶ Kontakt und weitere Informationen

Alles anzeigen Seite 2043 Ort

einem Gefühl antworten. Das heißt, unsere Lebensenergie gerät in Bewegung und unsere Seele aktiviert ihre Kräfte, um mit dieser Widerkraft umzugehen. Bei dieser inneren Bewegung gibt es jeweils bestimmte Anzeichen in uns, die auf die äußere Situation reagieren, um eine Antwort zu finden, die uns entspricht.

Innere Sinne

Erinnerst du dich daran, was ich über das Fühlen sagte? Wie unabdingbar es ist, um überhaupt Erfahrungen machen zu können? Zum Glück ist das sinnvoll eingerichtet.

Du kommst nicht nur mit den bekannten Sinnen für die äußere Wahrnehmung auf die Welt, wie Sehen und Hören, sondern auch mit dem nötigen Gespür für emotionale Werte. Von Geburt an bist du für ein fühlendes Leben ausgestattet. Du verfügst also von An-

320

Selbstaus-

... sie nicht
... So kann
... ren, wenn
... kann sie
... klein auf
... n von Ge-
... drückung

Unsere inneren Sinne sind also selbst Träger ihrer jeweiligen Qualitäten – und mit deren tiefsten Quellen verbunden. Unser Sinn für Geborgenheit mit der inneren Quelle von Geborgenheit, unser Sinn für Würde mit der Quelle von Würde.

Das ist wichtig. Denn emotionale Heilung wäre viel schwieriger, wenn wir nur unsere Bedürfnisse spüren könnten – und nicht auch über die jeweils zuständigen Seelenkräfte verfügen würden.

Im Leben übrigens immer wieder Hinweise für das Wirken unserer Seelenkräfte. Du hast bestimmt auch schon etwas Ähnliches erlebt. Vielleicht mit deinem Sinn für Selbstwirksamkeit? Nehmen wir an, es geht um ein wichtiges Anliegen, aber alle deine Be-

327

mühsam scheitern erbärmlich. Du schiebst den aufkommenden Frust beiseite und machst weiter. Immer wieder. Vergänglich. Du kannst nicht mehr und gibst auf.

Nach einer Pause nimmst du dir jedoch die stattliche Portion angesammelter Frustration noch einmal vor und kausst sie von Anfang bis Ende durch. Und als du sie schließlich verdaut hast, greifst du dein Projekt mit neuen Ideen und frischem Scherung wieder auf.

Wie ist es etwas möglich? Warum leiden wir nicht an einer Überdosis Frustration, nachdem wir solche Gefühle zu uns genom-