

Bestimmung und Chancen in unserem Leben – wie ein Spiel?

In meinem Kaiserinnenreich ist das Weltbild so gestaltet, dass wir alle einem größeren Plan folgen. Wir kommen auf diese Welt, um hier zu lernen und uns als Seele weiterzuentwickeln und letztendlich unsere Bestimmung hier zu leben. Da wir selbst die Regisseure des Filmes sind, den wir hier leben, nehmen wir uns unbewusst Aufgaben, Herausforderungen und auch besondere Talente mit, die wir im Laufe unseres Lebens erst entdecken und dann einbringen und leben wollen. Um das auch tun zu können, bekommen wir immer wieder Möglichkeiten, die uns auf unserem Weg weiterbringen und uns etwas lehren wollen, die wir aber auch ergreifen sollten. Unser freier Wille wird geleitet von Hinweisen. Es ist – im Grunde – wie ein Spiel!

Wenn wir nur funktionieren und vor uns hinleben, dann schauen wir bei unserem ‚Spiel des Lebens‘ einfach nur zu und stehen am Rande des Spielfeldes. Wir erleben alles passiv und vergessen langsam aber sicher unsere Träume und Wünsche, weil sie für uns ohnehin unrealistisch sind.

Verantwortung übernehmen wir dann, wenn wir mitspielen, also würfeln, mit unserer Figur ziehen und uns der Aufgabe stellen, die uns erwartet.

Manche Menschen (mich lange auch eingeschlossen) spielen vorsichtig, um nicht(s) zu verlieren (außer ihre wertvolle Lebenszeit), andere spielen, um zu gewinnen!

**Zu welcher Gruppe möchtest du gehören?
Bist du Regisseur oder Komparse in deinem Lebensfilm?**

Es ist IMMER deine Wahl!

Robert Krakower, bekannt als Ra Uru Hu, der das Human Design in die Welt brachte, sagte immer, dass alles, was zu dir gehört, auch mehrmals in deinem Leben auf dich zukommt, dass du also theoretisch nichts versäumen kannst.

Dennoch bin ich davon überzeugt, dass du irgendwann auch zupacken und tun musst, was dir vom Leben vor die Füße gelegt wird. Sei nicht einer der Menschen, die einfach nicht hinsehen wollen und sich lieber ablenken und ihre leise innere Stimme mit dem Lärm im Außen übertönen.

So viele Menschen verpassen auf diese Weise ‚ihre Chancen‘, bekommen immer größere Lernaufgaben und verzweifeln dann oft daran.

Eine weise Frau erklärte mir einmal, dass jeder nur das bekommt im Leben, was er oder sie auch schaffen kann. Das stimmt aus meiner Sicht vollkommen. Die Frage ist nur, ob du deine ‚Lebensaufgaben‘ erledigst, sobald sie anfallen oder ob du sie aufschiebst und zu einem riesigen Berg auftürmen lässt!

Vielleicht ist dir in deinem Leben schon aufgefallen, dass ein Thema – egal ob es Beziehungen, Finanzen, Berufung, Kinder, ... betrifft – welches du weggeschoben hast, in einer anderen ‚Verkleidung‘ und ein wenig höher dosiert wiedergekommen ist?

Genau DAS meine ich!

Wenn etwas in dein Leben kommt, womit du in Resonanz gehst, das dich berührt – egal ob auf positive oder negative Weise – dann hat es mit DIR zu tun und möchte von dir betrachtet werden.

Spätestens im Alter von ca. 50 Jahren ist es an der Zeit für uns Menschen in ‚unsere kaiserliche Meisterschaft‘ zu gehen, unsere Bestimmung zu leben und der Welt etwas zurückzugeben. Das erkläre ich in diesem Buch noch genauer!

Wenn das möglichst viele Menschen tun, dann wird die Welt ganz automatisch zu einem friedlicheren Ort, davon bin ich fest überzeugt!



KAISERLICHE TIPPS:



Unsere Bestimmung ist wie der Film oder das Spiel deines Lebens, in dem du Regie führst oder Komparse bist!



Wenn du mit etwas in deinem Leben in Resonanz gehst – etwas für dich spürbar ist – dann hat es mit dir zu tun!



Die kaiserliche Meisterschaft lebst du, wenn du deine Bestimmung lebst und damit der Welt etwas zurück gibst!

Selbstliebe – Selbstbewusstsein – Selbstvertrauen – Selbstwert

Diese Begriffe werden oft verwendet, sie sind irgendwie ähnlich und doch wieder nicht. Da sie für dieses Buch und uns alle so wichtig sind, möchte ich dir gleich am Anfang MEIN Verständnis davon geben. In dieser Reihenfolge kannst du sie als Wegweiser zu dir selbst betrachten.

Selbstliebe ist eine Entscheidung. Jeder sollte sie kultivieren, die wenigsten – besonders Frauen und Mütter – leben sie, weil immer etwas anderes wichtiger ist, als sie selbst. Das wird zur Gewohnheit und es wird später dann sehr schwer, sich endlich wieder an die erste Stelle im Leben zu stellen! Dafür gibt es die *Kaiserin*.

Die Selbstliebe ist die bedingungslose, wertfreie Liebe dir selbst, deinem Körper, deinen Gedanken und deinem Tun gegenüber. Liebe dich selbst so, wie du die liebsten Menschen in deinem Leben liebst. Verzeih‘ dir selbst, so wie du es bei anderen tust. Die Kommunikation mit uns selbst ist die, die uns am meisten runtermacht – pflege diese, damit sie liebevoll und aufbauend wird. Entscheide dich und fang‘ an, für dich alles zu tun, was du für die Liebe deines Lebens tun würdest – denn die bist DU!

Das geht nicht von einem Tag auf den anderen, aber Schritt für Schritt!

Wenn du dich entschieden hast, dich bedingungslos zu lieben, dann kannst du auch beginnen, DICH wirklich kennenzulernen – mit ALLEN deinen wundervollen Seiten, aber auch deinen spannenden Ecken und Kanten, die auch zu dir gehören und ihre Aufgabe haben.

Selbstbewusstsein baust du auf, indem **du dir selbst bewusst wirst** über DICH, deine Handlungen, Reaktionen, Vorgehensweisen (unbewusst oder bewusst), Gedanken, Emotionen,

Gefühle, deine Talente, Fähigkeiten, was du kannst und was du noch lernen möchtest, natürlich auch, was du ‚wert‘ bist auf dem Markt.

Dein Selbstbewusstsein entscheidet sehr viel in deinem Leben: wie du dich fühlst, was du glaubst verdienen zu können, mit welchen Menschen du dich umgibst, was du in anderen Menschen siehst, wie deine Beziehungen sind, deine Partnerschaft, deine Kindererziehung, deine Gesundheit, dein Aussehen, dein Umgang mit Problemen und Kritik, deine Fähigkeit zu vertrauen und zu träumen, eigenverantwortlich zu sein, usw.

Setze dich daher unbedingt regelmäßig hin und betrachte dich und dein Leben aus den unterschiedlichen Perspektiven, stelle dir Fragen, die dich näher an deinen Kern bringen, nimm‘ dir Zeit für DICH – das ist so wichtig!

Wenn es dir nicht gelingt, weil dich der Alltag überrollt (das kenne ich sehr gut), dann komm‘ gerne in meinen Workshop oder mein Retreat – da machen wir, unter vielem anderen, genau das – unter meiner Anleitung. Da tut sich etwas und kommt in Bewegung!

Je größer unser Selbstbewusstsein ist, desto mehr Verantwortung übernehmen wir in den einzelnen Bereichen unseres Lebens. Deshalb ist es so wichtig sich darum zu kümmern.

Der nächste Schritt ist das **Selbstvertrauen**, das du aufbaust, wenn du DICH wirklich kennengelernt hast. Du vertraust auch sonst vermutlich nur Menschen, die du auch gut kennst?

Beim Selbstvertrauen handelt es sich um das Vertrauen in deine eigenen Fähigkeiten, was und wieviel du dir selbst zutraust, welche Ziele du erreichen kannst, wie du mit Problemen umgehst, dass du sie meistern kannst, usw.

Mein Selbstvertrauen war vor allem in beruflichen Bereichen überhaupt nicht groß, obwohl ich schon so viel gemacht habe und mir selbst ganz klar ‚beweisen‘ konnte, was ich alles kann und bin. Ich habe es mir selbst einfach nicht (mehr) geglaubt – auch – oder schon gar nicht –, wenn es von außen kam! Ich (er)kannte meinen Wert ganz lange nicht!

Der **Selbstwert**, also der Wert, den du in deinem Tun und deinem Sein erkennst und auch von außen erhältst, wird oft mit dem Geldwert gleichgesetzt, den du für deine Leistungen bezahlt bekommst.

Das zu hören, tut zwar oft weh, aber es hat schon seine Berechtigung. Ich sehe das so, dass du einerseits soviel bezahlt bekommst, wie du selbst glaubst, zu verdienen. Da kommen die Glaubenssätze ganz stark mit ins Spiel! Andererseits erhältst du langfristig so viel Geldwert, wie du anderen Menschen an Wert lieferst! Diese zwei Aspekte spielen ganz eng zusammen.

Ich habe schon viel Wert gestiftet in der Welt, habe mir den Wert dafür aber nicht zugestanden, weil ich den Glaubenssatz hatte „das ist nicht gut genug“. Also habe ich getan und getan, aber keinen Gegenwert dafür verlangt! Ich habe meine Lebenszeit ganz oft einfach verschenkt und auch meine Erfolge damit enorm geschmälert, weil sie dadurch für andere dadurch nichts oder nicht so wertvoll waren! Es hat lange gedauert, bis ich begonnen habe, meine Zeit mehr wertzuschätzen und dafür einen wirklichen, zahlenmäßigen Gegenwert zu berechnen. Mir haben meine Kinder dabei sehr geholfen, weil ich die Zeit, die ich jemandem für mein Tun und meine Zeit gebe, mit der Zeit aufgewogen haben, die ich NICHT mit meiner Familie verbringen konnte. Damit habe ich viel Wertschätzung (von anderen und auch mir gegenüber) in mein Leben gebracht!

Mittlerweile erkenne ich den Wert, den ich anderen Menschen bringe, sehr gut und kann und will ihn auch verrechnen. Diese Art von Energieausgleich ist so wichtig für alle Seiten!

Bist du jemand, der immer nur geben möchte?

Kannst du genauso gut annehmen, wie du gibst?

Etwas annehmen, seien das Komplimente oder Geschenke können die meisten Menschen dann nicht mehr so gut – spannend, oder? Wenn ich Menschen frage, warum sie so gerne geben, dann sagen die meisten: „Weil ich anderen eine Freude machen möchte!“

Das ist großartig, aber hast du schon mal versucht diese Situation anders herum zu sehen: Du möchtest anderen eine Freude machen mit deinem Geschenk. Dein Gegenüber möchte das aber auch und schenkt dir etwas, das du nicht annimmst oder sagst: „Das ist ja nicht notwendig!“. Damit schmälerst du das Geschenk deines Gegenübers und die Freude, die man dir machen wollte!

Das ist ziemlich selbstsüchtig und unfair der Person und DIR selbst gegenüber, weil du damit sagst, dass Geschenke für dich nicht nötig sind. Wie findest du das?

Fang‘ an, deine Großzügigkeit auch auf DICH auszuweiten und dich zu freuen, wenn du etwas bekommst, weil dich jemand mag oder toll findet und dir das auch sagt! Nimm‘ Komplimente ohne viele Erklärungen einfach an – als Zeichen für dich, dass du es dir wert bist und es verstehen kannst, weil du dich selbst auch magst! Das ist ein Anfang, um endlich die Kaiserin in dir zu erwecken, die in dir schlummert und das Leben mit DIR in vollen Zügen erleben will!

Genieße diese neue, tiefe und schöne Bekanntschaft, die du mit DIR jetzt machen kannst!



KAISERLICHE TIPPS:



Selbstliebe ist eine Entscheidung, die du lieber früher als später treffen solltest!



Werde dir selbst bewusst, wie du wann handelst, reagierst, sprichst, denkst und fühlst.



Erkenne und würdige, was du alles kannst, welche besonderen Fähigkeiten nur du in dieser einzigartigen Kombination hast!



Übe, dir selbst immer mehr zu vertrauen und nimm' dir nicht zu viel auf einmal vor!



Dein Tun und deine Zeit sind wertvoll - lasse sie dir daher auch bezahlen oder schaffe Ausgleich dafür!

Ich bin folgende 10 Schritte gegangen

... um an meiner Selbstliebe, meinem Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein zu arbeiten:

1. Ich habe mir meine Glaubenssätze angesehen und für mich positiv verändert.

Das ist wichtig, denn wenn du in deinem Glaubenssystem Gedanken wie ‚ich schaffe das nicht‘, ‚ich bin nicht gut genug‘, ‚ich darf nicht‘, ... hast, dann findet das Leben für dich im Außen immer die Erfüllung dieser Gedanken! Deine Gedanken kannst du verändern, indem du dir angewöhnst, sie spielerisch und liebevoll zu beobachten – nach dem Motto: ‚Schau‘ was hier jetzt wieder einmal aufgetaucht ist!‘. Überprüfe diese Gedanken dann auf ihre Wahrheit und ersetze sie durch neue – für dich positive – Glaubenssätze. Diese müssen sich für dich gut anfühlen, damit du sie solange wiederholen kannst, bist sie zu deinem Glaubenssystem geworden sind! Achte auch auf deine Wortwahl beim internen Dialog mit dir selbst! Worte sind mächtig!

Weiter hinten im Buch gehe ich darauf nochmals ein und ich habe auch ein PDF für dich vorbereitet.

2. Ich habe aufgehört, mir selbst ständig Versprechen zu machen, die ich gar nicht wirklich halten wollte.

Nicht gehaltene Versprechen an mich schwächten mein Selbstvertrauen sehr! Sie erzeugten Gedanken wie: „Das schaffe ich ohnehin wieder nicht!“ oder „Wenn ich es nicht schaffe, ist es auch nicht so schlimm!“

Sei also vorsichtig mit deinen Versprechen –

Worte haben große Macht!