

Vom Umgang mit sogenannten „Problemen“

In meinem Leben gibt es, wie bei den meisten Menschen, einige Probleme, die immer mal wieder auftauchen, in mehr oder weniger großen Abständen, mal in sehr dringender Form, mal nur beiläufig.

Auch nach nunmehr sieben Jahren spiritueller Praxis (Reiki, Huna, Bach-Blüten und anderes), gründlicher Selbsterforschung, vielen Erkenntnissen und Fortschritten in puncto „das eigene Leben meistern“, schaffe ich es noch immer perfekt, mich in solche Probleme regelrecht zu „verbeißen“.

Ein Problem taucht auf und bekommt von mir Aufmerksamkeit: „Oh jeh, da habe ich wohl ein Problem!“ Dieses Gefühl „ich habe ein Problem“ wird mir natürlich gespiegelt: Es wird deutlicher erkennbar, verlangt immer stärker nach einer Lösung. Das wiederum verstärkt mein Gefühl, ein Problem zu haben. Ein Teufelskreis!

Wie viele andere Menschen auch, suche ich die Lösung des Problems dann gerne im Außen. „Der/Die muß sich ändern!“ verlange ich vehement vom Leben. Wenn mir andere Menschen von ihren Problemen erzählen, kläre ich sie gerne über eine meiner zwei wichtigsten Erkenntnisse auf:

**„Wenn eine Situation oder das Verhalten einer Person
in Dir negative Gefühle auslösen,
dann hat es etwas mit Dir zu tun,
dann findest Du auch die Lösung nur in Dir selbst!“**

**„Das einzige, was wirklich heilt, ist die Liebe.
Die Liebe ist das einzige Heilmittel, das es gibt.“**

Bei meinen eigenen Problemen blende ich diese Erkenntnisse allerdings bereitwillig aus. Wenn ich mich dann fest genug in das Problem verbissen habe, und mir auf der materiellen Ebene keine praktikablen Lösungen mehr einfallen, hole ich mir gerne Rat bei den verschiedenen Orakel-Methoden, z.B. Tarot oder Runen. Und egal, welche Methode ich verwende, die Grundaussage ist meistens: „Übernimm selbst die Verantwortung!“ oder auch „Die Lösung findest Du in Dir selbst!“, meist garniert mit dem Hinweis, stärker auf die Kraft der Liebe zu vertrauen.

Warum ist es so schwer, spirituelle Erkenntnisse im Alltag umzusetzen? Warum „brauche“ ich irgendwelche Karten, um mich an meine eigene Macht und an die Heilkraft der Liebe zu erinnern? Orakelmethoden (egal welche) sind Werkzeuge, mit denen man das eigene Unterbewußtsein und / oder das eigene Höhere Selbst sprechen lassen kann. Die Erkenntnisse sind also schon in mir verankert, das „festbeißen“ an Problemen und auch das Suchen von Lösungen im Außen ist Sache des Verstandes und des Egos. Diese beiden (oder sind sie Eins?) schimpfen lieber über den Müll im Außen, anstatt mal nach innen zu schauen und sich dort ans Aufräumen zu machen. Sie verlangen aktives Handeln, anstatt das anzunehmen, was ist.

Dabei habe ich selbst schon oft genug erlebt, daß ein Problem immer größer und unangenehmer wurde, je mehr ich durch Handeln oder Reden versuchte, es im Außen zu lösen. Dies war meist verbunden mit Machtkämpfen („Ich habe Recht, der/die andere aber nicht!“), mit Schuldzuweisungen („Der/Die ist schuld und muß sich ändern!“), mit meiner eigenen Opferhaltung („Was kann ich schon tun? Ich weiß es nicht, ich brauche Hilfe von außen!“).

Die Lösung des Problems trat meist spontan ein, nachdem ich gewissermaßen resigniert hatte: „O.K., damit muß ich jetzt wohl leben...“ Mit diesem „mich in mein Schicksal ergeben“ hatte ich das, was vorher ein nach Lösung schreiendes Problem war, als einen Teil meines Lebens angenommen und damit gleichzeitig losgelassen. Diese Form der „Problem-Lösung durch akzeptieren“ ist mir nicht nur bei kleinen Alltagsproblemchen gelungen, sondern auch schon bei „richtig großen Problemen“. Mein Verstand müßte es also auch so langsam aber sicher erkennen, daß man Probleme nicht außen lösen kann. Sie sind nur der Spiegel eines inneren Konfliktes, den ich nur in mir selbst lösen kann – durch die heilende Kraft der Liebe!

Diesen Text habe ich übrigens vor allem für meinen eigenen Verstand geschrieben, der offenbar spirituelle Erkenntnisse erst dann zu glauben bereit ist, wenn er sie schwarz auf weiß gelesen hat.

Und zum Schluß ein Hinweis in eigener Sache: Wenn Du diesen Text an Freunde und Bekannte weitergeben möchtest, dann freut mich das sehr. Denn das bedeutet, daß er dir wohl gefallen oder sogar geholfen hat. Du kannst ihn kopieren, sooft Du möchtest! Aber bitte: Kopiere auch meine Kontakt-Adresse so mit, daß sie noch gut lesbar ist, damit jeder weiß, wer diesen Text „verbrochen“ hat! ;-)

Stephanie Claßen - Hauptstr. 4 - 77836 Rheinmünster
Tel. 0170 / 830 46 63 – e-Mail HappyLifeDesign@web.de
Internet: www.dein-leben-ist-bunt.de