



Selbstliebe



Meine Seele 957!

Hat meine Seele Gefühle und kann sie verletzt werden?

Da wir ja schon Einiges über das Unterbewusstsein und das Bewusstsein gelernt haben, schauen wir uns diese Frage doch mal etwas genauer an.

Wie entstehen Gefühle? Gefühle entstehen durch Deine Gedanken. Diese Gedanken gehören zu Deinem Geist und wenn Du einen Gedanken zu Ende gedacht hast, entsteht ein Gefühl in Deinem Körper und wenn Du ein Gefühl fühlst, entsteht dadurch Deine Reaktion.

Manche Menschen schreiben „Du hast meine Seele verletzt“, doch meiner Meinung nach geht das gar nicht und zwar aus den vorher genannten Gründen. Denn eine Verletzung entsteht durch eine Beurteilung einer Situation und damit hat Deine Seele gar Nichts zu tun, sondern Deine Gedanken. Du kannst eine Kündigung bekommen und denken „oh nein, warum immer ich“ oder Du kannst denken „das ist ein Zeichen, dass ich einen anderen Weg einschlagen sollte“. Beide Gedanken produzieren unterschiedliche Gefühle.

Was aber macht die Seele den ganzen Tag und ist sie wirklich so unantastbar?

Schließe einmal Deine Augen und stell Dir vor, Dein Kopf stellt sich auf Pause... es wird ganz ruhig in Dir. Danach stellt der Körper sich auf Pause... und es wird noch stiller in Dir.

Und dann? Was bleibt dann in Dir übrig, wenn der Kopf und der Körper einmal eine Pause machen? Was kannst Du fühlen? Hörst Du eine innere Stimme?

Diese innere Stimme ist NUR FÜR DICH da. Sie interessiert sich nicht dafür, was jemand anderes macht oder sagt oder um die Komplikationen des Lebens. Deine Seele ist NUR FÜR DICH da, damit Du DEINEN WEG gehen kannst. Dein Wegweiser des Lebens, denn sie hat so viel mehr Wissen, so viel mehr Verbindungen, um Dir die richtige Lösung für Deine Probleme zu verraten. Und nein, ich glaube nicht dass sie verletzt werden kann, jedenfalls nicht von Außen. Aber ich habe in meiner Arbeit als Coachin und auch privat festgestellt, dass wenn man zu lange nicht auf die Seele hört und ewig lang schon gegen die Ratschläge der Seele arbeitet, es einem immer schlechter geht. Z.B. ist das bei Burnout Patienten so. Sie haben ewig lang in einem Kreislauf gelebt, der nicht gut für sie war und haben es total

übertrieben, meist aus Abhängigkeiten. Und dann... ihre Augen wurden leer. Kennst Du das Gefühl, wenn Du denkst, dass Du dich fast verloren hast? Oder ein Gefühl, dass du völlig auf dem Holzweg bist? Das ist ein Gefühl, was Dir deine Seele schickt, damit Du deinen Weg änderst und wieder mehr auf Dich hörst. Aber auch bei dieser Eigenschaft der Seele, ist sie immer noch total liebevoll und drängelt Dich nicht. Du hast immer noch die völlige Entscheidungsfreiheit, was Du tun willst. Was Du tun willst, obwohl der Körper und die Psyche schon anfangen zu streiken.

Also eigentlich ist die Seele so etwas, wie ein Kompass Deines Lebens... ein liebevoller Richtungsweiser. Auf sie zu hören birgt viele Vorteile. Denn wenn Du erstmal viel zu lange in eine falsche Richtung gelaufen bist, dann musst Du dafür auch erstmal die Konsequenzen tragen, auch wenn Du die Richtung dann schon geändert hast.

Verletzt werden kann sie somit nicht vom Außen, aber vernachlässigt werden, und zwar ganz allein durch Dich! Sie ist wie eine Blume, die man gießen muss, damit sie nicht eingeht.

Was flüstert sie Dir zu?

Nun freu Dich schon auf Deinen Arbeitsbogen.

*Deine Seele hegt immer liebevolle
Gefühle zu Dir! Höre ihr achtsam
zu.*