

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Der Weg zum Ziel beginnt an dem Tag, an dem du die hundertprozentige Verantwortung für dein Tun übernimmst und auch dafür, was du durch deine Resonanz in dein Leben ziehst.

1) Niemand außer du selber, ist für dein Leben verantwortlich

2) Du bist nur für ein Leben verantwortlich, dein eigenes

Diese Sätze dürfen wir sehr oft lesen, bis wir den wichtigen Inhalt verinnerlicht haben. Es ist sehr tückisch, wenn wir andere für unser Glück und unsere Angelegenheiten verantwortlich machen:



Den Staat, der mit Vater und Mutter verwechselt wird. (Kindchen Welt)



Den Partner/(in), der/die uns glücklich machen soll.



Die Eltern, die die gleichen Voraussetzungen als Kinder, wie wir selbst hatten.



Die Ärzte, die wir für unsere Gesundheit zuständig sind und uns angeblich heil machen ganz machen.

Wir selbst sind dafür verantwortlich, uns voll zu entfalten.

Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, ist auch damit verbunden, Entscheidungen zu treffen. Davor fürchten sich viele Menschen insgeheim. Wenn wir die Verantwortung abgeben, sind wir automatisch wie gelähmt, die Situation auch nur ansatzweise zu verändern. Wir sind dafür verantwortlich, dass

- es uns gut geht.
- wir Ziele und Wünsche erreichen.
- wir gesund sind.
- wir ein erfülltes glückliches Leben zu führen.

Werden wir also aktiv, es gibt immer eine Lösung: Aktiv zu werden bedeutet:

- Agieren statt nur reagieren.
- Sich seiner Bedürfnisse bewusst zu sein und diese zu verfolgen.
- Die Dinge aktiv zu verändern mit denen wir unzufrieden sind.
- Die eigenen Gedanken, Gefühle, Handlungen und Verhaltensweisen besser zu verstehen. Sie anzunehmen und dann ggf. auch zu wandeln.
- Erleben, was sich schwer anfühlt. Was sich leicht anfühlt, ist wahr für uns.
- Herausfinden was wir wirklich wollen.
- Gut zu uns selbst zu sein.