

# „40 Tage – Zeit für Bewusst Sein“

- Frühlahrsputz im Geist –

## Tag 35: „Die Quelle deiner Wünsche“

Hallo & Herzlich Willkommen zum 35.Tag unseres Kurses! : )

In den letzten Tagen hatten wir:

„Wünschen / Verlangen ist Erschaffen.

Ich bin der Schöpfer meiner Lebensumstände.

Bewusst erschaffe ich, indem ich mir die Frage stelle: Was will ich?“

Ob deine Wünsche nun erfüllt werden bzw. ob du mit ihrer Erfüllung glücklich sein wirst, hängt nicht davon ab, **was** du dir wünschst...

...sondern **warum**!

**Warum willst du, was du willst?**

Aus welcher Quelle entspringen deine Wünsche?

Zu Beginn des Kurses hatten wir ja bereits:

Es gibt 2 Arten von Gedanken. Sie entspringen 2 verschiedenen Quellen.

Der Angst oder der Liebe... dem Ego oder Gott...

So ist es auch mit Wünschen, denn ein Wunsch ist ein Gedanke.

Schau dir an, aus welcher Quelle der Gedanke kommt.

Kommt der Wunsch aus dem Mangel oder der Fülle?

Aus der Angst oder der Liebe?

Aus Sicherheitsdenken oder Vertrauen?

Warum willst du, was du willst?

Erkenne deine Beweggründe...

Was bewegt dich?

Was treibt dich an? Zum Wollen? Zum Wünschen? Zum Handeln?

Wünschst und handelst du aus Gründen der Angst? Oder aus Liebe?

Aus einem Zustand des Mangels, des Leidens heraus?

Oder aus der reinen Freude heraus, etwas zu erschaffen?

Das alleine entscheidet über deine Erfahrung...

Denn das ist die Ursache, die du im Geist setzt, und Ursache und Wirkung sind immer gleich.

Ganz wichtig ist also: **Warum** willst du etwas?

Z.B. die Aussage: „Ich will in einer Gemeinschaft leben.“

... sagt noch gar nichts aus darüber, welche Erfahrung du dort machen wirst - ob es eine glückliche werden wird... oder eine unglückliche...

Dein Zustand, in dem du die Wahl triffst, der Zustand, in dem der Wunsch aufkommt... die Gründe für deinen Wunsch... das entscheidet über deine Erfahrung, die du machen wirst.

Wenn ich in eine Lebensgemeinschaft ziehen will, weil ich mich einsam fühle und hoffe, dann nicht mehr alleine zu sein und Menschen zu haben, die sich um mich kümmern... ist das ein Grund, der aus dem Leid, aus dem Mangel kommt...

Und da Gleiches Gleiches erzeugt... werde ich mit dieser Einstellung, aus dieser Ursache heraus, keine freudige Gemeinschaftserfahrung machen können...

Wenn ich in einer Gemeinschaft leben will, weil ich so viel habe, was ich alleine gar nicht nutzen kann... weil ich so viel zu geben habe... Freude...

Geld... so viele Fähigkeiten... so viel Zeit... was ich alles gerne mit anderen teilen möchte...

... dann kommen meine Beweggründe aus der Fülle... aus der Freude...

Und ich werde in einer Gemeinschaft auch Freude erleben können...

Der Wunsch: „Ich will mehr Sport machen.“

Warum will ich das? Weil es eine Freude ist, meinen Traumkörper in Bewegung zu erleben?

Oder weil ich nicht mehr in den Spiegel schauen kann und hoffe etwas Sport wird den Anblick wohl etwas erträglicher machen?

; )

Will ich ein größeres Auto, einfach aus der Freude heraus, das mal zu erleben? Oder damit mein Auto größer ist als das meines Nachbarn?

Lade ich jemanden zum Essen ein, um ihn zu einem Geschäft zu überreden... oder aus der Freude heraus, mit ihm Zeit zu verbringen...

Welche Gründe hast du für deine Wünsche?

## **I. Übung: Warum will ich, was ich will?**

Schau dir heute einmal an, was du willst, und warum du das willst, was du willst...

Worum geht es dir?

Willst du etwas erleben?

Oder willst du etwas vermeiden?

Bewegst du dich auf etwas hin?

Oder läufst du vor etwas weg?

In deinen Beziehungen, bei der Arbeit...

Was machst du nur „um zu...“?

Gehst du arbeiten „um zu...“?

Oder aus Freude?

Bist du in einer Beziehung „um zu...“?

Oder aus Liebe?

Es geht nicht darum, gleich deinen Job zu kündigen und deinen Mann oder deine Frau zu verlassen, sondern nur darum, dir deine Beweggründe klar zu machen - einen Schritt in Richtung Bewusstheit zu gehen.

Du kannst auch deiner „alten“ Arbeit, deinem „alten“ Mann, deiner „alten“ Frau einen neuen Sinn geben... so dass sie nicht mehr deiner Sicherheit und deiner Angst dienen müssen, sondern der Liebe und der Freude.

Du musst nicht im Außen etwas ändern, um eine glückliche Erfahrung zu machen.

Du darfst einfach die Gründe ändern, warum du etwas tust, warum du etwas willst.

Glückliche Gründe führen zu glücklichen Ergebnissen.

Alles beginnt innen. Alle Ursachen sind innen... in dir!

## II. Fragen:

**Frage dich zwischendurch, wann immer es dir bewusst wird:**

✂-----

Was will ich gerade?

Und warum will ich es?

Bin ich in der Angst, dem Mangel oder bin ich im Zustand der Liebe, der Freude?

## III. Essenz

Ob ich mit der Erfüllung meiner Wünsche glücklich sein werde, hängt nicht davon ab, **was** ich mir wünsche, sondern **warum** - aus welcher Quelle meine Wünsche entspringen.

Es gibt 2 Arten von Gedanken - 2 Quellen: Angst oder Liebe, Ego oder Gott. So ist es auch mit Wünschen/Verlangen.

Ein Wunsch/Verlangen kommt entweder aus der Angst, dem Mangel, oder er kommt aus der Liebe, der Fülle, dem Vertrauen.

Die Quelle meiner Wünsche/Verlangen entscheidet über die Erfahrung, die ich machen werde, denn mein Zustand, in dem der Wunsch/das Verlangen aufkommt - der Grund für meinen Wunsch - ist die Ursache, die ich im Geist setze, und Ursache und Wirkung sind immer gleich.

Gleiches erzeugt Gleiches.