



einklang

Ausgabe Dezember 2012



Zeitschrift für Lichtarbeit und Vernetzung
herausgegeben vom und für den Verein „die Lichtplattform e.V.“

Glücklich sein – Authentisch sein

von Robert Salopek am 7. April 2012 bei Facebook

Einer der am meisten gesuchten Themen von Menschen ist das glücklich sein.

Neben Themen wie zu sich selbst finden, den Sinn des Lebens finden, Bewusstseinsweiterung und vieles mehr.

Ich las einmal zu diesem Thema: An dem Tag, an dem die große Erleuchtung eintritt, wird man noch genauso den Abfall in die Mülltonne tragen wie zuvor. Oder ich sage dazu, der Fluss fließt immer.

Was passiert denn in diesem Augenblick der großen Erleuchtung? Auch das konnte mir noch keiner so genau erklären.

Ist es der Zeitpunkt in dem man seiner Intuition begegnet, seinem Geistführer, wo man sein Ego ablegt oder sich selber liebt wie seinen nächsten?

Es ist eben nur ein Augenblick und danach ist es eben so, dass wir in unserer Welt weiter in den Alltag eingebunden sind.

Ist es denn nicht die große Herausforderung, diese Erleuchtung, die Spiritualität, die Intuition mit all Ihren Facetten, Gaben und Fähigkeiten, die sich darin auftun, in den Alltag zu integrieren? In unseren Alltag, wie wir ihn heute in unserer Zeit leben.

Ich meine, dass manche Ansätze aus alten Religionen nicht mehr zeitgemäß sind. Zeitgemäß für unsere Art des Lebens, der Kommunikation und somit des Umgangs miteinander.

Darin liegt allerdings, wie gesagt, auch die Herausforderung, sich nicht zu verlieren, sich treu zu bleiben und sich und

den Themen und Werten genügend Zeit und Raum zu geben.

Für mich hängen diese Themen alle zusammen und haben einen sehr engen Zusammenhang mit dem Authentisch sein.

Ich will mich dazu meiner bisherigen Beispiele bedienen, da ich meine, es dann besser darstellen zu können. Für mich gehören zu dem Thema Authentizität und glücklich sein einige Punkte zusammen. Wesentlich dabei ist, dass man beginnt, auf sich zu schauen. Sich und seinem Gefühl zu folgen. Seinem Gefühl und seiner Intuition zu vertrauen. Ins Leben zu vertrauen.

Das sind schon Punkte, die manchen Menschen sehr schwer fallen. Ins Leben vertrauen. Dass alles, wie es im Leben geschieht, gut ist wie es ist.

Das bedeutet für mich, in Einklang gehen mit all dem, was bisher in meinem Leben war.

Und das ist nicht immer einfach. Wie viele hadern denn mit ihrer Vergangenheit oder auch mit ihrer jetzigen Situation.

Warum ist man in dieser Situation? Ich meine, solange wir im Außen (Spiegelbild) Disharmonien und Störungen haben, heißt es, dass wir Störungen und Disharmonien in uns haben. Und die entstehen meistens, weil wir uns eben nicht in unserer natürlichen Fließgeschwindigkeit und in unserem natürlichen Fluss bewegen. Zu oft handeln wir aus dem Verstand heraus, was zu tun sein muss. Oder man denkt, dass es falsch ist oder man es nicht tun kann, weil es nicht irgendeiner Vorgabe oder einem Verhaltenskodex entspricht.

Wir verbiegen uns zu oft, weil unser Augenmerk darauf gerichtet ist, das im Außen alles in Ordnung ist oder alles in Ordnung scheint.

Was könnten denn die Menschen, Nachbarn, Freunde, Familie denken, wenn man sich so oder so verhält. Ich werde noch versuchen, diese Dinge mit Beispielen zu erklären.

Und dabei hat man die Bereitschaft, sich meistens hinten anzustellen oder eben zu verbiegen.

Es ist nicht verwunderlich, dass Spannung in meinem eigenen Seelenkörper entsteht, wenn ich eigentlich meinem Gefühl vertrauen soll, welches zu meinem höchsten Wohle ist, aber dann doch gegensätzlich handle.

Und wenn ich das Naturgesetz der Resonanz betrachte, kann ich diese Spannung im Außen als Spiegelbild wiederfinden.

Wenn ich also diesen Kreislauf einmal durchbrechen möchte, wird es wichtig, seinem Gefühl und dem Leben so zu vertrauen, dass jeder Einzelne beginnt, sein eigenes Gefühl zu leben, da er jetzt das erste Mal damit anfängt, auf sich Rücksicht zu nehmen. Und es ist schon an anderer Stelle beschrieben, dass du deinen nächsten lieben sollst wie dich selbst.

Also ist es doch wichtig, erst sich selbst zu lieben, um diese Liebe dann auch weiter geben zu können. Dies ist für mich die Grundlage, um authentisch zu sein.

Es hat meiner Ansicht nach nichts mit Egoismus zu tun, wenn man auf sich schaut, was einem gut tut und was einem

das eigene Gefühl sagt. In der Praxis allerdings gelingt das den meisten Menschen nicht, da wir uns einige Dinge antrainiert haben oder sie uns beigebracht wurden.

So haben wir zu funktionieren. Immer. In der Arbeit, in der Familie, in der Partnerschaft.

Dazu kommt noch eine ganze Reihe an Zwängen. Was sich gehört, was sich nicht gehört, was zum guten Ton gehört oder zur Tradition. Wer sagt das denn? Ich will dazu einige Beispiele aufführen.

Die Oma hat den 70. Geburtstag und unser Gefühl sagt, ich möchte nicht hingehen.

Wie viele trauen sich denn, jetzt abzusa-gen? Oder meldet sich da gleich der Verstand: Das kann ich doch nicht machen, was sagt die Verwandtschaft dazu oder wie denkt die Familie über mich oder was geschieht mit dem Erbe.

Was ist, wenn der Chef zum Geschäftsessen einlädt? Das Gefühl sagt: Geh nicht hin! Ich will gar nicht ausformulieren, wie viele Gedanken und Erklärungen jetzt kommen, doch hin zu gehen.

Bin ich als Chef denn verpflichtet, den Angestellten oder guten Kunden ein Geschenk zu machen?

Bitte, ich meine nicht, wenn ich es aus dem Herzen tue, also mein Gefühl sagt: Ja ich will es!

Aus Wertschätzung. Sondern wenn ich es eben nicht tun will! Und jetzt kommen wieder die Erklärungen.

Warum muss ich die Kinder dazu erziehen und zwingen, am Muttertag besonders brav zu sein und Frühstück zu machen? Wäre es nicht schöner, das ganze Jahr die Wertschätzung gegenüber der Mutter wie dem Vater zu zelebrieren. Manchmal ist es eben auf das Äußerliche herunter gebrochen.

Da gehört es sich eben, der Mutter einen Blumenstrauß zu schenken.

Und jetzt mal ganz ehrlich.

Was soll denn, unter Einbeziehung des Naturgesetzes der Resonanz, im Umgang miteinander herauskommen, wenn man sich eben in vielen Situationen aus strategischen, überlegenden Gründen nicht authentisch verhält und gibt.

Wenn ich, aus welchen Gründen auch immer, eine Lüge, was unauthentisch ist, in mein Umfeld herausgebe, was soll denn als Spiegelbild zurückkommen. Und denkt dabei mal über den Vergleich Fußballfeld und Tischtennisball nach. Fühlen wir denn nicht, wenn nur der Tischtennisball etwas sagt und das Fußballfeld aber völlig anders schwingt? Bei so intuitiven, feinfühli-gen Menschen, wie sie immer mehr werden, ist die Lüge im ersten Augenblick schon aufgedeckt. Es bleibt nur das unauthentisch sein übrig. Und darauf wollen wir aufbauen? Sogar glücklich werden?

NEIN. Wir sind der Meinung, dass die einzige Möglichkeit, um glücklich zu werden und sich völlig frei zu fühlen ist, sich auf dem goldenen Tablett zu prä-sentieren und authentisch zu sein. Sich dabei auch verletzlich zu machen und darauf zu vertrauen, dass mir das Naturgesetz letztendlich und nachhaltig die gleichen Menschen in meine Resonanz gibt.

Nur dann kann ich auch ehrliche, offene, glaubwürdige und vertrauensvolle Begegnungen erwarten.

Und ist es nicht das, nach was wir uns sehnen? Dass die Menschen das sagen, was sie FÜHLEN?

Wir können euch übrigens sagen, dass es gleichzeitig ein völlig befreiendes Gefühl ist, immer authentisch zu sein, sich authentisch zu verhalten und zu sprechen.

Denn man muss nicht mehr nachdenken. Was habe ich wem gesagt und wann und wieso.

Ich kann den Menschen immer offen be-gegenen, denn das, was ich gesagt habe, weiß der andere und fühlt es auch. Mein Fußballfeld sagt es und nicht der Tischtennisball. Da bekommt die Aussage ein ganz anderes Gewicht.

Ich habe erkannt, dass diese Menschen es sehr schätzen, wenn man immer das sagt, was man fühlt.

Auch wenn es in einigen Situationen hart klingt oder ist. Aber das Umfeld kann darauf vertrauen, das es so ist, wie es ausgesprochen wird.

Und noch ein weiterer Punkt ist sehr entscheidend: Sich ins Jetzt zu begeben und sich damit völlig in Einklang zu bringen, egal wie die Situation ist. Ich weiß, es ist in den vielen persönlichen harten Situationen nicht einfach, das zu akzeptieren. In Einklang zu gehen, das alles gut ist so, wie es ist.

Aber um GLÜCKLICH zu werden ist es die einzige Möglichkeit, es so zu tun. Wir denken nur, dass es uns schlecht geht und das entsteht meistens aus dem Vergleich und dem Bewerten der eige-nen Situation mit anderen. Doch bedenkt, unsere Seele hat sich die Situation und das Leben so ausgesucht und möchte die damit verbundenen Aufgaben meistern und daran wachsen, um weiter zu gehen und sich zu entfalten.

Unsere Aufgabe wäre, sich ganz in den Fluss des Lebens fallen zu lassen, oder besser gesagt, auf dem Baustamm treiben zu lassen und den Situationen so zu begegnen, wie sie kommen.

Wir haben die Aufgabe, im Jetzt zu sein, denn das ist der einzige Augenblick, in dem wir glücklich sein können. Denn was kommt, wissen wir nicht. Ein hinter her hecheln, was sein könnte, ist nur die Illusion des Verstandes, der uns davon ablenkt, sich im Jetzt mit uns selber zu beschäftigen.

Zu kucken, wo die Disharmonien und Störungen sind. Doch da können wir selber beginnen etwas für uns zu tun.

Das ist die MACHT die wir haben. Angereichert mit der Intuition, unserer Führung und den Werkzeugen können wir es schaffen, die Steine selber aus dem Weg zu räumen. Das Jetzt, die Spiegelbilder im Jetzt zeigen uns auf, wo wir anzusetzen haben.

Uns auf den Weg zu machen und zu erkennen, dass der Weg das Ziel ist und nicht das hinterher hecheln des Zieles, das uns im Jetzt somit immer unzufrieden sein lässt.

Weil wir nie im Einklang sind mit dem, was wir wollen. Ist wird nie Sollen sein.

Das ist der direkte Weg zum Glücklich sein! Und ich sage bewusst nicht, zum Glücklich werden.

Wer jetzt sagt, dass es doch dann sinnlos ist zu planen, dem gebe ich recht. Und trotzdem können wir Ziele haben. Eben nur keine Pläne. 9 von 10 Plänen funktionieren eh nicht, wie man sie sich vorgenommen hat. Es ist ein anderes Umgehen mit dem Ziel. Wenn man ein Ziel aus dem Herzen hat, also aus dem Fußballfeld und nicht aus Sicht des Tischtennisballs, dann kann man sich das vorstellen, als würde man Pfeil und Bogen darauf ausrichten. Am Anfang haben wir noch die Möglichkeit zu planen. Wie fest spannt man den Bogen, in welchem Winkel halte ich den Pfeil, wie weit ist das Ziel entfernt, gibt es Wind. Wenn ich dies alles in diesem Augenblick, im Jetzt berücksichtigt und entschieden habe, ist es meine Aufgabe, den Pfeil loszulassen und dann zu vertrauen, dass es sich so entwickelt wie es zu meinem höchsten Wohle ist. Es ist mir eben nicht möglich, die ganze Zeit nebenher zu laufen und den Pfeil in seiner von mir gedachten Bahn zu halten. Ich schmunzle gerade bei der Vorstellung.

Nein, wir wissen eben nicht, ob ein Windstoß von der Seite kommt oder die Neigung genug war.

Wir werden es sehen, wenn wir da sind. Wenn wir auf unserem Baumstamm den Teil des Flusses herunter getrieben sind, bis wir am anvisierten Ziel oder in der Nähe sind. Und so lange können wir uns wieder ganz dem Jetzt widmen und uns unserem jetzigen Gefühl hingeben, wenn wir glücklich sein wollen. Denn es werden aus dem Fußballfeld, also aus dem Fluss des Lebens, die richtigen Impulse kommen, was eben Jetzt zu tun ist.

Manchmal kann sich auch flussabwärts ein Gefühl oder Impuls ändern.

Dann heißt es, authentisch zu bleiben und diesen Impuls wieder zu leben und umzusetzen.

Uns wird heute immer wieder nachgesagt, dass wir sehr authentisch leben und manche sagen jedoch gleichzeitig, dass wir sehr sprunghaft sind. Natürlich kann sich ein Gefühl, ein Impuls auch ändern. Es liegt in der Natur, das, nichts manifestiert, sondern in ständiger Bewegung ist.

Der Fluss fließt IMMER und bringt somit IMMER Veränderungen. Das gilt es zu akzeptieren.

So hat jeder die eigene M.A.C.H.T., sich um seine Situationen zu kümmern, seinen eigenen Energiekörper zu harmonisieren und in eine DUR-Tonlage zu bringen. Wenn die Entwicklung es vorsieht, in die nächste Oktave vorzudringen, um

dann den immer weiter fließenden Fluss wahrzunehmen, so wird man eine Grundzufriedenheit und Grundglücklichkeit erlangen. Eine Grundharmonie, dann eben nicht mehr mit den hohen Ausschlägen nach oben und unten.

Das Leben ist eben, wie das Leben ist. Ein AUF und AB. Ein ständiges sich weiterentwickeln. Es bleibt nicht stehen. Es reiht sich ein Augenblick an den nächsten. Und der eine glückliche Augenblick wird sofort ersetzt durch einen nächsten Augenblick.

Ich kenne viele Situationen, die ich gerne festgehalten hätte, aber es geht nur für kurze Zeit.

Unser großer Sohn sagte einmal am Frühstückstisch: Eigentlich haben wir doch jede Sekunde Geburtstag. Oder ein chinesischer Arzt zu Christine: Wenn du glücklich bist, kannst du heiraten, wenn du willst.

Werde selber glücklich und dann wirst du ein Segen sein für dein Umfeld.

Das ist die Macht, sein Leben zu leben. In voller Verantwortung für das, was man tut.

Robert Salopek (Mann von Christine Salopek) am 7. April 2012 bei Facebook

