

Liebe Kundinnen und Kunden, Freunde und Interessierte
unserer Bilder und Texte - "Bilder vom Licht" !

"Das innere Kind" liegt uns in diesem Monat sehr am Herzen. Alles was wir erleben - das heißt Erfahrungen, die wir in unserem Leben gemacht haben - gute wie auch weniger gute, bleiben **in unserem Unterbewußtsein - abgespeichert**. Vom Zeitpunkt unserer Zeugung bis zum jetzigen Moment. In der Folge haben - vor allem die Erlebnisse aus unserer Kindheit - **unser gesamtes Verhalten, Reaktionen, Gedankenmuster (Glaubenssätze) und Ansichten geformt und hervorgebracht**.

Wenn wir nicht mit ausreichend Liebe, Verständnis, Wahrheit und Halt groß geworden sind, sind wir zwar nach außen hin "erwachsen" geworden, aber in den kritischen Momenten des zB Versagens, bei Ängsten, des wertlos-fühlens, usw. sind wir noch immer das kleine Kind von damals, mit seinen negativen Erlebnissen, über das es nicht hinausgekommen ist. ... welches aber "Strategien" entwickelt hat, um in diesen Situationen zu "überleben" oder keinen Schmerz mehr fühlen zu müssen. So kann man zB schon 70 Jahre sein, und sich noch immer durch andere Menschen unterdrückt fühlen, wenn man in der Kindheit Unterdrückung erlebt hatte - und diesen jetzt noch immer mit Zorn oder Abwehr begegnen, um sich Luft und Freiraum zu verschaffen.

Wir sprechen hier jetzt jene Situationen an, die uns mutlos gemacht haben, die uns klein fühlen ließen, die uns Angst bereiteten, die uns Verlust und Mangel vermittelt haben, Situationen für die wir Verantwortung übernommen haben, die ein Kind noch gar nicht tragen kann, oder Situationen die uns zutiefst schuldig fühlen ließen. Daraus formten sich Strategien, wie "hart-dran bleiben-zu-müssen", um etwas zu erreichen, oder Strategien, um Liebe und Anerkennung zu bekommen bzw. um unser Selbstwertgefühl zu heben. Viele Formen gibt es davon, diese sind nur wenige daraus. An den meisten haftet Leid, Schmerz und Ablehnung für uns selbst.

Weiters entwickelten sich daraus "**Glaubenssätze**" (Ich bin wertlos, schaffe es nicht, alles ist aussichtslos, usw. ...) und diese sind immer mit **unangenehmen, destruktiven Gefühlen** verbunden. Als Erwachsene möchten wir mit diesen Erlebnissen nichts mehr zu tun haben. Wir verdrängten sie oder weichen diesen Themen immer wieder aus, um den Schmerz nicht nochmals erleben zu müssen. Diese Glaubenssätze und Gefühle werden zu "Programmierungen" und **erschaffen so unsere Wirklichkeit**, so wie wir sie immer wieder auf's Neue erleben.

Wir kreieren jeden Tag auf's Neue unser Leben, wie in einem Film - es ist unser eigener Film ! Und wir glauben oftmals ohnmächtig, daß dieser Film auch weiterhin so sein muß. Anstatt daß wir diesen beginnen "neu zu schreiben". Wenn wir zuerst "verstehen" woher unsere negativen "Programmierungen" kommen, so können wir im achtungsvollen Umgang mit uns selbst, diese - bewußt - verändern. **Es ist jetzt die Zeit, daß wir ganz aus diesen alten Dingen aussteigen, und sie mit unserer Liebe heilen, um ein freudiges, freies und verantwortungsbewußtes Leben leben zu können.**

Gerade in den **ersten 6 Lebensjahren** entstehen die stärksten Prägungen für unsere Kinder. Sie benötigen in dieser Zeit, daß wir als Eltern wahrhaftige Vorbilder sind: In dem wir Ihnen wahre Aufmerksamkeit schenken (und sie nicht nur nebenher betreuen), ihnen alle Liebe die uns möglich ist zu schenken, Verständnis für ihre kostbaren Entwicklungsschritte fühlen lassen, und daß sie in jedem Moment Schutz und Rückhalt von uns bekommen. *Sie brauchen das gelebte Gefühl, "meine Eltern sind wirklich für mich da!"* Das baut dem Kind Wurzeln, wo es in seiner inneren Gefühlswelt (und später auch in Gedanken) erleben darf, **ich bin geliebt, ich bin getragen, es ist für mich immer gesorgt, ich brauche keine Angst zu haben, ich habe unendliche Freude mit meinem Leben, ich bin am richtigen Platz, alles ist gut mit mir.** Dieses Gefühl ist es, daß uns auch fühlen läßt, wie sehr wir auch von Gott geliebt werden. Unsere Eltern sind die "Vertretung" Gottes auf Erden. Durch sie lernen wir all das Gute, daß auch Gott uns immer gibt.

Wenn wir verstehen, daß eine Veränderung im eigenen Leben, wie auch auf großer Gesellschafts-Ebene, **immer nur durch uns selbst entstehen kann**, d.h. daß die Veränderung **wir selbst sind**, so steht uns nichts mehr im Wege, um unsere Liebe vollkommen ins Leben zu rufen und frei zu sein. Da es diesen Rahmen sprengt um noch mehr zu schreiben haben wir für Sie im Anschluß eine wunderbare Buchempfehlung zu diesem so wichtigen Thema, begleitet mit praktischen Anwendungen, um dieses leicht verwirklichen zu können.

Wir hoffen, Ihnen damit einen Schritt weitergeholfen zu haben
und wünschen Ihrem inneren Kind, die ganze Liebe, Zuneigung und Verständnis, welches es braucht,
um vollkommen und in wahrer Freiheit leben zu können.

Sabine Maria und Hans Georg Leiendecker

Buchempfehlung: Autorin: **Stefanie Stahl**; Titel: "**Das Kind in dir muss Heimat finden**" / Kailash-Verlag

Das innere Kind



Menschen und Situationen die uns im Außen begegnen, sind immer ein Spiegel der eigenen Gedanken und Gefühle. Diese Resonanz macht es möglich, daß wir uns selbst erkennen können. Um Kindheitstraumen zu heilen, ist es wichtig, liebevoll mit sich umzugehen. Daß man Verständnis und Geduld mit sich hat und weiß, wie man kostbar ist. Wenn zB unsere Eltern der Auslöser für Negatives waren, welches wir jetzt noch immer glauben und leben, so ist es wichtig zu verstehen, daß diese es damals nicht besser wußten, und ihr bestes gegeben haben. Sie wußten es genauso wenig, wie wir vielleicht heute noch. Dies ist eine wertvolle Einsicht. Es ist der erste Schritt zur Vergebung, und aus der eigenen Kindheit zu erkennen:

"Ich habe alles gut gemacht."

Wertvoll ist, sich bildhaft vorzustellen, wie man sich als kleines Kind fühlte (vielleicht ängstlich, verlassen, klein, minderwertig, ...), und dieses dann liebevoll in die Arme zu nehmen, um ihm zu sagen: **"Ich liebe Dich und ich bin da für Dich - jetzt und für immer!"**; und sich klar zu machen, daß man jetzt nicht mehr das kleine Kind ist, sondern **erwachsen**. Groll, Angst, negative Gefühle, ... sind von damals, **aber jetzt entscheide ich mich, frei zu sein!** Wenn negative Emotionen hochkommen, bin ich mir **bewußt**, daß dies eine Reaktion von damals ist und entscheide mich, jetzt anders damit umzugehen. Ich kann erkennen, daß mein Gegenüber "einen Knopf" in mir gedrückt hat. **Und dieser Knopf dient für mich zum Heilen und Auflösen des Erlebten.**

Wichtig ist auch, daß wir nicht aufgeben, sondern diese Situationen immer wieder auf's Neue trainieren. So ist auch wirksam **unsere Kindheit "geistig" umzuschreiben**. Uns ein anderes Bild von unserer Kindheit auszudenken, wo wir geliebt und getragen wurden. Dieses hat Wirkung auf die **"Vergangenheit"** und gleichzeitig Auswirkungen auf das Gute im Jetzt. Was wir jetzt geistig "umschreiben", bringt genau diese Veränderung mit sich.

Ein wunderbares Buch hierzu, daß einfach und verständlich geschrieben ist, mit einer gezielten Vorgehensweise ist: **"Das Kind in dir muss Heimat finden"** von Stefanie Stahl. Alles kann im Göttlichen umgewandelt und geheilt werden. Auch Kindheitserfahrungen.

**Wir schreiben unser Buch des Lebens jetzt NEU.
Gott führt uns immer auf den richtigen Weg.**