

## Mai-Ausgabe: Wert & Wertschätzung

### LebensWERT - vom Schein zum SEIN

Expertinnenseite von Petra Bosch & Stella Mandusic



- **Ein Leben wie in Hollywood**
- **Scheinbar richtig und gut**
- **Achten Sie wieder mehr auf Ihr Gefühle**
- **Lebenswertes SEIN**
- **Seminartipp**
- **Kontakt**

**W**ann ist das Leben lebenswert? Woran können wir das messen? Wann merken wir, dass die Werte, die uns im Leben antreiben, wirklich die eigenen, wahrhaftigen sind?

Jeder Mensch lebt nach seinem eigenen Wertesystem, welches zum Teil schon in die Wiege gelegt und zum Anderen konditioniert bzw. durch Erfahrungen aufgebaut wurde. Die Werte fungieren als Antriebskräfte für unser TUN und spiegeln so unser SEIN.

Die eigenen Lebenswerte zu erforschen, benötigt ein hohes Maß an Achtsamkeit, Mut den Lebenssituationen in stätiger Selbstreflektion zu begegnen und den Wissensspeicher sowie die damit verknüpfte Lebensnavigation mit eigenen Erfahrungen und den daraus gewonnenen Erkenntnissen zu füllen.

### Ein Leben wie in Hollywood

**I**n unserer Gesellschaft ist es kaum möglich, sich den Versprechungen und dem Goldglanz eines Lebens mit "sicherem Happy End - Faktor" zu entziehen.

Die Werbung und Medien tun ihr Bestes, um uns vorzugaukeln: "So sieht das perfekte Leben aus". Zusätzlich haben wir in den letzten Jahrzehnten ein Bild

vom erfolgreichen SEIN in allen Lebenslagen kreierte, das auf die wenigsten Menschen zutrifft. Ja gar nicht stimmen kann!

Trotzdem wagen es viele nicht, sich dieser Scheinwelt zu entziehen und sind oft so damit beschäftigt, einem perfekten "Hollywood-Leben" nachzulaufen, dass sie gar nicht bemerken, dass die meisten uns nur mehr oder weniger etwas "vorspielen" und es kaum jemanden auf dieser Welt gibt, der wirklich glücklich aus diesem Traum hervorgekommen ist!

Denn würden die Glücks- und Erfolgsszenarien der begehrten Hollywood Filme sich so umsetzen lassen, wären wir alle voll in unserer Kraft, glücklich und gesund. Wir bräuchten uns dann auch keine Gedanken mehr über all diese Illusionswelten zu machen.

Viele Menschen spüren jedoch seit geraumer Zeit, dass ein Leben nach vorgefertigten Maßstäben nicht mehr funktioniert und noch nie wirklich funktioniert hat. Krankheiten, hohe Scheidungsraten und Verschuldungen sind das glanzlose Ergebnis all dieser Träume.

Gerade die heutige Zeit der neuen Energien lässt es einfach nicht mehr zu, ein Leben zu führen und aufrecht zu erhalten, das einem Schein oder einer Illusion entspringt. Das bedeutet, je mehr wir versuchen, alte Erfolgsrezepte nachzuahmen, anzuwenden oder daran festzuhalten, desto weniger werden sie funktionieren!

### Scheinbar richtig und gut



**W**ann haben Sie das letzte Mal bemerkt, dass sie einer Wunschvorstellung hinterhergejagt sind? Sie haben vermutlich viel Kraft und Zeit aufgewendet, um diese zu verwirklichen, um dann am Ende ent-täuscht zu sein.

Ja, die Ent-täuschung: Das Ende der Täuschung! Doch gleichzeitig der Anfang bzw. eine tolle Möglichkeit, seinem wahren SEIN ins Auge zu sehen.

Um nur ein Beispiel zu nennen, das sicher schon einige haben: Wir lernen einen Menschen kennen, und sehen in ihm eine Seite, die auf Anhieb faszinierend wirkt. Wir verlieben uns und glauben, in unserem Gegenüber die Erfüllung all unserer Träume zu sehen. Wir projizieren dann all unsere Traumvorstellungen von einer Partnerschaft in diesen Menschen und ein Bild entsteht, das uns glauben macht: Das, was wir vermissen, kann uns dieser Mensch nun geben!

Und schon entstehen Erwartungen und Hoffnungen, ja sogar Forderungen an diese Person, um die eigenen Lücken zu füllen. Das alles verbunden mit der Vorstellung, wie eine Partnerschaft zu sein und zu funktionieren hat: "Du gibst mir das und ich gebe Dir das!"

Bald merken wir jedoch, dass dieser "Handel" so auf Dauer nicht funktioniert und wir einer Illusion erlegen sind. Wieder Ent-täuschung, doch nun ist der heilsame Augenblick gekommen, sich einmal zu fragen: Wo fordere ich ein, ohne mir Selbst zu geben? Dies führt dann wieder einen Schritt weiter zum wahren SEIN.

### Um den Weg vom Schein zum SEIN

bewusst einzuschlagen, eignen sich folgende Fragen:

- Wo und mit wem trage ich bestimmte Masken oder spiele bestimmte Rollen?
- Wann rede ich mir Menschen, Dinge oder Situationen usw. "schön", obwohl eine Stimme in mir ganz etwas anderes sagt?
- Wie oft halte ich Lebenssituationen aufrecht, obwohl ich immer wieder das Gefühl habe, dass es nicht mehr stimmig ist?
- Wann handle ich nach einem Schema, das mir nicht (mehr) entspricht?
- Wo mache ich mich bewusst oder unbewusst noch immer "klein", damit sich jemand anderer "groß" oder "besser" fühlen kann?
- Welche alten Strukturen machen mir immer mehr zu schaffen, doch ich wage es nicht, sie zu verändern?
- Wie würde ein selbstbestimmtes Leben für mich wirklich aussehen und wie viel davon lebe ich im Moment?

### **Achten Sie wieder mehr auf Ihre Gefühle**

**W**enn Sie sich all diese Fragen ehrlich beantworten zu wollen, hören Sie einmal nicht nur auf die Argumente Ihres Verstandes, sondern achten Sie in bestimmten Situationen ganz genau auf Ihr (Bauch)Gefühl.

So könnten wir uns viele kleine und große Dramen und manchmal auch jahreslanges Hoffen oder "Illusionieren" ersparen, denn im Rückblick werden Sie meistens feststellen, dass Ihr Gefühl Sie schon von Anfang an "gewarnt" hat. Stimmts?

Doch oftmals vertrauen wir dieser Stimme nicht so ganz, weil wir schon als Kinder gelernt haben, unseren Gefühlen nicht zu trauen. Gut gemeinte Aussagen, wie: "Es gibt gar keinen Grund, jetzt Angst zu haben, wütend oder traurig zu sein!" ließen uns an unser Gefühlswelt zweifeln, sodass unser Verstand bald mehr und mehr die Oberhand gewonnen hat.

Manche Menschen haben sich sogar schon so von ihren Gefühlen abgeschnitten, dass Sie gar nicht mehr bemerken, was wirklich geschieht und wie es ihnen selbst oder ihren Mitmenschen geht. Das spiegelt sich ja gerade sowohl im Kleinen (Familie) als auch im Großen (Erde) wider. Wenn wir alle wieder mehr mit unserem Herzen fühlen würden, anstatt logisch, rational oder berechnend zu entscheiden, würden wir sehr bald wieder (seelisch und körperlich) gesund werden - und unsere Erde sicher auch!

### **Lebenswertes SEIN**

**W**ie schon erwähnt, leben wir in einer Zeit der Veränderung, die uns alle - bewusst oder unbewusst - immer stärker (auf)fordert, unser Leben stimmig, echt und wahrhaftig zu führen.

Alles, was nicht echt ist, zerbricht und wir dürfen dann den Schleier der individuellen Illusionen (manchmal schmerzlich) erkennen.

Dies mag sich zu Beginn vielleicht wie ein Fall in die Tiefe anfühlen. Nichts ist mehr da, an dem wir uns festhalten können. Doch es ist ein heilsamer Fall und führt dazu, dass wir wirklich in die Tiefe - zu den Wurzeln unseres SEINs - gelangen, denn nur hier finden wir uns selbst und auch den richtigen Weg für uns.

Vieles, was bisher Gültigkeit hatte, verliert jetzt nach und nach an Stabilität und Sicherheit. Doch erst der Mut, einmal alte Strukturen loszulassen, führt zu neuen (vielleicht noch nie da gewesenen) Wegen, die aber keinesfalls mehr so stabil sind, wie wir sie bisher kannten.

Doch wenn wir uns auf die neuen Energien einlassen, dann gilt unter Anderem:

### **"Das Feste wird weich - und das Weiche wird beständig!"**

Das Weiche kann das Feste formen. Wenn wir einen Flusslauf beobachten, dann ist es offensichtlich, dass das "weiche" Wasser die "festen" Felsen formt. Umgekehrt wäre es nicht möglich. Denn das Wasser sucht sich immer seinen Weg!

Eine Qualität, die viel Veränderung und Leichtigkeit bringen kann, wenn wir dies zulassen. Denn man bedenke: Das Leben ist niemals fix und starr, sondern fließt und bewegt sich in jedem Moment!

Ein lebenswertes SEIN ist demnach, immer beweglich und weich zu sein - und stellt sich immer nur auf den jeweiligen Augenblick ein, um das Beste im Moment zu leben. Um diesen Zustand des SEINs zu leben, ist es jedoch not-wendig, den Impulsen des Lebens im JETZT zu folgen und das erfordert schon eine große Portion Mut - doch es lohnt sich allemal!

Wir wünschen Ihnen einen klaren und kraftvollen Lebensweg, der noch viele freudige Überraschungen für Sie bereithält...und dass Sie diese als solche auch erkennen mögen!

Herzlichst,  
Petra Bosch & Stella Mandusic

## **SEMINARTIPP**

### **"LebensWERT... mutig in meine Größe gehen!"**

- Mein Leben selbstbestimmt leben - in dem Wissen, wer ich wirklich bin!
- Loslassen alter Zweifel, Ängste und Illusionen - denn Mut steht mir gut!
- Wirken statt kämpfen!
- Meine Einmaligkeit zum Strahlen bringen!

**Seminarpreis und Unterkunft im DZ:** Normalpreis € 618,-  
Frühbucher € 558,- bis 31. Mai 2011

Exklusive: Anreise, Verpflegung und persönliche Ausgaben. EZ gegen Aufpreis möglich.

**Seminarzeiten:** jeweils Sonntag bis Donnerstag von 13 bis 17 Uhr  
sowie zwei traditionelle, schamanische Abendzeremonien.  
Vor und nach dem Seminar ist freie Zeit für gemeinsame oder individuelle  
Aktivitäten.

**TIPP:** Je früher Sie buchen, desto günstiger die Flugpreise!  
Flugpreis rund € 250,-. Gerne unterstützen wir Sie bei Ihrer individuellen  
Buchung.

### Kontakt:



**Stella Mandusic**  
+43 (0) 699/11664920  
[stella.mandusic@abenteuer-leben.at](mailto:stella.mandusic@abenteuer-leben.at)  
[www.abenteuer-leben.at](http://www.abenteuer-leben.at)

**Petra Bosch**  
+43 (0) 676/6146820  
[petra.bosch@lifespirt.at](mailto:petra.bosch@lifespirt.at)  
[www.lifespirt.at](http://www.lifespirt.at)



(Bildquelle: [www.fotolia.at](http://www.fotolia.at))