Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Wissen Sie eigentlich, wie einzigartig Sie sind?
Nun kommt wahrscheinlich Ihr Verstand daher und sagt: aber natürlich weiß ich das. Jeder Mensch ist anders. Es gibt keine zwei absolut gleichen Exemplare. – Stimmt.

Wenn Sie mögen, dann halten Sie nun einen Moment inne und sagen diesen Satz „Ich bin einzigartig“ noch einmal - zu sich selbst. Versuchen Sie dabei, die Aussage und Botschaft dahinter in ihrer vollen Weite und Tiefe zu erfassen. Mit allen Sinnen. Schließen Sie eventuell auch die Augen, um möglichst weit bei sich anzukommen.

Und - ist die Aussage immer noch so selbstverständlich? Was sagt Ihr Körper? Was sagt Ihre Gefühlswelt? Oder plappert der Verstand wieder dazwischen? Nehmen Sie sich überhaupt so wichtig und die Zeit für dieses kurze Experiment?

Genau hier beginnt die Liebe zu sich selbst. Sie ist Voraussetzung, um auch für andere Menschen wertvoll zu sein. Sie ist ebenso Voraussetzung und gleichzeitig Bestandteil Ihres Entwicklungs- und Entfaltungsprozesses.
Oder wollen Sie behaupten, dass Sie schon Ihr ganzes Potenzial ausschöpfen? Ich meine damit nicht, dass Sie sich bis zur Selbstaufgabe aufopfern. Potenzialausschöpfung bedeutet: mit geringstem Aufwand das Bestmögliche erreichen. Und letztendlich gelingt mit Liebe (in Beziehungen, zu Personen, zu Aufgaben) alles wesentlich leichter und vollständiger als mit Druck und Erwartungen.

Sich selbst zu lieben bedeutet, sich anzunehmen - und zwar mit allen (vermeintlichen) Schwächen und Stärken. Das ist eine große Herausforderung. Sind wir nicht eher gewöhnt, gegen Unliebsames anzukämpfen, uns anzupassen? Oder unsere Größe herunterzuspielen? In jedem Fall vergessen wir jedoch unsere Individualität, unsere Einzigartigkeit.

Der Weg der Veränderung führt über einen inneren Blickwechsel. Die Position und die Haltung zu den Dingen oder Situationen sind der Schlüssel. Hier entstehen die Probleme und Sorgen. Hier kann man sie lösen. Ich werde oft gefragt: Was sind nun so typische Probleme, mit denen jemand zu dir kommt?
Es gibt nichts Untypisches! – Alles, was Sie belastet, bedrückt und die Lebensfreude ausbremst ist wert, angeschaut und aus dem Weg geräumt zu werden! Oder sind Sie anderer Meinung?

Die Angestellte gehört genau so zu meinen Klienten wie der Geschäftsmann. Die Hausfrau, der alleinerziehende Vater, das Paar mit Kinderwunsch oder in der Trennungsphase, die junge Frau, die Mühe hat, ihren Weg zu finden und der reife Mann, der sich von seinen Gefühlen beherrscht sieht – sie alle haben Sorgen, die sich in den verschiedensten Lebenssituationen bemerkbar machen.

Sorgen und Nöte, aber auch Wünsche und Träume sind wertvolle Navigationshilfen auf jedem so einzigartigen Lebensweg. Trauen Sie sich, ihn zu gehen!
Ich wünsche Ihnen Mut und Kraft dafür!

Herzlichst - Ihre Monika Niebisch

Monika Niebisch Hypnose – Familienstellen – Beratung – Coaching
Mittelstr. 34a - 06886 Luth.Wittenberg Tel. 03491 – 6286534 www.monika-niebisch.de