

## VERTRAUEN

Das spirituelle Lernen gründet auf dem Vertrauen, dass wir alles, was wir wissen wollen und wissen sollen, zum exakt richtigen Zeitpunkt zur Verfügung haben. Alles Wissen liegt sozusagen einfach für den Zugriff bereit. Viele Erfahrungen werden über lange Jahre hinweg für diesen Augenblick vorbereitet, doch wir bemerken nichts davon. Genau zu dem Zeitpunkt, an dem ein bestimmtes Ereignis eintritt, verfügen wir über das nötige Wissen, um dieser Erfahrung offen und positiv begegnen zu können. Dieses Vertrauen zu haben ist ein schwieriges Unterfangen, zumal wir gelernt haben, nicht zu vertrauen und einer unserer kollektiven Glaubenssätze uns sagt: Wissen lässt sich nur durch schwere Arbeit aneignen.

Nichts geschieht ohne Sinn. Spiritualität ist ein tragender Baustein unseres Lebens. Spirituelle Entwicklung ist Persönlichkeitsentwicklung. Was wir in unserem Leben lernen und erfahren, entspringt unserem Lebensplan. Evolution geschieht immer effektiv und zweckdienlich. Warum sollte es bei der Entwicklung von uns Menschen anders sein?

Unser Leben gleicht dem Wachstum einer starken Pflanze, die im Begriff ist, ihre Blüten zu entfalten. Alles verläuft harmonisch gemäß eine inneren Programm, das die einzelnen Entwicklungsschritte genau vorgibt. Wenn wir nicht an destruktiven Gedanken und Gefühlen festhalten, wenn wir vertrauensvoll entspannen und die Ereignisse auf uns zukommen lassen, wird sich alles mühelos und harmonisch fügen. Das Leben gibt uns immer wieder eine Lektion auf - eine Lektion uns in Vertrauen und Geduld zu üben. Vertrauen ist keine naive Gutgläubigkeit. Ebenso wenig ist es eine Vogel - Strauß - Taktik, bei der man in brenzlichen Situationen den Kopf in den Sand steckt, nichts sehen will oder hofft, dass alles gut ausgeht.

Das Wesen von Vertrauen ist eine Sache des Herzens, eine innere Kraft. Sie wird genährt von dem Wissen um die Güte und Weisheit einer universellen Intelligenz, die alles Leben durchdringt und lenkt.

Ganz konkret bedeutet Vertrauen die Gewissheit, dass alle unsere Erfahrungen einen tieferen Sinn haben, den zu erforschen und zu erkennen wir immer wieder von der geistigen Welt zu eingeladen werden. Nicht wissend, was die Zukunft bringt, können wir dennoch davon ausgehen, dass sich alles zu unserem Wohle entfalten wird, auch dann, wenn vieles ganz anders sein wird als wir es uns jetzt vorstellen. Die Vorstellung wird von unserem Geist gesteuert und hindert uns an unserem Vertrauen in unser Wohl.

Geduld erwächst aus Vertrauen. Sie zeigt sich in einer inneren Ruhe und Gelassenheit, mit der wir die Entwicklung der Dinge abwarten können anstatt ängstlich unter Druck zu stehen um alles zu kontrollieren.

Ungeduld zeigt Mangel an unser Vertrauen, während Geduld die Tiefe unseres Vertrauens zeigt. Diese Ungeduld ist entstanden in einer Zeit unseres Heranwachsens. Geboren wurden wir als Kind mit einem unerschütterlichen Vertrauen. Dieses Vertrauen ging im weiteren Leben nach und nach verloren - durch

negative Erfahrungswerte. Und es wurden andere " Vertrauensenergien" aufgebaut - eine Abhängigkeit vom Geld ( Reichtum ) , eine Abhängigkeit von Personen

( geliebten Menschen, Beziehungen die man benötigt um sich ganz / heil zu fühlen ) oder man macht sich abhängig von Orten und Werten ( Arbeitsplatz, Arbeit, Ehre, Anerkennung, Lob ).

Verändert sich etwas von außen an den selbstgeschaffenen Haltepunkten der Abhängigkeit fühlt man deutlich Verlustängste. Man fühlt diesen Verlust als Bedrohung.

Die persönliche " Ich Absicherung " gerät ins Wanken. Erkennen wir Menschen dies, dass wir gar nicht so mächtig sind, wie wir uns fühlten, können wir beginnen, unsere eigenen Persönlichkeit zu entwickeln, unsere " Ich - Überheblichkeit " zu reflektieren. Aus dieser Situation heraus besteht nun die Möglichkeit, sich von falschen Vorstellungen über Vertrauen und Abhängigkeit zu lösen, zu erkennen, dass sein Verlangen, seine Begehren und seine Erwartungen aus Mangel an Eigenliebe und fehlendem Vertrauen entsprungen sind.

### *Gedankenanstöße aus dieser Newsletter*

Wofür wünschst du dir ganz besonders Wachstum, Entfaltung und Vertrauen ?  
Was stellt dein Vertrauen auf eine Probe ?

Das Leben wird dich immer wieder auf eine Probe stellen. Wenn du hin und her gerissen bist zwischen schlimmsten Befürchtungen und sehnsuchtsvollen Hoffnungen - nimm dir etwas Zeit, um dir beides innerlich vorzustellen : den befürchteten und den ersehnten Ausgang.

Durchlebe wirklich beides, und achte genau darauf, wie du dich jeweils am Ende fühlst.

Dann atme tief durch und lasse beide Möglichkeiten los. Übergib den tatsächlichen Ausgang ganz der Weisheit des Lebens. Wenn es noch etwas zu tun gibt, tue es mit Gelassenheit. Wenn alles getan ist, lasse innerlich los und schaue einfach geduldig zu, wie das Leben sich entfaltet.

Und *vertraue* darauf, es wird deinem Lebensplan entsprechend sich entfalten, genau so , wie sich eine Pflanze gemäß ihres Bauplanes vom Samen zur Blüte entfaltet.