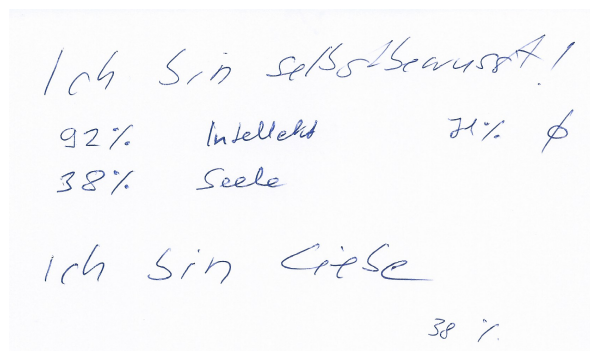




Drei Arten des Selbstbewusstseins

Es gibt drei Bereiche des Selbstbewusstseins, woraus sich spezifisches Selbstvertrauen entwickelt:

→ Erstens das Sich-Bewusst-Sein im Körper: Im ersten Drittel des Lebens wird vorwiegend das Selbstvertrauen in den Körper aufgebaut. Je nach körperlicher Ertüchtigung lernen wir die Möglichkeiten und Grenzen des Körpers kennen, sind uns seiner Chancen bewusst. Sportbegeisterte haben oft bis ins hohe Alter hinein ein physisch starkes Selbstbewusstsein, vor allem, wenn sie den Körper täglich trainieren.

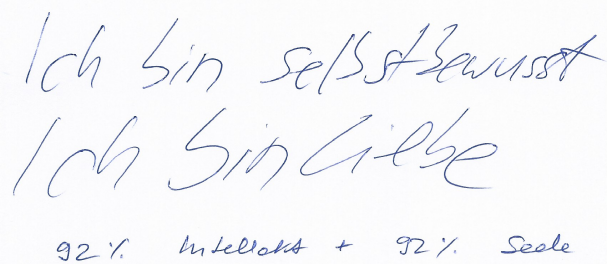


→ Im zweiten Drittel des Lebens geht es meist um das intellektuelle Selbstvertrauen. Wir finden heraus, was wir mit dem Verstand erreichen können: Denken, analysieren, kombinieren, organisieren, referieren, erschaffen, usw.

Erfolgreiche Menschen, die sich mentale Herausforderungen gewohnt sind (wie die Klientin mit ihren Aussagen nebenan), können ein starkes, intellektuelles Selbst-

bewusstsein aufbauen. Trotzdem werden sie kein fundiertes, ganzheitliches Selbstvertrauen erzielen, wenn nicht die Seele miteinbezogen wird. Die Klientin mit 92% Selbstbewusstsein im Intellekt wusste sehr genau, dass sie fähig wäre, stundenlang konzentriert vor Publikum zu moderieren, aber das mangelnde Selbstbewusstsein in der Seele (38%, gleich viel wie das Bewusstsein „Ich bin Liebe“) schwächte sie emotional und führte zu starkem Lampenfieber.

→ Dank der Lebenserfahrung im Ausprobieren von körperlichen und mentalen Möglichkeiten wird meist v.a. im dritten Lebensabschnitt die Frage gestellt: Wer bin ich wirklich, im Innersten, im Herz, in der Seele? Diese Frage kann vielfältig beantwortet werden, denn wir sind alle einzigartig. Wenn sich aber die Seele darüber klar wird, aus welchem „Material“ sie im Grunde genommen besteht, **nämlich aus Liebe**, dann stärkt diese erleuchtende Selbst-Erkenntnis das Selbstbewusstsein der Seele so sehr, dass die Seelenkraft dem Intellekt ebenbürtig wird (siehe Resultat dieser Bewusstseins-Veränderung im obigen Schriftbild derselben Klientin).



Ein einseitiges Forcieren jeglicher Selbstbewusstseins-Art ist ungesund und führt zu Diskrepanzen, Leere und Unfrieden. Wir brauchen sowohl ein gutes Gefühl im Körper, Selbstvertrauen in den Verstand wie auch ein liebevolles Selbstbewusstsein in der Seele. Dann kann ganzheitliche Heilung in allen Bereichen geschehen, die Freude an sich selbst herrscht und die Liebe übernimmt das Kommando.