

MUT

maas

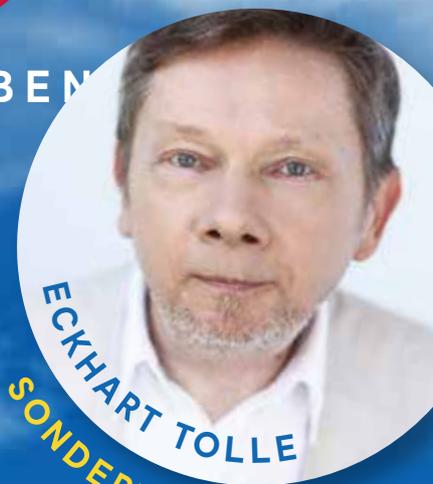
© Anita Ueas

IMPULSE FÜR EIN ERFÜLLTES LEBEN

No.12

MUT

Maas THEMENBAND No. 12



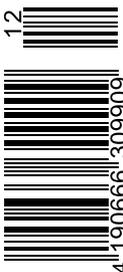
ECKHART TOLLE
SONDERTEIL

Wer wagt,
gewinnt.

Überwinde die Angst
und lebe *dein Leben.*



D 9,90 EUR
AT 10,90 EUR
CH 15,50 CHF



MIT BEITRÄGEN VON

WWW.MAAS-MAG.DE

ROBERT BETZ · SABINE ASGODOM · JOHN STRELECKY
BEATE HOFMANN · TOBIAS BECK · GERALD HÜTHER

MUTIGE MENSCHEN

—
ROBERT BETZ



VERÄNDERN DIE WELT

Hältst du dich für einen mutigen Menschen?
Was in deinem Leben erforderte von dir schon einmal mutiges Handeln oder eine mutige Haltung?



Mit ›Mut‹ verbinden wir meist besondere Heldentaten, bei denen Einzelne etwas riskierten, oft sogar ihr eigenes Leben. Darum denken die meisten: »Dazu gehöre ich doch nicht. Ich bin nicht mutig. Dafür habe ich viel zu viel Angst.«

In Wirklichkeit gibt es sehr viele mutige Menschen unter uns, über die keine Zeitung berichtet, weil sie mutig im Stillen wirken in ihren Familien, Vereinen, Firmen und Organisationen und die alle auch Angst kennen. Diese Menschen können uns ermutigen, selbst die Kraft zu schöpfen und mutig unseren ganz eigenen Weg in unserem Leben zu gehen, anstatt uns dem angstvollen Verhalten des ›Normalmenschen‹ anzupassen. Dieser steckt voller Ängste, unangenehm aufzufallen, kritisiert, verurteilt und ausgegrenzt zu werden. Wenn wir uns jedoch von unseren Ängsten steuern lassen, gibt es am Ende unseres Lebens ein bitteres Bedauern mit Gedanken wie »Hätte ich doch nur den Mut gehabt ...«

Da du ein solches Ende deines Lebens vermutlich nicht willst, empfehle ich dir, dich — angeregt durch dieses Mutmacher-Magazin *maaS* — gründlich mit dem Thema ›Mut‹ zu beschäftigen. Den benötigst du nämlich, um gut durch diese uns so bewegenden Zeiten des großen Wandels zu kommen, in denen viele innerlich stehen bleiben auf ihrem Weg und das Interesse, die Neugier und die Liebe zum Leben und insbesondere auf ihr eigenes Leben verlieren.

MUT FÄLLT NICHT VOM HIMMEL

In dieser Zeit kochen viele alte Gefühle hoch, die wir selbst schon in der Kindheit erschaffen und von anderen übernommen, dann aber jahrzehntelang nach innen verdrängt haben. Dazu gehören Angst, Ohnmacht, Wut u.v.a. Mut fällt nicht vom Himmel. Für den Mut im Leben braucht es klare Entscheidungen, die die meisten Menschen nicht treffen. Lieber harren sie aus, strengen sich an, halten durch. Und sie glauben, sie hätten zu viel Angst, um mutige Entscheidungen zu treffen. Dabei übersehen sie, dass gerade ihre Angst die Tür ist, durch die sie gehen dürfen und können, um sie zu überwinden und zu Vertrauen, Kraft und Mut in ihrem Leben zu gelangen. Es ist die Angst des Kindes in uns vor dem, was passieren könnte, wenn wir uns neu entscheiden und auf unser eigenes Herz hören anstatt darauf, was die anderen denken und tun. Du als Erwachsener kannst den Mut fassen, dich diesen Ängsten des Kindes in dir zu stellen und anzufangen, sie bewusst und bejahend für dein Kind zu durchfühlen, anstatt dich täglich davon abzulenken.

DER MUTIGE MENSCH NUTZT SEINE ÄNGSTE ALS STEIGBÜGEL, UM SICH KRAFTVOLL IN DEN SATTEL DES LEBENS ZU SETZEN UND SEINE ZÜGEL IN DIE HÄNDE ZU NEHMEN.

DIE MACHT DER ENTSCHEIDUNG

Solange wir keine bewussten Entscheidungen treffen, in welche Lebensrichtung wir unser Lebensschiff steuern wollen, schlingert es ohne klaren Kurs auf dem Meer des Lebens dahin, mal hierhin, mal dorthin geworfen. Keine Entscheidung zu treffen — zum Beispiel aus der Angst, eine falsche Entscheidung zu treffen — ist jedoch auch eine Entscheidung, die Folgen hat und für die wir unsere Verantwortung übernehmen dürfen.

Im Treffen von Entscheidungen liegt eine Macht. Es ist unsere Schöpfermacht, die Macht, aus unserem Leben dies oder jenes zu machen. Da jedoch viele ›Macht‹ nicht gut finden und ablehnen, treffen sie unbewusst eine fatale Wahl: Sie wählen das Gegenteil. Und das heißt: Sie wählen ›Ohnmacht‹ und fördern hierdurch ihre Mutlosigkeit. Frage dich selbst: Wie oft und wem gegenüber hast du dich in den letzten Jahren schon ohnmächtig und handlungsunfähig gefühlt, ja manchmal wie gelähmt? Öffne dich dem Gedanken, dass du dir diese Erfahrungen selbst erschaffen hast durch die unbewusste Ablehnung deiner Schöpfermacht. Und dass in jeder

dieser Erfahrungen ein hoher Wert liegt, ja ein Schatz. Wenn du diesen Schatz jedoch heben und aus deinen Erfahrungen lernen willst, dann wertschätze sie. Sie alle haben dir auf deinem Weg zu einem bewussten, mutigen und liebenden Menschen gedient. Und entscheide dich neu: für den Mut und für die Macht, aus deinem Leben das Allerschönste zu machen.

Auch wenn dein Verstand sich noch sträuben mag: **Von Natur aus ist dir Macht gegeben. Es ist die Kraft und Energie, etwas zu machen.** Macht ist also weder gut noch schlecht genauso wenig wie ein Küchenmesser, mit dem man Tomaten schneiden oder jemanden umbringen kann. Würdest du zum Küchenmesser sagen: »Du böses Küchenmesser!«? Wohl kaum. Wenn wir unsere Schöpfermacht beanspruchen und Ja dazu sagen und sie mit der Liebe unseres Herzens anwenden, können wir damit sehr schöne Dinge erschaffen und das Allerbeste aus unserem Leben und unserer Welt machen.

Denn auch die Liebe ist eine machtvolle Energie, auch wenn sie noch häufig belächelt wird. Sie ist die größte Macht im Himmel und auf Erden. Sie ist es, die jetzt all das aufdeckt, was nicht der Liebe und der Wahrheit entspricht, und jetzt wie ein Meteor durch alle Menschen, Beziehungen und alte Strukturen schießt und aufräumt. Wir stehen jetzt an der T-Kreuzung der Zeit, wo es nicht mehr geradeaus weiter geht wie bisher. Jeder muss sich jetzt entscheiden: Gehe ich weiter in den alten Schuhen der Verurteilung, Ausgrenzung und Ablehnung dieser Welt und seiner Menschen? Oder traue ich der Liebe etwas zu und gehe mutig und vertrauensvoll in das Bewusstsein eines liebenden Schöpfers hinein und gelange so aus der selbst erzeugten Ohnmacht zu Handlungsfähigkeit und Mut. Dieser Mut steckt schon im Wort „Ver-trauen“. Trau dich was! Trau dich, auf die Stimme deines Herzens, auf deine Intuition zu vertrauen. Sie sagt dir genau, was sich gut, rund, freudvoll und stimmig anfühlt. Trau dich zu vertrauen, dass du auf diesem Herzensweg machtvoll unterstützt und bestens geführt wirst. Traue dich anzunehmen, dass dein Verstand noch gar nicht weiß, wer du wirklich bist und was alles in dir steckt an Schätzen und was für ein Schatz, welch göttlich-großes und wunderbares Wesen du von Natur aus bist.

HAB DEN MUT ›NEIN‹ ZU SAGEN

Keiner von uns hat in Kindheit und Jugend gelernt, »Nein« zu sagen, denn wir waren abhängig von anderen und brauchten ihre Zuwendung und Liebe. Aber als erwachsener Mensch dürfen, ja müssen wir dies lernen, wenn wir unser Herz nicht ständig verraten und uns selbst verlassen wollen. Jeder von uns hat schon oft in seinem Leben dort ›Ja‹ gesagt, wo er eigentlich ›Nein‹ sagen wollte. Auch hier war es das kleine ängstliche Kind in uns, das uns steuerte. Mach dir bewusst und schau dir mutig an, wo und wie oft du schon dein Herz und damit dich selbst verraten hast. Wo du heute sagst: »Ja, eigentlich wollte ich dies oder jenes, aber ...«.

Wenn du *DEIN* Leben leben willst und am Ende nicht voller Bedauern darauf zurückschauen willst, dann trau dich, dort ›Nein‹ zu sagen, wo sich für dich etwas nicht stimmig anfühlt. Mach das schmerzhafteste Spiel der Verurteilung und Projektion nicht mehr mit. Löse dich aus den Verstrickungen mit den Schlüsselpersonen deines Lebens (Vater, Mutter und Geschwister) und mache in dir Frieden mit ihnen. Spüre, wie der junge Adler, der unter Hühnern aufwuchs und dem niemand sagte, dass er von Natur ein Adler ist, die Sehnsucht deines Herzens danach, deine Flügel auszubreiten und deine tiefste Wahrheit zu erfahren und zu leben. Fasse den Mut, dir deine Ängste anzuschauen und sie bewusst und liebend zu durchfühlen.

Unser Leben ist als eine Reise gedacht, aus dem Nichtwissen, dem Unbewusstsein über das, was wir sind, hin zu unserer tiefsten Wahrheit und der Erkenntnis, dass wir machtvolle Wesen der Liebe sind mit einem Herzen, in dem alles Wissen vorhanden ist. Triff die Wahl, auf dieses Herz zu hören und auf die Macht der Liebe zu vertrauen.



Robert Theodor Betz ist einer der bekanntesten Psychologen, Seminarleiter, Speaker und Autoren im Bereich der psychologischen und spirituellen Lebenshilfe. Seit über 20 Jahren auf seinem Weg trifft er jährlich live über 25.000 Menschen in Vorträgen und Seminaren im deutschsprachigen Raum. Seine Wahlheimat ist die griechische Insel Lesbos, wo er seit 16 Jahren Urlaubsseminare und Ausbildungen durchführt.

www.robert-betz.com

Wer niemals Nein sagt,
sagt auch niemals Ja.
Wer nie zu sein wagt,
ist nicht dort noch da.

Wer nicht sich selbst liebt,
liebt auch sonst nicht viel.
Wer sich nicht ganz gibt,
der verliert das Spiel.

Wer keinem Weg traut,
traut auch keiner Hand.
Wer nicht auf Fels baut,
den verschlingt der Sand.

Doch wer im Jetzt lebt,
webt das Glück hinein,
Wer nach dem Sinn strebt,
taucht ins Leben ein.

Und wer vertraun kann,
kann auf Hilfe baun -
sieht er sich selbst an,
wird er tiefer schauen ...

Wer dann den Sprung wagt,
wagt ihn nicht allein,
und wer ganz JA sagt,
dem erblüht das Sein.

VON ANDREA GEGNER

AUS »LEBEN IST
WANDEL – GEDICHTE UND
BILDKREATIONEN«

—
WWW.ANDREAGEGNER.DE