



Vergib dir selbst, lass die Vergangenheit los und beginne ein neues Kapitel in deinem Leben

Wie oft hörte ich mich und andere Menschen sagen: „Hätte ich doch damals...“, „wenn ich damals nicht...“ oder „wäre ich doch nicht...“, „ich hätte es anders und besser machen müssen“ und versinken regelrecht in Selbstmitleid und Anklage.

Viel schlimmer noch machen wir uns Vorwürfe, und fühlen uns entweder schuldig oder gar als Versager! Wir züchten regelrecht Schuldgefühle und Gefühle der Selbstverurteilung heran.

Doch wem ist damit gedient?

Würde die Liebe wollen, dass du so mit dir selbst umgehst? Solange du all das als Fehler betrachtest und dich dafür verurteilst steckst du in der Vergangenheit fest und das bindet ungemein viel Energien, die du im Hier und Jetzt wesentlich sinnvoller und kreativer für dich selbst einbringen kannst.

Der innere Kritiker redet dir ständig ein, dass du es hättest besser machen können. Doch ist das wirklich so? Entspricht dies der Wahrheit?

Nein!

Erkenne, dass du zu jederzeit immer nur dein Bestes getan hast, und vergib dir somit deine unwahren Gedanken. Wir bekommen Lektionen, um daran zu wachsen und uns weiterzuentwickeln. Jede Lektion wiederholt sich solange, bis wir sie wirklich verstanden und dementsprechend in unser Sein integriert haben. Dass wir dabei auch immer mal wieder stolpern und fallen ist allzu menschlich und darf auch sein.

Gerade hierbei ist es ungemein wichtig sich immer wieder liebevoll anzunehmen anstatt sich selbst streng zu verurteilen. Jeder Mensch tut zu jeder Zeit das für ihn Richtige, wüsste er es besser, würde er es bestimmt auch anders machen. Hinterher bist du immer schlauer und genau dazu diente diese Lernerfahrung und all deine vermeintlichen Fehler, die du begangen hast.

All diese Erfahrungen machen den Menschen aus, der du heute bist. Willst du glücklich sein und liebevoll mit dir selbst umgehen, ist es an der Zeit, dir all deine vermeintlichen Fehler zu vergeben. Sie dienen dir als wertvolle Hilfestellung auf dem Weg zur Erkenntnis.

Je eher es dir möglich ist das zu akzeptieren und anzunehmen, umso leichter ist es dir möglich dich von den Altlasten aus der Vergangenheit zu befreien, den jetzigen Moment zu leben und bewusst zu gestalten.

Du kannst deine Vergangenheit nicht mehr verändern, von daher macht es wenig Sinn daran festzuhalten. Jetzt kannst du dein Leben mit all deinen Erfahrungen neu gestalten. Wenn du willst, dass das Leben nicht an dir vorbeizieht dann tue dir selbst den Gefallen und lass die Vergangenheit los.

Hör auf dich selbst zu sabotieren und zu bemitleiden.

Vergib dir selbst und allen anderen beteiligten Personen. Jeder hat sein Bestes getan, um daraus zu lernen und daran zu reifen. Einzig die Vergebung und das Loslassen macht dich frei!

Wenn du dich selbst mit all deinen vermeintlichen Fehlern voll und ganz annehmen und lieben kannst, dann siehst du auch bei anderen Menschen keine Fehler mehr.

Du erkennst, dass alles sein darf und der eigenen Selbsterkenntnis dient. Liebe bedeutet nämlich auch, andere Menschen ihre Fehler und Erfahrungen zuzugestehen, sich in Mitgefühl, Vergebung und Verständnis zu üben und sie so sein zu lassen, wie sie nun einmal sind.

Wenn wir in der Liebe sind, können wir niemanden für seine Unbewusstheit verurteilen.

Fehler zu begehen kann sehr schmerzhaft sein, doch mit der Zeit stellst du fest, dass sie eine Ansammlung von Lehren sind, die dir das Leben als Lektion geschickt hat und der Mensch nun einmal durch Schmerzen am meisten dazulernt und sich weiterentwickelt.

Niemand von uns ist perfekt und unfehlbar! Wir leben jetzt gerade auf diesem Lernplaneten, wo unsere Seele diese Erfahrungen machen möchte, um zu wachsen.

Vergib dir selbst all die Schubladen, in die du dich selbst und andere gesteckt hast. Verschiebe deine Wahrnehmungen von Fehler, Kritik und Schuldzuweisungen in Richtung Liebe, Verständnis und Vergebung.

So kannst du freier und unbeschwerter wieder nach vorne schauen, den Moment genießen und ein neues Kapitel in deinem Leben beginnen.

Es ist nun an der Zeit, dem Leben eine neue Richtung zu geben. Möge ganz viel Heilung geschehen, indem du deine inneren Wunden heilst, die Vergangenheit loslässt und inneren Frieden findest.



Namastè