Deinen Thron einnehmen - Das Krönungsseminar

18.-20.01.2019 - Tantra, Resilienz und Reichtumsbewusstsein

Die Prinzipien der Schöpferqualitäten

Eine der wesentlichen Eigenschaften des Menschen ist seine Schöpferkraft. Etwas zu erschaffen, kreativ zu sein, erfüllt uns mit Zufriedenheit. Schon Kinder sind unermüdlich in ihrer Schaffenskraft beim malen, basteln und Sandburgen bauen. Im Prinzip erschafft jeder Mensch sein eigenes Leben. Je bewusster und eigenverantwortlich wir mit unserer Schöpferkraft umgehen, desto mehr Freude und Fülle können wir in unseren Alltag holen.

Jeder Mensch entwickelt auf Grund seiner eigenen Lebenserfahrung in Verbindung mit seinen individuellen Talenten seine eigenen Schöpferqualitäten. Diese werden wir während des Seminars bewusst anschauen und herausfinden, wie du sie am Besten einsetzen kannst. Wir greifen dabei auf die Lehren des Tantra und des Taoismus zurück, die in der Sexualenergie das größte Potential an Schöpfungsenergie sehen. Aus der Beckenenergie kann Leben entstehen! Mit speziellen tantrischen Übungen kann diese Energie kanalisiert werden, um aktiv etwas zu bewegen.

Auf dieser Seite stellen wir Prinzipien der Schöpferqualitäten vor, die wir sukzessive ergänzen.

Schöpferqualitäten-Prinzip 1:
Das Annehmen der Gegenwart ist die Basis für das Erreichen deiner Ziele

Viele Menschen formulieren in der Neujahrsnacht Ziele und Wünsche, als wären sie im kommenden Jahr ein anderer Mensch. Warum hat es mit dem Abnehmen, mit dem Rauchen aufzuhören oder mit mehr Geld verdienen bisher nicht

geklappt und warum soll es plötzlich im neuen Jahr ganz anders sein? Du bist weiterhin der gleiche Mensch, wie heute. Du veränderst dich nicht, indem du versuchst etwas anderes zu sein, als du bist.

Wenn du dir aber gestattest, in dem was du bist, ganz anzukommen, genau anzuschauen, was gerade ist, dann werden deine Schöpfungskräfte von selbst frei gesetzt. Um ein Ziel zu erreichen, muss klar sein, von wo aus du startest.

Deshalb ist es so wichtig, in allen Bereichen, in denen du dir eine Änderung wünscht, eine glasklare Bestandsaufnahme zu machen. Ich möchte dich dazu ermutigen, auch die "blinden Flecken" bis in den letzten Winkel zu beleuchten.

Beispielsweise beim Thema Rauchen: Was ist es wirklich, das dich zur Zigarette greifen lässt? Wieviel Geld gibst du dafür aus? Wie beeinträchtigt Rauchen deine Gesundheit? Was gefällt dir am Rauchen?

Oder beim Thema Abnehmen: Was mag es sein, was du über das Essen kompensierst? Was hält dich davon ab, mehr Sport zu machen? Welche Umstände lassen dich zu Süßigkeiten greifen? Was stört dich an deinem Gewicht?

Oder beim Thema Geld: Wie hoch sind deine Schulden wirklich? Wofür gibst du dein Geld aus? Was kommt rein, was geht raus? Bist du es dir wirklich wert, mehr Reichtum zu empfangen? Was bereitet dir Sorgen? Welche Gefühle sind mit Geld verbunden?

Wahrscheinlich wirst du bei der Bestandsaufnahme peinliche Entdeckungen machen. Vielleicht manchmal auch freudige Überraschungen. Das wichtigste aber ist: Du weißt, wo du stehts. Du bringst Licht in bisher ausgeblendete Bereiche. Dein Bewusstsein findet wieder festen Boden, von dem aus es dich unterstützen kann. Dein inneres Navigationsgerät hat einen Ausgangspunkt, von dem aus es deine Ziele ansteuern kann.

Ich lade dich adzu ein, ganz in deiner Gegenwart anzukommen, um zu wissen, wer du wirklich bist und wo du stehst. Deine Schöpferkräfte werden irritiert, wenn du versuchst, etwas anderes zu sein, als du bist.

Schöpferqualitäten-Prinzip 2:
Mit Fokussierung auf deine Ziele deine schöpferische Kraft aktivieren

Beim letzten Denkanstoß für das neue Jahr habe ich dir das erste Prinzip für deine Schöpferqualitäten vorgestellt: Das Annehmen der Gegenwart als Basis für das Erreichen deiner Ziele. Im heutigen Denkanstoß geht es um die Fokussierung auf deine Zielvorstellungen..

Viele Menschen folgen bei der Festlegung von Zielen nicht der Freude sondern der Frustration: “Ich muss dringend ein paar Kilo abnehmen”, “Ich will endlich mit dem Laster des Rauchens aufhören.” oder “Ich will nicht mehr alleine sein.”

Ziele zu setzen ist wichtig, damit dein inneres Navigationssystem - dein Verstand und dein Denker - dein ganzes System in die gewünschte zukünftige Realität in Bewegung setzt. Ansonsten kann er sich leicht verirren und greift auf das zurück, was er schon kennt. Um dich weiterzuentwickeln, um eine veränderte Zukunft zu erschaffen, brauchst du die Zugkraft von klaren, präzisen und messbaren Zielen. Diese Polarität zwischen der Gegenwart und den Zielen in der Zukunft schafft eine schöpferische Spannung in dir. Um diese zu lösen könntest du natürlich einfach das Ziel loslassen. Das kennen wir alle: Viele der am Jahresanfang gefassten Zielsetzungen sind bereits nach kurzer Zeit vergessen.

Der erfolgreichere Weg die Spannung zu lösen, ist es aber, dich langsam aber stetig vom Ziel anziehen zu lassen. Dafür muss das Ziel aber so attraktiv und so stark in deinem Unterbewusstsein verankert sein, dass dein innerer Fokus immer wieder auf die Ziele gelenkt wird.

Das Festlegen von Zielen alleine ist deshalb nicht sehr erfolgsversprechend. Du musst zusätzlich dein inneres Feuer, deine mentale Schöpferkraft aktivieren, um sie wirklich zu erreichen. Es braucht also starke Motivationskräfte. Die stärksten sind: Freude, Visualisierung und Sinnhaftigkeit.

Der Freude folgen

Verbinde deine Ziele mit etwas, was in dir freudige Gefühle auslöst. Suche dir z.B. Freunde, mit denen du gemeinsam Sport machst, um Pfunde abzutrainieren. Lege jeden Tag das eingesparte Geld für nicht gekaufte Zigaretten sichtbar in ein Gefäß auf dem du notiert hast, was du dir dafür leisten willst. Suche dir Gelegenheiten und Orte heraus (z.B. Seminare, Events, Vereine usw.) bei denen du deine Lieblingsaktivitäten durchführen kannst und dabei neue gleichgesinnte Menschen treffen kannst.

Mit Visualisierungen für deinen Verstand Realitäten schaffen

Dein Verstand kann nicht wirklich zwischen Visualisation und Realität unterscheiden, wenn deine Zielvorstellung mit intensiven Gefühlen verbunden sind. Sobald du tief in deine Vorstellungskraft eintauchst und dich mit deinen ganzen Zellen der Freude hingibst, deine Ziele zu erreichen, dann glaubt dein Bewusstsein, dass es Wirklichkeit ist. Stelle dir also in allen Einzelheiten die positiven Ergebnisse vor, wie du aussehen oder dich fühlen wirst, wenn du dein Ziel erreicht hast.

Gründe, wofür du das Ziel erreichen willst

Als intelligente und fühlende Wesen fragen wir uns ständig: “Wofür tue ich das eigentlich?”. Die Sinnhaftigkeit ist nämlich viel stärker als das eigentliche Ziel. Die Frage nach dem “wofür” entfacht in dir die Schöpferenergie. Es ist also wichtig eine Vision zu haben. Das, wofür es sich lohnt, morgens mit voller Tatendrang aus dem Bett zu springen.

Im besten Falle könnte das eine Lebensvision sein: Das, was nur du als einzigartiges Wesen mit deinen speziellen Qualitäten und Lebenserfahrungen in die Welt bringen kannst. Es kann aber auch eine zielbezogene Vision sein, wie z.B. die größere Attraktivität für dich selbst und für andere, wenn du dein Zielgewicht erreicht hast. Oder wie gesund du dich fühlst, wenn du aufgehört hast zu rauchen. Finde also heraus, “wofür” du dein Ziel wirklich erreichen willst.

Verantwortung für die Fokusierung auf deine Ziele übernehmen

Die Fokusierung auf das Erreichen deiner Ziele benötigt deine 100%ige Selbstverantwortung für deine Erfolgsroutine. Damit sich eine Zugkraft in Richtung deiner Ziele entwickeln kann, ist es wichtig in den ersten Wochen täglich “dran zu bleiben”. Schaffe dir deshalb ein tägliches Zeitfenster, in dem du deine Ziele visualisierst und mit allen Gefühlen in sie eintauchst. Etabliere Erinnerungen an deine tägliche Erfolgsroutine, wie z.B. einen Zettel am Badezimmerspiegel, ein Erfolgstagebuch, einen Terminhinweis auf deinem Handy usw. Übernimm die volle Verantwortung, um auch im Trubel des Alltags, immer wieder an deine Zielvorstellungen zu denken.

Copyright der Bilder:

© Ralf Lieder (eine Verwendung dieser Bilder außerhalb dieser Seite ist nicht erlaubt)