

**Beherzt - leben – lieben – lernen**  
**Impulse vom 10.7.2018**



**Grenzen**  
**die verbinden**

Jeder Mensch hat seinen eigenen, einzigartigen Seelen- oder Identitätsraum, der durch eine Grenze geschützt ist. So wie jedes Teil eines Puzzles anders ist, ist auch der Seelenraum eines jeden Menschen anders und einzigartig. Es ist der Raum in dem wir zuhause sind.

Die Frage ist nur, ob wir diesen Raum auch ganz bewohnen, oder ob wir in diesem eigenen Seelenraum andere beherbergen oder darin regieren lassen.

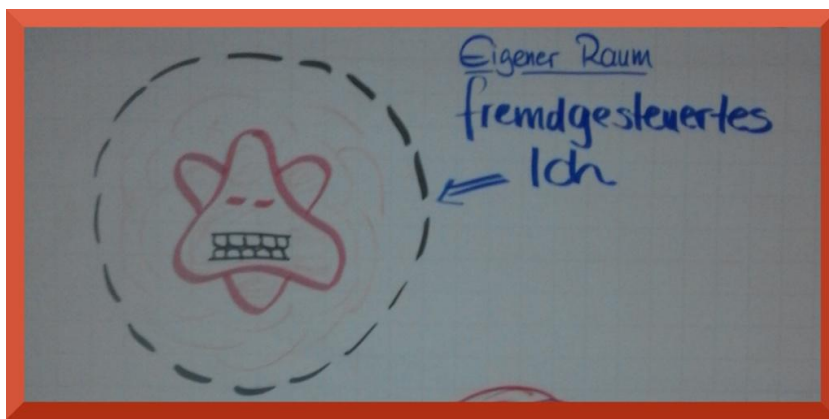
Sollte letzteres der Fall sein, dann liegt es sehr nahe, dass wir uns unbewusst genauso verhalten und selbst in fremden Seelenräumen uns nützlich machen, oder dort gar glauben, Regie führen zu müssen.

Dies kann alle Bereiche des Lebens, in denen wir in Beziehungen stehen oder standen, betreffen. Beispielsweise Eltern, Großeltern, Geschwister, Partner/in, Ex-Partner/in, Kinder, Arbeitskolleg/innen, Freunde, Geschäftspartner/in, o.a. Personen wichtiger Begegnungen.

**Indikatoren** für derartige, meist unbewusste Verhaltensweisen sind:

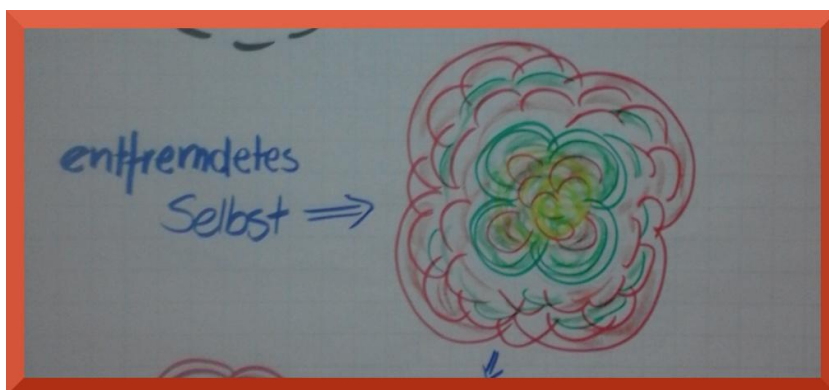
- Dass die Interessen anderer uns wichtiger sind, oder uns mächtiger erscheinen, als die eigenen,
- oder es uns ganz recht ist, die Verantwortung für das eigene Leben abzugeben zu können,
- aber auch, wenn wir uns belastet und blockiert fühlen.

In obigen Fällen ist zu vermuten, dass man **andere im eigenen Seelenraum beherbergt**, die dann unbemerkt das eigene Leben mitgestalten.



In den folgenden Fällen ist es sehr wahrscheinlich, dass **man sich in fremden Seelenräumen aufhält**.

- Wenn das eigene Wohlbefinden darauf aufbaut, es anderen recht zu machen,
- wenn wir andere so behandeln, dass wir für sie unentbehrlich werden,
- wenn wir von anderen erwarten, so zu funktionieren wie wir es wollen,
- oder wenn wir lieber Verantwortung für andere tragen als für uns selbst.



Beides führt dazu, dass wir nicht als die Person im Leben stehen, die wir von Natur aus sind oder sein könnten, und dass wir das eigene Potenzial damit nicht leben.

### **Verlust von Lebensenergie**

Behbergen oder nähren wir andere im eigenen Seelenraum, leben diese Menschen praktisch aus unserer Energie, die ja eigentlich für uns selbst bestimmt ist.

Halten wir uns in den Seelenräumen oder Angelegenheiten anderer auf, leben wir aus deren Energie, die ja für sie gedacht ist.

So lassen wir uns einerseits Energie rauben oder rauben andererseits anderen ihre Energie. Beides ist wenig konstruktiv und fördert Abhängigkeiten, geschieht aber vielfach unbewusst.



### **Grenzen die verbinden**

Lernen wir die eigene Grenze unseres Seelenraumes kennen und nehmen diesen Raum ganz ein, fühlen wir uns zuhause und angekommen.

Wenn wir uns darin aufhalten, sind wir mit dem verbunden was uns ausmacht und sind damit an die Kraftquelle unserer eigenen Seele angeschlossen.

In diesem Zuhause können wir uns selbst erkennen, Selbstbewusstsein und Selbstsicherheit erlangen. Wir können die eigenen Gaben und Talente entwickeln, und sie in die Welt und in unsere Beziehungen einbringen.

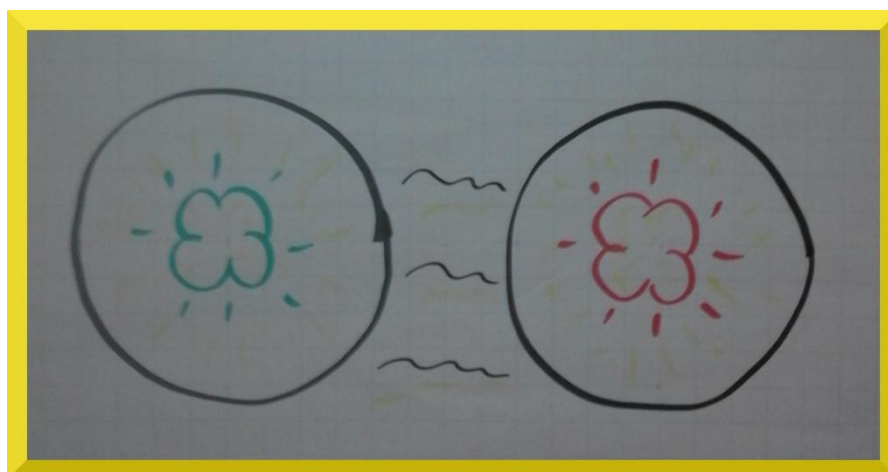


Damit sind wir bei dem was wir erleben und machen in uns selbst verwurzelt und können mit unserer unverwechselbaren Identität präsent im Leben stehen.

Wir können unterscheiden zwischen dem was Eigenes und Fremdes ist. Dadurch können wir die Einzigartigkeit und die Grenzen anderer ebenfalls erkennen und respektieren.

Nur wenn Menschen bei sich sind und, im allerbesten Sinne, ihr Eigenes kennen und annehmen, können sie eine gesunde Beziehung zu anderen leben, die beidseitig befruchtend wirkt, anstatt sich gegenseitig die Energie zu rauben.

Diese Grenzen verbinden!



## Umstände die aufmerksam machen wollen

Schauen wir auf unsere Konflikte oder körperlichen Symptome, die uns das Leben aufzeigt, dann können wir uns fragen:

- Bringe ich mich selbst ein oder verliere ich mich in anderen Menschen oder auch in dem was ich arbeite?
- Lasse ich mich ausbeuten, weil ich in mir gar nicht anwesend bin?
- Erlaube ich anderen in mir Regie zu führen?
- Bin ich vielleicht sogar froh darüber, wenn andere die Verantwortung für mich übernehmen?
- Erwarte ich von anderen, die Umstände zu erzeugen, in denen ich mich gut fühle?
- Glaube ich in Angelegenheiten anderer zuständig zu sein, obwohl ich gar nicht gefragt wurde?
- Fühle ich mich nur gut wenn ich mich für andere nützlich machen kann?
- Erwarte ich förmlich für andere nützlich sein zu können?
- Mache ich andere verantwortlich für meine Befindlichkeiten?
- Zwinge ich andere dazu, mir zu geben was ich brauche?
- Bin ich mehr bei mir in meiner Wahrnehmung, oder mehr bei anderen?

Wie sieht das bei Dir aus?

Lebst Du Deine eigene Energie?

Ich wünsche Dir, dass Du aus vollem Herzen sagen kannst:



Wenn Du dorthin finden möchtest, dann unterstütze ich Dich gerne dabei.

Herzliche Grüße



*Helmut Laber*

*„Erlaube dir das Wunder aufzuspüren, das Geheimnis, das du bist!  
Das Geheimnis - etwas, was mit Worten kaum vermittelt  
und doch plötzlich erfahren werden kann.“*