



Raum für
Selbstfindung
Helmut Laber

Helmut Laber
Heilpraktiker für Psychotherapie
Coaching ▪ Therapie ▪ Seminare
Erwin-Bosch-Ring 54 ▪ 86381 Krumbach
Tel.: 0 82 82 - 82 71 56
helmut.laber@praxis-laber.de
www.beherzt-leben.com

**Beherzt leben – lieben – lernen
Impuls vom 23.12.2021**



SELBST-verbundene Weihnacht

Bei-Sich-Sein – was immer auch im Außen geschieht

Ich grüße Dich mit einem herzlichen Grüß Gott zu Weihnachten!

Selbst-verbundene Weihnachten und eine gute Zeit!?

Wie nie zuvor stehen wir Menschen vor der Herausforderung, ganz bei sich zu sein. Groß sind die Einflüsse von außen, die täglich auf uns einprasseln.

Die Polarität der Gegensätzlichkeiten wird uns in vielen Arten angeboten, uns zu positionieren.

Doch wer positioniert sich dabei? Bin Ich es, der sich positioniert, und wer oder was ist dieses Ich eigentlich?

Konditionierungen sind wir von Beginn unseres Lebens an ausgeliefert. Was wir heute sind oder glauben zu sein, ist zu einem großen Teil das Ergebnis davon.

Doch ist dieses „Ich“, dem wir vermeintlich folgen, das wahre Wesen, mit dem wir auf die Erde in dieses Leben gekommen sind? Oder ist es nur das Ergebnis unserer Reaktionen auf bisher Erlebtes?

Selbstfindung

In meiner Arbeit mit Klienten, die mit Ihren Herausforderungen zu mir kommen, erlebe ich und die Klienten sehr deutlich, dass das, was wir glauben zu sein, doch oft nur geleitet ist aus unbewussten Reaktionen auf vergangene Ereignisse unseres bisherigen Lebens und mehr den Anforderungen anderer entspringt, als dem eigenen Selbst.

Wer nach einer solchen Erfahrung wieder eintaucht in das Leben hat neue Perspektiven und Handlungsoptionen, hat sein eigenes **SELBST** kennengelernt und sein **freies KINDLICH-EMOTIONALES-SELBST**. Hat wieder Kontakt gefunden dazu und hat mit seinem ganzen Gemüt erlebt, was Abgrenzung wirklich bedeutet:

- Beziehungen aus sich selbst zu gestalten und zu erleben
- Dadurch überhaupt erst beziehungsfähig zu sein
- Zu unterscheiden, was Ich bin und was Ich nicht bin
- Die wahren eigenen Bedürfnisse zu erkennen
- Fremde Ansprüche zu unterscheiden
- Das eigene Wesen in seiner Klarheit und Selbst-Verständlichkeit zu erleben
- Echte Antworten aus dem eigenen Selbst zu erhalten
- Die innere Führung wiedergefunden zu haben
- Dieser inneren Führung neu zu vertrauen
- Eigene Emotionen von Emotionen anderer auseinanderzuhalten
- Selbstschwächende Aufenthalte in fremden Angelegenheiten zu erkennen und zu beenden
- Und vieles, vieles mehr

Dies alles will geübt und beibehalten werden, wenn das Alte wieder sein Terrain in uns einnehmen will aus Gewohnheit.

Deshalb mein Wunsch für Dich zu Weihnachten und das Neue Jahr

- Erinnerung Dich, was Du erlebt hast in der Verbindung mit Deinem eigenen SELBST!
- Höre auf Dein freies emotionales Kind in Dir. Es kennt keine Bewertungen und trägt eine unbändige Neugier und Lebensfreude in sich. Es kann sich mit voller Überzeugung gegen Widerstände treu bleiben und durchsetzen!
- Komme immer wieder zurück zu Dir selbst, wenn Du bemerkst, dass Du Dich in den äußeren Einflüssen verstrickst. So kannst Du Dich nicht verlieren darin, behältst Deine Energie und bleibst immer handlungsfähig und kannst den eigenen Impulsen folgen, wie immer die auch sind.

Solltest Du dies noch nicht kennengelernt haben, dann hast Du jederzeit die Chance dazu. Hierfür reicht eine Online Selbstfindungs-Aufstellung völlig aus. Es bedarf dazu keiner persönlichen Anwesenheit in meiner Praxis.

Herzlichen Dank

Bedanken möchte ich mich von ganzen Herzen bei all denen, die sich meiner Begleitung anvertraut haben in den vergangenen Jahren. Euer Einlassen auf Euch selbst hat auch mich sehr, sehr bereichert.

Es war und ist mir immer eine Freude, Eure inneren Befreiungsprozesse begleiten zu dürfen.

Mögen diese Erfahrungen in euch reiche Früchte tragen und Euch durch alle Veränderungen in der Welt vertrauensvoll führen.

So wünsche ich Dir, liebe(r) Leser*in

Gesegnete Weihnachten

als die Weihe in Dir selbst von Deinem SELBST!

Und ein erfolgreiches Neus Jahr 2022

Weil Du Deinem SELBST folgst und dadurch erfolgen kann,
was Dich wirklich ausmacht!

Und nur dies ist wahrer und bleibender Reichtum!

Herzliche Weihnachtsgrüße und ein WUNDER-volles Leben.



*„Bevor der Verstand sich entschließt,
einen Schritt zu tun,
hat die Liebe den siebten Himmel erreicht.“*

(Rumi)

Helmut Laber