

Entscheidung

Manchmal sitze ich da und frage mich, was ich in diesem Moment fühle.

Tausende Fragen in meinem Kopf, die krampfhaft versuchen, ein Ergebnis zu erreichen.

Immer noch fühlt es sich leer an- keine Emotion die mir sagt, was ich gerade empfinde, kein Gefühl, das in mir aufsteigt um meinen Gemütszustand zu beschreiben.

Das sind die Momente, die mir Angst machen. Angst davor, dass meine Freude mit dem Leben zu gehen, verloren gegangen ist und Zustände aus Angst, Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit mein Glück daran hindern, mir zu sagen wie schön es ist, am leben zu sein.

Das sind die Momente, in denen ich anfange, mich über mich selbst zu ärgern und mich dafür zu hassen, was ich bisher aus meinem Leben gemacht habe.

Mehr und mehr merke ich, wie mein Körper mich darin unterstützt meine Lebensenergie zu drosseln und mein Wohlbefinden zu vernichten.

Gedanklich stoße ich immer und immer wieder an den Punkt, der mir sagt, wie leer ich mich fühle und ich fange an mit Selbstmitleid und Trauer meine Zeit zu füllen und mich nach einem anderen Leben zu sehnen.

Die Fragen in meinem Kopf versuchen sich gegenseitig zu zerstören- doch eine Frage verschafft sich schreiend ihren Weg nach draußen.

Warum kann ich nicht einfach glücklich sein?

Mehr und mehr ringe ich um eine Antwort, aber alles was ich bekomme sind weitere Fragen.

Was ist Glück?

Wer bestimmt mein Glück?

Jeder sehnt sich nach diesem Gefühl.

Viele Menschen versuchen Tag für Tag glücklich zu sein und diesen Zustand von Erfüllung und unendlicher Befriedigung zu erreichen.

Warum ist es so schwer, sich gut zu fühlen und Platz zu schaffen für dieses wunderbare Gefühl der Vollkommenheit?

Die Zeit vergeht und ich merke, wie ich immer wütender darüber werde, dass mein Befinden so rücksichtslos bestimmt wird und mir fast spürbar meine Hände fesselt.

Das Gefühl in mir wird immer stärker und mein Bewusstsein wächst, dass ich ganz alleine in diesem Raum stehe, und keiner hier ist der mir sagt, dass ich mich gut fühlen soll.

Der leere Raum, der mir so viele Fragen in meinen Kopf geschüttet hat..

Die Zeit vergeht weiter und immer noch ist keiner hier, der meinen Gemütszustand ändert.

Die Minuten gehen und die Konfrontation kommt.

Langsam merke ich wie der Raum sich unerklärlich füllt..

Er füllt sich mit einer unbeschreiblichen Wärme.

Mehr und mehr fange ich an, meinen Körper zu spüren und den Ort zu fühlen, der mich noch kurz zuvor mit Angst und Wut alleine gelassen hat.

Fast würde ich sagen, dass es gut anfühlt, mich in meinem Körper zu spüren und ich merke, wie ein Gefühl in mir aufsteigt, das mir ein Lächeln ins Gesicht zaubert.

Ohne mich nach dem 'Warum' zu fragen merke ich, wie sich langsam alle Fragen in meinem Kopf zu einem unbeschreiblichen Wohlbefinden auflösen und wie ich anfangs, meine Welt mit anderen Augen wahrzunehmen.

Ohne nur über eine Antwort nachzudenken, wird mir klar, dass ich mich dazu entschieden habe, dass es mir so geht. Ich selber habe entschieden, wie ich mich fühle.

Immer mehr sehe ich, dass meine Verantwortung mir gegenüber entscheidet, welche Worte mein Herz ausspricht und welche Aussage meine Augen treffen.

Ich alleine treffe die Entscheidung über den Zusammenhalt meiner Seele und meinem Körper und- kein Anderer!

Entscheidungen bedeuten Veränderungen, und keiner ist berechtigt, mein Leben zu bestimmen.

Die Wärme in mir ist unbeschreiblich groß und ich versuche das Gefühl zu definieren- aber keine Frage in meinem Kopf, die ich finde zu stellen, die mir eine Antwort schenkt. Das Gefühl in mit mir, das keine Fragen aufwirft und doch eine Antwort hat.

Jetzt weiß ich das die Menschen die über ihr Glück nachdenken, keines verspüren und dass Menschen deren Kopf mit Fragen gefüllt sind, keinen Platz dafür lassen, sich auch nur diese eine Antwort zu geben.

Entscheidung.

Alleine du bist in der Lage dir diese Antwort zu geben und zu fühlen.

Du alleine entscheidest dich selbst zu lieben und glücklich zu sein.

Danke, dass Ich Ich bin, denn ich habe mich entschieden zu sehen, dass glücklich sein und mit Freude durchs Leben zu gehen, eine Entscheidung ist, die das Gefühl auslöst- nicht anders herum!

Genau wie meine Entscheidung mich selbst zu lieben..!

Jetzt höre ich auf, mich nach einem anderen Leben zu sehnen und kann endlich wieder mit Liebe und Leichtigkeit meinen Weg fortsetzen.

Jetzt habe ich wieder den Blick für die Wegweiser am Rande meines Pfades die mich führen.

Sie führen mich und leiten mich sicher- Schritt für Schritt- bis zur nächsten Kreuzung.

Es sind Zeichen, die mit eigenen Worten sagen, dass ich auf dem richtigen Weg bin und mir vertrauen kann.

Ich habe vielen Zeichen in meinem Leben keine Beachtung geschenkt und bin blind gewesen für viele Hinweise die mir mein Leben geschickt hat, aber jede Erfahrung und jede daraus gewonnen Erkenntnis, bringt seine eigene Zeit mit sich.

Wichtig ist es, die Zeit dazwischen trotzdem als eine Entwicklung anzunehmen und als Vorbereitung zu sehen, für die nächste Stufe, die dein Leben dir schenkt.

Entscheide dich mit deinem Leben- Hand in Hand- deinen Weg zu gehen und glücklich zu sein.

Entscheide dich für dich und dein Leben!