

So miteinander erfolgreich sein

Die 50 häufigsten Irrtümer und Bewusstseinsfallen in unseren Beziehungen

Silvia Stiessel
Expertin für erfolgreiche Beziehungen


powerful wind - der Verlag

Empfang

Du bist LIEBE. Du bist wundervoll, voller Schönheit und Inspiration, voller Kreativität und Weisheit, voller Humor und Lebensfreude. Du bist so rein wie das Wasser aus der tiefsten Bergquelle, du bist so klar wie ein Kristall, so wertvoll wie ein Diamant, so einmalig und unschuldig wie eine Schneeflocke, so strahlend wie die Sonne, so unendlich wie der Horizont, so schillernd wie der Regenbogen, so kraftvoll und weit wie das Meer, so nährend wie der Regen, so wundergebärend und voll schöpferischer Kraft wie die Erde. Und was machst du aus dir?



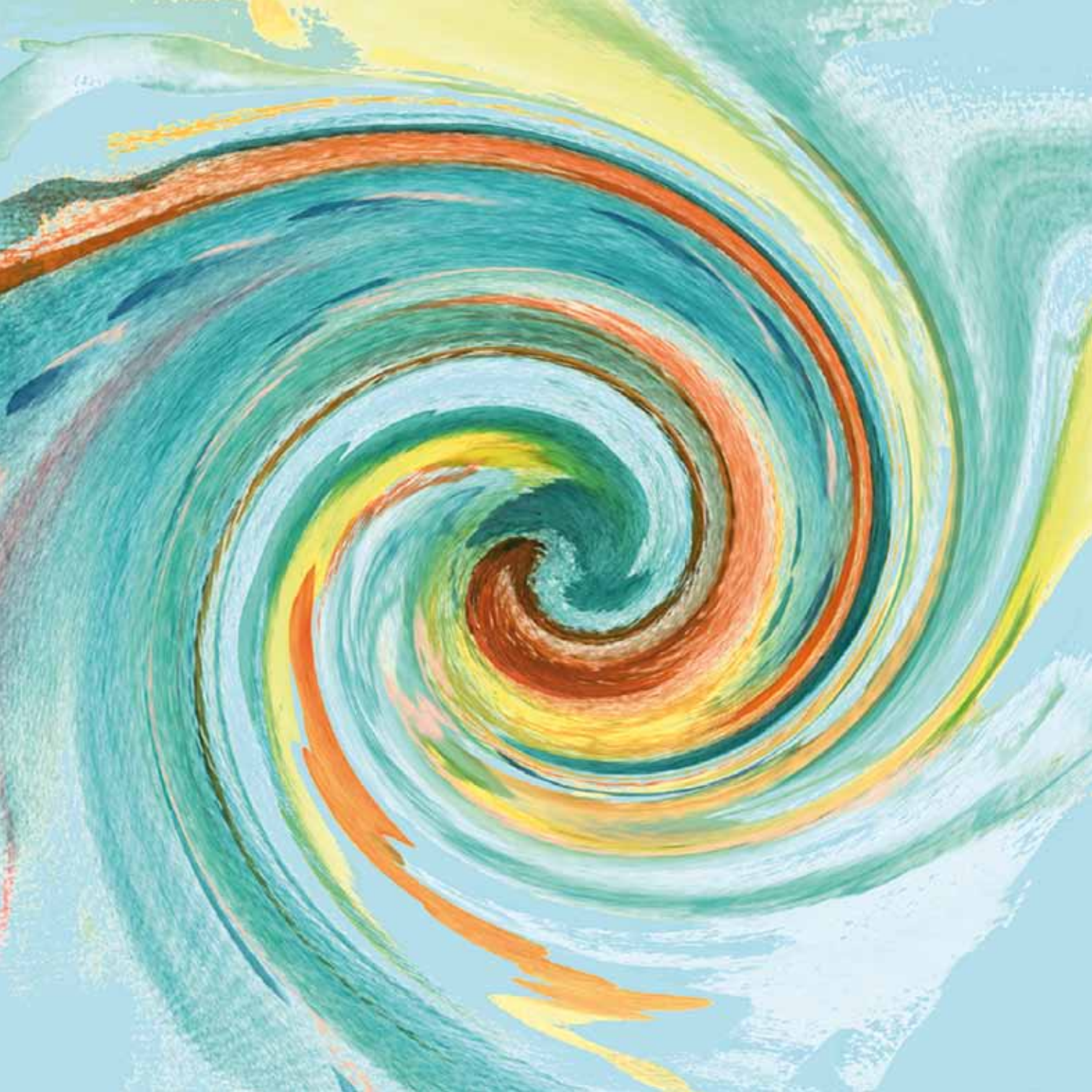
Inhalt

Vorwort	11
Was ist LIEBE?	12
Was bin ich? Was bist DU?	14
Vom Ur-Teil zum Urteil	16

Es ist ein Irrtum zu glauben, ...

01., dass wir leiden, wenn wir Schmerz fühlen.	19
02., dass Beschwerden nützlich sind.	23
03., dass LIEBE nicht ist oder wir keine LIEBE geben.	24
04., dass schmerzhaft Erfahrungen wahr sind.	26
05., dass ich „Opfer der Umstände“ bin.	29
06., dass ich mich verteidigen oder angreifen muss, damit hier nicht jeder mit oder aus mir machen kann, was er will.	30
07., dass Schmerz glücklich macht.	32
08., dass eine Beziehung aus „geben“ und „nehmen“ besteht.	33
09., dass wir LIEBE geben und/oder empfangen können, wenn wir uns „verstecken“ oder aus uns etwas machen, was wir nicht sind.	34
10., dass wir einander vor Erfahrungen beschützen können.	37
11., dass Herzensbrüche LIEBE sind.	38
12., dass wir angreifbar seien und uns vor Schmerz schützen können.	40
13., dass LIEBE etwas Besonderes ist.	42
14., dass Angriff, Verteidigung, Rückzug bzw. das Ausagieren von Emotionen wie Wut, Ärger, Angst, Hass, Groll usw. ein sorgsamer Umgang mit uns selbst ist.	45
15., dass ich Dissoziation (getrennt oder im Schmerz zu sein) auf mich beschränken kann.	46
16., dass das, was um mich herum passiert, nichts mit mir zu tun hat.	48
17., dass Schmerz stärker ist als LIEBE oder dass wir schwächer sind als unsere Angst.	50
18., dass innige Zuwendung ersetzbar ist.	53
19., dass wir beruflichen und privaten Erfolg trennen könnten.	54
20., dass Unfähigkeit wahr ist.	56
21., dass Ablehnung/Widerstand zur Lösung führt.	58
22., dass vor etwas davon zu laufen, mich vor dem, wovor ich Angst habe, bewahrt.	60

49., dass es LIEBE ist, wenn mir jemand meine Forderungen erfüllt bzw. dass ich an dem Ausmaß, in welchem mir jemand meine Forderungen erfüllt, erkennen kann, dass ich geliebt bin.	128
50., dass gesundheitsfördernde Investitionen in den Körper ein gesundes Leben bewirken.	131
Tagestipp	134
Jahreserfolgstraining	135
Der intuitive Adventskalender	136
Bildernachweis Carina Zais	137
Wissenswertes über die Wirkung der Kunstwerke	139



Vorwort

Wir haben viele Zeitalter durchlebt, die, der Jäger und Sammler, der Landwirtschaft, der Industrie, der Information und Kommunikation. Nun leben wir im Zeitalter von Bewusstsein, Bildung und Wissen.

Das, was jedes Zeitalter prägt, ist das, was uns voranbringt, was uns empor hebt zu Erfolg und Glücklichkeit. Zum Bewusstsein gehört vor allem, dass wir uns unserer Gedanken, Gefühle und Emotionen bewusst werden. „Positives Denken“ allein reicht nicht mehr aus. Hier sind wir aufgefordert, unser rationales Denken auf der Verstandsebene mit der Herz- und Gefühlsebene, von der wir uns aufgrund schmerzhafter Erfahrungen abgetrennt haben, wieder in Einklang zu bringen.

Seit 2010 erforsche ich intensiv die universellen Lebensgesetze und das Schöpferbewusstsein. Dabei habe ich die Erfahrung gemacht, dass es sehr viele Fallen und Irrtümer gibt, die uns auf der Verstandsebene angeboten werden. Diesen sind wir regelrecht ausgeliefert, wenn wir die Herz- und Gefühlsebene außer Acht lassen. Alle Bildung und alles Wissen nützen uns nichts, wenn es uns nicht gelingt, diese Fallen und Irrtümer zu überwinden.

Vielleicht – wenn du die Überschriften der Irrtümer liest – wirst du denken: „Naja, das ist doch klar, das weiß ich auch, dass das ein Irrtum ist.“ Die Frage ist: „Wozu tust du es dann, wenn du weißt, dass es ein Irrtum ist?“

Das, was es schwierig macht, aus diesen Fallen auszusteigen, ist, dass diese nicht auf der bewussten Ebene - denn dort wissen wir ja, dass diese nicht wahr sind - wirken, sondern auf uns nicht bewussten Ebenen.

Alles, was wir tun, tun wir aus einer positiven Absicht heraus, weil wir glauben, dass es uns nützt. Manchmal sind die Fallen auch sehr versteckt. Auf „den ersten Blick“ wirkt es nicht so, dass wir in diesen verfangen sind. An dem, was wir tun, was wir in unserem Leben haben, zeigt sich, woran wir glauben. Mit dem, woran wir glauben, wollen wir recht haben. Deshalb

erschaffen wir es immer wieder. Das, woran wir glauben haben wir erfahren. Wir haben gefühlt, dass es (scheinbar) so ist. Doch jede Erfahrung, in der wir nicht wieder in der LIEBE zu uns selbst angekommen sind, sondern gewählt haben zu glauben, dass anstatt LIEBE Unliebe ist (z. B. Ungerechtigkeit), ist eine unwahre schmerzhaft Erfahrung, die dazu führt, dass wir immer wieder genau das erschaffen bzw. erfahren. Das ist das Hamsterrad des „Recht haben Wollens“.

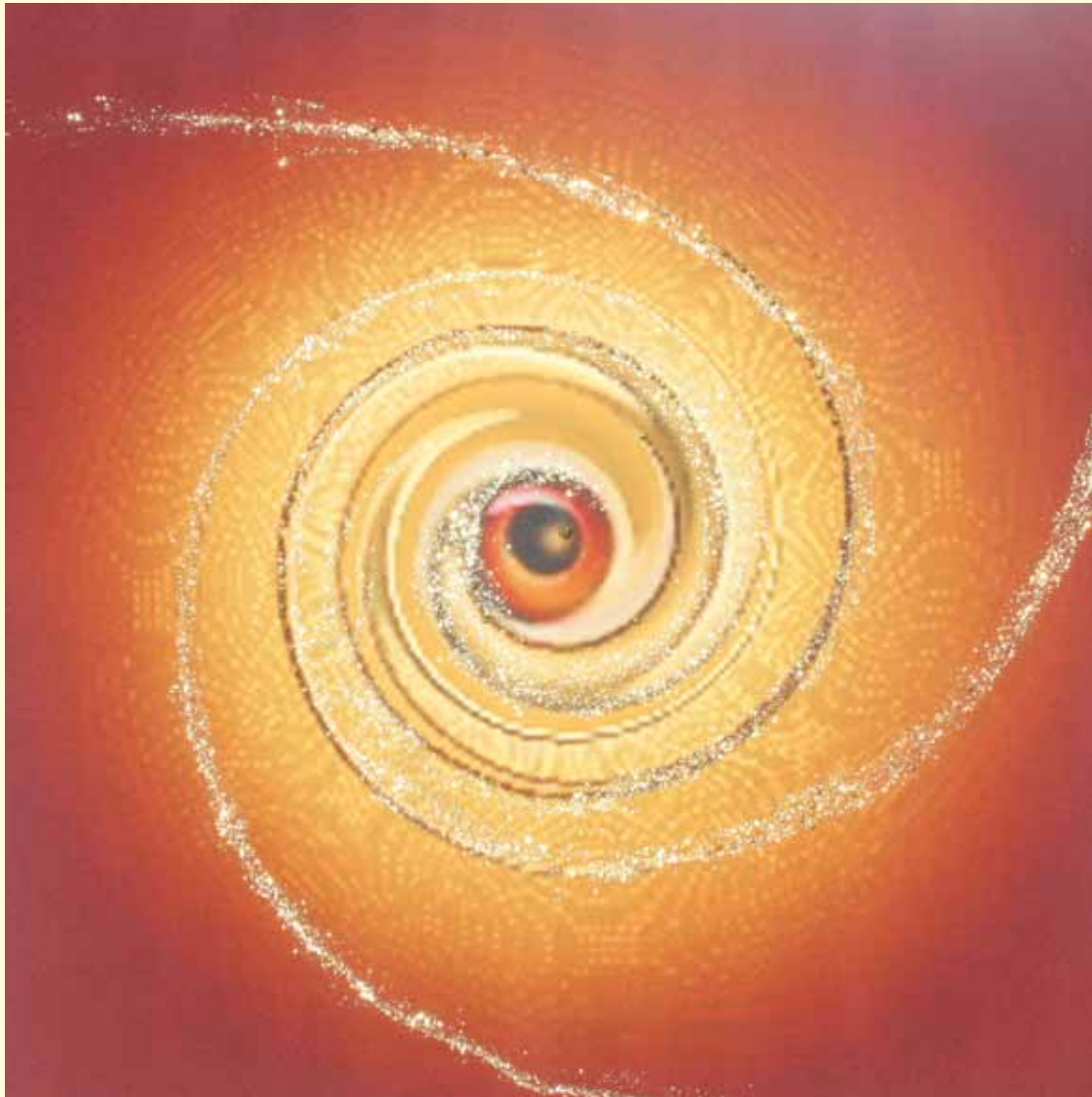
Die Dynamik von Schmerz ist Heilung, auf körperlicher wie auch auf seelischer Ebene. Jede schmerzhaft Erfahrung ist also eine Erfahrung, welche der Heilung bedarf. Darin liegt die Lösung, um die Hamsterräder des „Recht haben Wollens“ zu durchbrechen. Heilung können wir erfahren, indem wir die schmerzhaften Erlebnisse durchfühlen und, anstatt im Schmerz stecken zu bleiben den Irrtum erkennen und uns wieder für die Selbstliebe entscheiden. Wir verbinden die Verstandsebene mit der Herz- bzw. Gefühlsebene, bringen beide in die Ebenbürtigkeit. Dies führt dazu, dass der Verstand uns nicht mehr mit diesen Fallen beherrschen kann. Stattdessen fangen wir an, unserem Herzen zu folgen und unseren Verstand für intelligente Lösungen zu nutzen.

Unser aller Wesen ist gleich. Unser aller Wesen ist LIEBE. Wir alle sind liebevolle Wesen. Deshalb unterscheiden wir uns nicht.

LIEBE fließt durch jeden von uns gleichermaßen. LIEBE ist bedingungslos. Die Bedingungslosigkeit liegt darin, dass LIEBE vor niemanden von uns Halt macht. Doch kann LIEBE nur in dem Ausmaß durch uns wirken, wie wir nicht im Widerstand zur LIEBE sind. All unser Schmerz, all unsere schmerzhaften verurteilenden Erfahrungen sind unser Widerstand zur LIEBE. Denn überall dort, wo wir an Schmerz glauben, an Ungerechtigkeit und Zorn, lieben wir nicht.

Die LIEBE wirkt durch jeden von uns gleichermaßen. Jeden nutzt sie auf einzigartige Weise, um sich zum Ausdruck zu bringen. Das macht uns nicht unterschiedlich, sondern vollkommen.





1. Es ist ein Irrtum zu glauben, dass wir leiden, wenn wir Schmerz fühlen.



Das Fühlen von Schmerz wie z. B. Groll, Wut oder Hass tut zwar weh, doch bringt es uns nicht um.

Gefühle zu fühlen bewirkt Heilung. Den Schmerz zu unterdrücken bewirkt, dass wir leiden. Wir bauen Schutzmechanismen auf, die dazu führen, dass wir Schmerz ausagieren anstatt zu heilen.

Darin liegt der nächste Irrtum. Schmerz auszuagieren, ob aktiv (Angriff/Verteidigung) oder passiv (Rückzug), bewirkt, dass ich nicht nur die anderen, sondern am meisten mich selbst angreife. Ich schwelge in meinem Schmerz. Somit trenne ich mich, isoliere mich selbst, „schaufle mir mein eigenes Grab“. Menschen, die mich lieben „zwingen“ ich dadurch in die Aufopferung und dazu, dass „Grab über mir zuzuschütten“. Sie können nicht anders. Andere gehen so mit mir um, wie ich mit mir selbst umgehe. Das heißt, ich empfinde den Umgang der anderen mit mir so, wie ich mit mir selbst umgehe. Das wiederum heißt, andere können aus ihrer Sicht noch so liebevoll mit mir sein – solange ich meinem Schmerz zugewandt bin – „sehe“ ich diese Liebe nicht und kann diese nicht empfangen. Ich nehme meinen Schmerz wichtiger als die LIEBE. Was hier hilft ist Wehrlosigkeit.

Hier liegt der Irrtum darin, dass Angriff Verteidigung sei, kämpfen uns stark macht und LIEBE Schwäche ist.

Meine Aggressionen sind es, die mich schwach machen. Energetisch „puste“ ich mich hier auf, doch alles ist nur „heiße Luft“, verschwendete Energie.

Das, was mich wirklich kraftvoll macht, ist meine „Wehrlosigkeit“. Wehrlos zu sein bewirkt, dass mir keine Beleidigung, keine Beschwerde mehr etwas anhaben kann, weil ich weiß, dass diese nicht die Wahrheit sind. Wahrheit heißt Wahrheit, weil diese wahr ist. Wahrheit braucht keine Verteidigung.

Wenn du auf einen Angriff, in welcher Weise auch immer, aggressiv oder angetriggert* reagierst, dann zeigt das, dass „Schuldgefühle“ wirken. Es gibt Anteile die glauben, dass der andere mit seiner „Beschuldigung“ Recht haben könnte. Das ist der Grund, weshalb du dich „verteidigst“ bzw. abwehrst. Wärest du überzeugt davon, dass der andere Unrecht hat, würdest du stattdessen auf dessen Hilferuf reagieren.

Genauso ist es ein Irrtum zu glauben, dass ich mich verteidigen muss, „um mir nicht alles gefallen zu lassen“. Ganz im Gegenteil! Wenn

*in irgendeiner Weise verärgert, zornig, wütend, genervt, enttäuscht, durch innerlichen Rückzug, eingeschnappt sein



ich angetriggert reagiere erlaube ich, dass etwas aus mir gemacht wird, was ich nicht bin. Ich bin LIEBE. Wenn ich verärgert, wütend oder ähnlich reagiere erlaube ich, dass ich dazu benutzt werde, etwas anderes zu beweisen, nämlich dass ich „böse“ bin. Doch genau das BIN ich nicht und will ich auch nicht!

Ja, ungeheilter Schmerz hemmt uns im Lieben doch ist dieser kein Beweis dafür, dass LIEBE nicht ist. Doch genau das versuchen wir dann zu beweisen. Das heißt, wir lassen uns „gefallen“, dass jeder uns aus der inneren Ruhe bringen und aus uns „sein Arschloch“ machen kann.

Ein weiterer Irrtum besteht darin, zu glauben, dass die Liebe anderer meinen Schmerz heilen kann. Das ist eine weitere Falle. Solange ich das glaube, werde ich immer wieder mit Aufopferung zu tun haben. Sicher kann die Liebe eines anderen dazu führen, dass ich mich von meinem Schmerz abwende, aus diesem herausfinde. Doch genau in diesem Moment passiert, dass ICH mich für die Liebe entscheide, mich dieser wieder zuwende. Das ist es, was meinen Schmerz heilt. Mein LIEBE geben heilt meinen Schmerz.

Wehrlosigkeit ist meine Überzeugung, mein WISSEN, mein Vertrauen dahinein, dass ich LIEBE bin. Diese WAHRHEIT ist meine „Abwehr“, die bewirkt, dass ich durch jeden (seelischen/geistigen) „Angriff“ hindurch auf den anderen zugehen kann.

Wofür wirst du dich heute entscheiden? Für deinen Groll oder für die Gabe der Wehrlosigkeit, dafür, dass du LIEBE bist?







6. Es ist ein Irrtum zu glauben, dass ich mich verteidigen oder angreifen muss, damit hier nicht jeder mit oder aus mir machen kann, was er will.

Wenn ich mit Angriff, Rückzug oder Verteidigung reagiere, glaube ich, in einer lieblosen Welt zu leben, der ich schutzlos ausgeliefert bin, wenn ich nicht auch „angreife“.

Jedesmal, wenn ich – in welcher Form und welcher Intensität auch immer – angriffig (angetriggert) reagiere, mich auf Machtkämpfe einlasse, benutze ich etwas, was mir diese scheinbar lieblose Welt „vor die Füße wirft“ und lasse mich manipulieren. Ich lasse zu, dass aus mir etwas gemacht wird, was ich nicht bin und wie ich gar nicht sein möchte.

Oft reagiere ich so, wie ich es bei anderen verurteile, wenn auch vielleicht nicht mit der gleichen Intensität. Es macht keinen Unterschied, ob ich nur „ein bisschen böse“ bin oder „ganz böse“. „Böse“ ist etwas, was ich nicht bin.

Solange ich in diesem Irrtum gefangen bin, kann in einer Welt, die voller Ungerechtigkeit und Härte scheint, jeder aus mir „sein Arschloch“ machen, jeder kann mir ein „schlechtes Gewissen“, Schuldgefühle einreden, jeder kann mit mir streiten, mich beleidigen ...

Eine solche Welt, kann „Arschlöcher“ bzw. lieblos agierende Menschen viel besser „dirigieren“. Deshalb wird eine solche Welt immer wieder dafür sorgen, dass wir uns gegeneinander „aufhetzen“ lassen, uns streiten, wütend, zornig sind, uns ärgern, uns beschweren, „übereinander herziehen“, uns vielleicht sogar hassen. All das fürchtet eine solche Welt nicht, sondern „hält diese am Laufen“.

Das, was diese Welt „fürchtet“ ist deine LIEBE, sind deine Gaben. Deshalb möchte diese Welt, dass auch du dich vor LIEBE, Nähe, Erfolg, „deiner wahren Größe“ fürchtest und bietet dir stattdessen die „besondere“ Liebe an. Die „besondere“ Liebe ist die, die wir bewerten, in welcher wir vergleichen, Vorstellungen und Erwartungen haben.

Stell dir vor, es ist Krieg oder es gibt eine Demonstration und Antidemonstration. Anstatt gegeneinander „anzutreten“ fallen sich die Menschen in die Arme, weil sie erkennen, dass sie gleich sind, ebenbürtig, von Geburt her gleich. Sie erkennen, dass sie immer nur gegen sich selbst kämpfen und dass das sinnlos ist.

Dass du jedesmal, wenn du jemandem gegenüber „angetriggert“ reagierst dich selbst mit angreifst, kannst du überprüfen. Vielleicht fühlst du dich erstmal „ganz gut“, als Sieger, falls du das Gefühl hast, gewonnen zu haben. Doch fühle nach, wie lange das anhält. Wie geht es dir danach wirklich? Entwickelst du Schuldgefühle oder ein „schlechtes Gewissen“, errichtest du „Schutzbarrikaden“, „schaust du“, wodurch du etwas „wieder gut machen“ kannst, befürchtest du Strafe, Rache, Verlust? All das zeigt dir, dass du dich selbst angegriffen hast. Auch wenn dieser „Angriff“ – und wenn es nur eine Beschimpfung oder Beschwerde ist – sich gegen jemanden im Außen richtet, ist dieser „Angriff“ in dir. Dort wirkt er als erstes zerstörerisch. Er kostet dich Kraft und Zeit. Diese Angriffe sind es vor allem, die uns zerstören.

Die Gabe der Gemeinsamkeit hilft uns, aus dieser Falle heraus zu kommen. Diese ermöglicht uns die Transzendenz aller Unterschiede und geht zurück auf die tantrische Kraft der Selbstliebe.

Wir sind alle eines Samens. Wir kommen alle aus der selben Quelle. Wir sind alle liebevolle, kraftvolle Wesen. Wir sind nicht dieser scheinbar egozentrierten Welt ausgeliefert. Wir haben nur „vergessen“, wie kraftvoll wir sind, welche machtvollen Gaben wir haben.

Je mehr wir einander daran erinnern, umso mehr werden wir uns in dem anderen als das erkennen, was wir wirklich sind: liebevolle Menschen in einer liebevollen Welt.



Index Kunstwerke / Energiebilder



Seite

10	„Ausgeglichenheit“ 118 x 118 cm Textildruck – auf Rahmen gespannt 2009	41	„Weisheit“ Maße: 45 x 45 cm Textil druck – auf Rahmen gespannt 2006
18	„Das sehende Auge“ 38 x 38 cm Textildruck – bestickt mit Perlen und Goldglimmer 2018	44	„Das Potenzial“ 54 x 54 cm bestickt mit Perlen und Goldglimmer 2018
21	„alles fließt“ 45 x 45 cm Textildruck – auf Rahmen gespannt 2009	50	„Auftragsarbeit - Katrin.H. - Praxis- bild“ 50 x 50 cm Textildruck – auf Rahmen gespannt 2007
22	„Kraft“ 20 x 20 cm Textildruck – auf Rahmen gespannt 2005	52	„ich bin“ 67 x 67 cm Textildruck – auf Rahmen gespannt 2008
25	„Seelenfamilie“ 54 x 54cm Textildruck – bestickt mit Perlen 2018	55	„in uns“ 50 x 70 cm Mischtechnik: Malerei, Kreide, Aquarell, Fineliner 2009
27	„Das neue Spiel“ 51 x 51cm Textildruck – bestickt mit Perlen 2018	61	„Wachstum“ Maße: 65 x 65 cm Textildruck – auf Rahmen gespannt 2008
28	„Heilungslicht“ 52 x 52cm – bestickt mit Perlen und Goldglimmer 2018	64	„Lichtpunkte“ 28 x 38 cm Strukturen in Collagetechnik zusammenge- setzt, Textildruck – bestickt mit Per- len, benäht mit der Nähmaschine, Schrift per Hand 2007
36	„Heilung“ 25 x 25 cm Textildruck 2011	73	„Stille- Tiefe- Eins“ 42 x 42cm bestickt mit Perlen und Goldglimmer 2018
39	„Sommernachtstraum“ 65 x 65 cm Textildruck – auf Rahmen gespannt 2009		

Wirkungsweise der Kunstwerke

Im meditativen Zustand der Künstlerin, entstehen in ihr Farben, Formen und Bilder, die sie künstlerisch umsetzt. Die Motive werden von ihr auf Modal Satin gedruckt, mit Perlen veredelt, die bewusst nach Zahlenqualitäten aufgenäht werden. Gold und Silberglimmer unterstützen die Schwingung.

Mit dem Motiv empfängt die Künstlerin ebenfalls die energetische Bedeutung, die sich im Namen des Kunstwerkes ausdrückt.

Die Gabe der Künstlerin ist es, die Schwingungsstufen ihrer Mitmenschen zu erhöhen. Dies bewirkt ein höheres Ausmaß an Leichtigkeit, Gelassenheit, innerer Ruhe, Frieden, Verbundenheit und LIEBE.

Dies gelingt der Künstlerin durch direkten Kontakt sowie durch ihre Kunst. Diese Talente ermöglichen ihr, einen indirekten Zugang zu jedem von uns zu finden.

Mit den Schwingungsstufen bezieht sich die Künstlerin auf die, nach dem franz. Physiker, Alfred Bovis (12.01.1871 – 13.11.1947) benannten Boviseinheiten (BE).

Die durchschnittliche Schwingungsfrequenz beträgt derzeit ca. 7.000 BE. Die Bilder der Künstlerin erreichen im Durchschnitt eine Schwingungsfrequenz von ca. 25.000 BE und mehr.

Für mehr Leichtigkeit, Erfolg und Freude im Leben, kannst du dir dein ganz persönliches Seelenbild von Carina kreieren lassen oder eines Ihrer Kunstwerke käuflich erwerben und so in dein zu Hause holen.

Die Künstlerin, Carina Zais, ist für dich wie folgt erreichbar:

www.carina-zais.com

kontakt@carina-zais.com

Tel: 0173 / 57 46 240

Oder besuche eine Ausstellung von ihr, wo du die Wirkungsweise der Bilder direkt erfahren kannst.

Silvia Stiessel

Expertin für erfolgreiche Beziehungen





2019

Die, in dem Buch enthaltenen Textbeiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Das Copyright liegt bei der Künstlerin und Autorin sowie den Fotografen. Jede Verwertung bedarf der schriftlichen Zustimmung des Herausgebers.

Herausgeber

powerful mind – der Verlag/Silvia Stiessel

Konzeption, Buchgestaltung, Kunstwerke

kunst und designatelier

Carina Zais

0173-57 46 240

www.carina-zais.com

Autorin

Silvia Stiessel

Expertin für erfolgreiche Beziehungen

Druck/Buchbindung

B. KRAUSE GmbH in Radebeul

www.b-krause.de

1. Auflage 2019

Herausgeber

powerful mind – der Verlag

Silvia Stiessel

Paracelsusstraße 6, 01236 Dresden

0172-133 12 53

www.powerfulmind.net

info@powerfulmind.net

ISBN 978-3-948584-00-9

