

## **\* Die Schlüssel zum Königreich \* von Paul Ferrini**

Jesus lehrte uns, dass das Königreich des Himmels im Inneren liegt. Dennoch suchen viele Menschen beharrlich nach Liebe und Glück im Außen und erleben dabei immer wieder bittere Enttäuschungen. Und so sehr wir uns auch bemühen: Die „Stürme“ des Lebens kommen und gehen und nach Fehlschlägen erscheint uns die Welt oftmals lieblos und kalt. Diese 8 grundlegenden Wahrheiten sind Türöffner für Kopf und Herz und helfen uns, alte Gewohnheiten zu verändern und ein Leben in Eigenverantwortung zu führen.



### **1. Schlüssel: Liebe dich selbst**

Auf der Suche nach Liebe im Außen machen wir uns von anderen abhängig. Der Anfang dieser Suche beginnt in der Kindheit, denn als Kinder waren wir von der Liebe unserer Eltern abhängig. So machen wir die Erfahrung, dass die Liebe von anderen kommt und geht und wir uns nie wirklich sicher fühlen können. Diese an Bedingungen geknüpfte Liebe führt zu Frust und unerfüllten Erwartungen. Wir alle müssen verstehen, dass die Liebe in unserem Bewusstsein beginnt; d.h. wir müssen uns einer Quelle - einer Präsenz in uns bewusstwerden, die uns bislang nicht bewusst war!

**\* Dieser Schlüssel unterstützt uns geduldig, nachsichtig und liebevoll mit uns zu sein.**

## 2. Schlüssel: Sei du selbst

Jeder Mensch ist einzigartig mit seinen Stärken und Schwächen, seinen Vorzügen und Begabungen. Doch schon ganz früh beginnen wir, uns selbst zu betrügen. Emotionale Abhängigkeiten führen dazu, dass wir lernen, so zu sein, wie andere uns gerne haben wollen. Und auf der Suche nach Anerkennung geben wir unsere Kraft ab. Zu verstehen und zu akzeptieren, wer wir sind, ist auf dem spirituellen Weg von großer Wichtigkeit. Wir müssen lernen, für uns einzustehen und unseren Ideen, Werten und Bedürfnissen treu zu bleiben.

- \* **Der zweite Schlüssel gibt uns die Gelegenheit unsere eigenen Bedürfnisse zu erforschen, unseren ureigenen Weg zu entdecken und diesem zu folgen.**



## 3. Schlüssel: Sei verantwortungsvoll

Verantwortung zu übernehmen ist für viele Menschen eine große Herausforderung, da sie nicht kritisiert oder beschuldigt werden wollen. Vor allen Dingen ist es schwierig, für Fehler Verantwortung zu übernehmen. Aber ohne Verantwortung wird sich im Leben nichts ändern. Sei verantwortungsvoll bedeutet hier ganz besonders zu den eigenen Gedanken, Gefühle, Worte und Taten zu stehen. So können wir aus unseren Erfahrungen lernen und falls erforderlich zukünftig eine neue und bessere Wahl treffen. Gleichzeitig ermöglicht die Eigenverantwortung, sich um die eigenen Belange zu kümmern und andere ihre eigenen Entscheidungen treffen zu lassen. So werden Grenzüberschreitungen verhindert.

- \* **Der dritte Schlüssel bietet uns immer wieder die Gelegenheit für uns und unser Leben Verantwortung zu übernehmen. Wir werden aufgefordert unsere Gefühle, Gedanken, Worte und Taten bewusst wahrzunehmen und die eigene Zuständigkeit anzuerkennen.**



## 4. Schlüssel: Sei ehrlich

Es ist immer eine Herausforderung für uns, die Wahrheit auszusprechen. Um Zustimmung von anderen zu erhalten neigen wir eher dazu, das zu sagen, was andere von uns hören wollen. Und wenn wir ehrlich zu uns sind, müssen wir uns manchmal sogar eingestehen, dass wir nicht sicher sagen können, was für uns wahr ist. Um die Wahrheit wahrnehmen zu können, ist es wesentlich, in die Stille zu gehen. Die Wahrheit ist nicht unbedingt die laute Stimme unseres Verstandes mit seinen Forderungen und Programmierungen, sondern sie ist zu finden in unserem Herzen und diese Stimme spricht sanft, ruhig und friedfertig zu uns.

- \* **Dieser Schlüssel ermutigt uns, unsere höchstpersönliche Wahrheit zu erforschen. Wir sind aufgefordert, unsere Wahrheit respektvoll auszusprechen und die Wahrheit anderer zu akzeptieren.**



## 5. Halte dein Wort

Eine Welt, in der Versprechen gebrochen werden ist eine harte Welt. Jeden Tag haben wir Gelegenheiten, unseren Worten Taten folgen zu lassen oder große Versprechungen zu machen und diese nicht einzuhalten. Die Herausforderung besteht insbesondere darin, zu bleiben, auch wenn Hindernisse auftauchen. Hier sind Geduld und Sorgfalt gefragt. Die Kunst besteht darin, sich realistische Ziele zu setzen und einen Fuß vor den anderen zu setzen. So kann unser Selbstbewusstsein wachsen. Und wenn wir unser Wort halten können wir ein Vorbild für andere sein.

- \* **Hier werden wir ermutigt, uns klare und erreichbare Ziele zu setzen. Wir lernen, kleine Schritte zu gehen und unseren Worten Taten folgen zu lassen.**



## 6. Schlüssel: Folge deinem Herzen

Wenn unser Herz beteiligt ist sind wir voller Elan, Energie und Begeisterung bei der Sache. Kleine Kinder sind uns hier ein gutes Beispiel. Im Gegensatz fühlen wir uns lustlos und schwerfällig, wenn wir nur unsere Pflicht tun müssen. Es ist nicht einfach, dem Herzen zu folgen, da bei vielen Menschen die Sicherheit im Vordergrund steht und wir Risiken vermeiden. Und wenn wir eine lange Phase damit verbracht haben, unser Leben nach Regeln von anderen zu leben dauert es manchmal sogar seine Zeit herauszufinden, was wir wirklich wollen. Wir müssen daher herauszufinden, was wir wirklich mögen, was uns am Herzen liegt und uns Spaß und Freude bereitet.

- \* **Dieser Schlüssel spornt uns an, unsere Herzenswünsche zu erforschen. Wir spüren, was sich gut für uns anfühlt und gestalten Möglichkeiten, diese Wünsche zu verwirklichen.**



## 7. Schlüssel: Sei in Frieden

Die Gefahr, sich im Drama zu verlieren ist groß; so geraten wir unter Druck und Stress. Der 7. Schlüssel fordert uns daher auf Dinge in einem emotionalen friedlichen Zustand zu tun. Ideal wäre es, uns diese Frage vor jeder Entscheidung zu stellen. Wenn es nicht möglich ist, es auf friedliche Weise zu tun, ist es besser vom Handeln Abstand zu nehmen, um weder sich noch anderen zu schaden. So kann sich das Leben verlangsamen und Fehler und Missverständnisse werden vermieden. Dies beinhaltet ebenfalls, sich der eigenen Worte bewusst zu sein. Und wenn wir aus dem Herzen leben, handeln wir auf friedvolle Weise und geben unser Bestes. So gelangt mehr Klarheit in unser Leben.

- \* **Der 7. Schlüssel gibt uns einen Leitfaden: Klarheit in uns zu entwickeln. Diese Klarheit unterstützt unsere weitere Vorgehensweise und wir handeln aus einer inneren Eingebung heraus.**



## **8. Schlüssel: Verweile in der Gegenwart**

Es ist schwierig im gegenwärtigen Augenblick zu bleiben. Normalerweise beschäftigen wir uns gedanklich mit der Vergangenheit, bzw. versuchen die Zukunft voranzuplanen. Dies führt dazu zu Ängsten und Unsicherheit. Dabei ist die Gegenwart der einzige Ort, an dem wir wirklich lebendig und bewusst sein können. Sich in der Gegenwärtigkeit zu verankern bedeutet auch zu spüren, dass jeder Augenblick einzigartig ist. Wir begreifen, dass wir für nichts im Leben eine Garantie haben und dass niemand genau sagen kann, was die Zukunft bringen wird. So sind wir aufgefordert wachsam zu sein und zu beobachten, wie sich das Leben sich entfaltet.

**\* Der achte Schlüssel verhilft uns zu Aufmerksamkeit und Achtsamkeit. Wir beginnen, unser Leben zu beobachten. Und wir erinnern uns immer wieder daran, dass jeder bewusste Atemzug uns wieder mit dem gegenwärtigen Augenblick verbindet.**



Das gleichnamige Buch „Die Schlüssel zum Königreich“ ist im Koha Verlag erschienen.  
ISBN: 978-3867282277



**Bei Interesse an einer Gruppe bitte direkt bei mir melden!**

**Neue Gruppe ab Frühjahr 2021**