

Schriftliches Material zur 1. Lektion:

Wie schreibe ich aus meiner Seele?



Willkommen, liebe Gefährtin, lieber Gefährte auf dem Seelenweg

Stutzt du? Irritiert dich meine Anrede? Ich hoffe, nach dieser 1. Lektion erfreut sie dich, fühlst du keine irritierte Distanz mehr, sondern so etwas wie familiäre Verbundenheit.

Wir alle SIND auf dem Seelenweg. Wir können gar nicht anders. Wo Leben ist, da ist Seele. Wir sind uns nur nicht bewusst, zeit unseres Lebens auf dem Seelenweg zu sein. Die meisten Menschen sind sich dessen nicht bewusst. Unseren Seelenweg JETZT BEWUSST zu gehen, ist wie wiedergeboren werden, ein NEUES LEBEN beginnen, unseren Seelenplan, unsere Lebensaufgabe zu erfüllen, unsere in die Wiege gelegten Talente, unsere Potenziale auszuschöpfen.

Dies ist ein ein Kurs im spirituellen Schreiben. Du wirst viel schreiben. Ich lade dich ein, dich im Schreiben deiner Seele zu öffnen, so dass du deine Seele schreiben lassen kannst. So wird dein Schreiben zu einer Heilungsreise - für dich und andere.

Mein Ziel ist es, dir möglichst sinnvolle Schreibeanlässe zu bieten, dich anzuregen, zu einer Frage, einer Idee, einer Übung etwas zu schreiben. Wichtig ist, dass ich dir auch die Möglichkeit gebe, im Internet zu schreiben, intern in den Foren unserer Autorenschule, in schon installierten Blogs bis hin zu deiner eigenen Webpräsenz. Zeig dich! Mach dich sichtbar! Lass dein Licht leuchten!

Vielleicht ist dieser Kurs der Kurs deines Lebens. Er hat das Potenzial dazu, deinem Leben einen neuen Kurs zu geben, den Kurs in die Seele. Gib ihm die Chance dazu.

Diese erste Lektion ist so wichtig wie das Zuknöpfen eines Hemdes oder einer Bluse gleich am ersten Knopfloch. Aus dem Kopf zu schreiben wäre für ein spirituelles Schreiben das falsche Knopfloch. Es kommt darauf an, mit offenem Herzen aus der Seele zu schreiben.

Du lernst in der 1. Lektion:

- Die Angst vor dem Schreiben und das Zweifeln zu überwinden
- Aus deiner Seele zu schreiben, in den "Schreib-Flow" zu kommen
- Für dich zu klären, was "Seele", "Liebe", "Spiritualität" ... ist, um dich "einzuschwingen"
- Dir deinen vergangenen Weg des Schreibens bewusst zu machen

Und was ist "Seelenweg"?

Wenn Menschen sagen: "Ich gehe jetzt meinen Weg!", dann zeugt das von Wille und Selbstbewusstsein, auch von Selbst-Liebe (nicht zu verwechseln mit narzisstischer Eigenliebe). Das ist schon ein starker Impuls für den Seelenweg. Es hat etwas Männliches. Und doch gibt es da auch etwas, das uns auffordert "im Fluss" zu sein, uns dem Leben "hinzugeben", keinen "Eigenwillen" zu entwickeln ("Herr, DEIN Wille geschehe!"). Auch das "Fließenlassen" gehört zum "Seelenweg". Es hat etwas Weibliches!

Du wirst fragen: Was denn nun? "Im Fluss" ODER "eigener Weg"? Das ist doch nicht dasselbe! Das sind doch zwei unterschiedliche Bilder! Es ist zum Ver-Zwei-feln! - Wie siehst du das? Kennst du diese Zerrissenheit? Wozu neigst du? Fließen lassen oder eigenen Weg gehen? Es hat nichts damit zu tun, ob du eine Frau oder ein Mann bist. Frauen neigen nicht eher zu "Fließenlassen" und Männer nicht eher zu "eigener Weg". Es kann genau umgekehrt sein - gerade kurz vor dem Durchbruch - , dass eine Frau lernen will, den "eigentlichen Weg zu gehen", ein Mann eher lernen will, "fließen zu lassen".

Wie dem auch sei, wir müssen aus der ODER-Nummer heraus kommen. Es ist kein ODER, keine Alternative, keine Zerrissenheit, kein Scheideweg. Es ist ein SOWOHL-ALSAUCH, es ist BEIDES. Der Seelenweg ist genau dieses PARADOX: SOWOHL den eigenen Weg gehen, ALSAUCH fließen lassen. Es ist der TANZ zwischen beiden. Hier ist das Ego mit seinem rationalen Verstand schon an seiner Grenze, muss vor dem Paradox kapitulieren, sich ergeben. Wir kommen erst in die Leichtigkeit des Tanzes weiblicher und männlicher Energien, wenn wir diesen "Widerspruch" im dreifachen Sinne AUFHEBEN, transzendieren: mit einem klaren Willen "den eigenen Weg" gehen und dabei immer wieder loslassen.

Wir sind unser ganzes Leben schon auf dem Seelenweg. Unsere Seele hat den "Masterplan", ist der Masterplan selbst. Solange aber unser Ego sich noch als Steuermann missversteht, sind wir wie blind auf dem Weg, ohne Licht, das uns den Weg weist, ohne Wissen um unser eigentliches Lebensziel. Doch die Seele ist langfristig stärker als das Ego. Und vielleicht macht das die Weisheit des Alters aus: den eigenen Lebensweg, den roten Faden im Leben, den Seelenweg in der Rückschau besser zu erkennen; zu erkennen, dass sich die Seele letztlich doch durchgesetzt hat. Die eigentlichen Lebensthemen waren immer da, mit der Zeit werden sie immer drängender, die Seele lässt nicht locker. Es führt kein anderer Weg daran vorbei, alle anderen Wege sind Irrwege oder Sackgassen. Wir gehen unseren Seelenweg nicht geradlinig, sondern über Umwege. Gerade diese Umwege sind es, an denen wir lernen, unserer Seele immer bewusster zu folgen, machen die Reise spannend. Die Seele hat es nicht eilig.

Animation für eine Schreib-Übung:

Erkennst du den "roten Faden" in deinem Leben? Was sind die Themen, die sich Zeit deines Lebens begleiten? Was sind die Hauptlektionen deines Lebens? Was ist deine Botschaft? Wer bist du als Bote? Was ist die "Deklaration" deines Lebens?

Zusammenfassend: Die Animationen für die Schreib-Übungen zur 1. Lektion



- Bist du mit dem DU im Kurs im Einklang? (S. 2)
- Hast du eine "Verbindlichkeits-Erklärung", eine Selbstverpflichtung für den Kurs?
- Hast du eine Liste von auftauchenden Unstimmigkeiten zur Klärung begonnen?
- Was bedeuten WORTE für dich? (S. 6)
- Hast du ein Lieblingswort? Was ist es?
- "Am Anfang war das Wort."
Was ist dein Wort für den Anfang deines Erschaffens?
- Was ist dein Lebensthema? Was ist die Hauptlektion deines Lebens?
Hast du "die Deklaration deines Lebens" formuliert? (S. 7)
- Was bedeutet für dich "spiritueller Weg"? (S. 8)
Was bedeutet für dich "direkter Weg"?
- Hast du deine Lieblings-Methode gefunden,
wie du in den absichtslosen Schreibfluss kommen kannst? (S. 9)
- Über welches Wort / welche Worte hast du meditiert?
Was ist die Formulierung dieser Wort-Meditation? (S. 10)
- Was sind deine Ängste und Zweifel, die du erkennen kannst? (S. 11)
- Wie lautet deine "Unabhängigkeitserklärung" von Angst und Zweifel?
- Was war dein vergangener Weg des Schreibens,
deine Schreibschule in deinem Leben? (S. 13)
- Hast du dein DANKE formuliert? (S. 14)
- **Zusammenfassend: Was hast du in dieser Lektion gelernt?**
Worin bist du dir bewusster geworden?