



Dein unfehlbarer Kompass

Warum geben Menschen – nicht nur, was ihre Gesundheit, sondern auch andere wichtige Lebensbereiche betrifft – Verantwortung einfach ab? Mögliche Gründe:

- **Bequemlichkeit:**

Wer selbst nicht entscheidet, erspart sich Konfrontationen und Konflikte aller Art und muss sich mit dem jeweiligen Thema vorab gar nicht befassen. In der Meinung, so Zeit und Energie zu sparen, macht man einfach, „was die meisten tun, das wird schon richtig sein“, ohne dabei mögliche Risiken zu berücksichtigen. Vertrauen in die Mainstream-Medien, die inzwischen eher Propaganda-Instrumente der Regierungen sind, fördert „betreutes Denken“.

- **Blockierter Zugang zu den Bedürfnissen der eigenen Seele und zu seinen Gefühlen:**

Es gibt viele Gründe, warum Menschen nicht mehr auf ihr „Bauchgefühl“ (Körper) hören, sondern nur von ihrem Denken gesteuert eigene Gefühle (Seele) ignorieren. Für Dich persönlich die richtige Entscheidung zu treffen, erfordert aber die Berücksichtigung von Körper, Geist und Seele.

- **Unsicherheit, Überforderung, mangelndes Selbstwertgefühl/Selbstvertrauen und Angst vor Abwertung und Widerspruch:**

Ungesunde Verhaltensmuster aus der Kindheit („das kannst Du nicht, das weißt Du nicht, das tut man nicht, Mami weiß, was für Dich gut ist“,...) können dazu führen, an der eigenen Urteilskraft zu zweifeln und stets nach Lösungen zu suchen, die andere (für sich!) gefunden haben. In meine Praxis kommen oft Menschen, die sehr belesen sind in Bezug auf Gesundheit, Therapien oder auch wissenschaftliche und spirituelle Themen (von Quantenheilung bis My Big Toe). Natürlich macht es Sinn, zu hören oder zu lesen, was kluge Menschen zu einem Thema zu sagen haben. Es ist auch hilfreich, von anderen bereits getestete und für gut befundene Bausteine für Dich selbst auszuprobieren. Danach aber nur das beizubehalten, was für Dich passt. Andere verlassen sich aufgrund eigener Unsicherheit auf die Ratschläge von (Gesundheits-)Gurus und müssen hinterher Fehlentscheidungen ausbaden, die ohne den „Experten“ nicht getroffen worden wären.

Du sabotierst Deine persönliche Weiterentwicklung, wenn Du Lösungen anderer (für DEREN Probleme!) einfach übernimmst. ***Du bist ein einzigartiges Wesen und als solches ausgestattet mit einer einzigartigen untrüglichen Richtschnur von Deinem persönlichen Ausgangspunkt hin zu Deinem Wohlbefinden, die nur FÜR DICH gilt.*** Dieser Kompass beinhaltet das allen Menschen innewohnende Gewissen für das, was falsch und richtig ist, aber darüber hinaus Deinen ganz persönlichen Wegweiser. Dieser ist manchmal unsichtbar, verbaut durch frühere Erfahrungen („was Du fühlst, ist egal“) und/oder vermüllt durch die Kennzeichen unserer modernen Tage, wie Hektik, eine überfüllte To-Do-Liste, hohe Erwartungen anderer („schneller, besser, weiter, höher“) und viel zu wenig Zeit in Ruhe und Stille für Dich selbst.

Daher bekommst Du von mir als Therapeutin auch nie „Lösungen“ für Deine Gesundheitsprobleme. Was für den einen passt, kann für einen anderen falsch sein. Ich biete Dir auf meinem Wissen und meiner Erfahrung basierende Möglichkeiten an. Es liegt jedoch in Deiner Verantwortung, Dich damit auseinanderzusetzen, selbst Forschungen anzustellen, zu bewerten, Deiner eigenen „Richtschnur“ zu vertrauen und danach zu einer „informierten Übereinkunft“ mit mir zu kommen, wenn es um die Auswahl einer Therapie geht, die Du anwenden willst und bei der ich Dich gerne begleite.

