



WORKBOOK

Claudia Schwab

WAS KREIEREN

Erwartungen

Wenn ich etwas erwarte, gehe ich von einer bestimmten Vorstellung oder Gedachtem aus. Trifft das gedachte oder die Vorstellung nicht ein, bin ich enttäuscht. Eine Erwartung trägt immer die Hoffnung: "Hoffentlich wird das so und so" oder "Hoffentlich geschieht das und das"

Was kreierst du dadurch für eine Welt?

Nicht haben und nicht wissen, sonst müsste ich ja nicht hoffen.

Wenn du "weiß" und "hast", musst du nicht hoffen (erwarten), weil du ja weißt und hast. Dazu kommt noch, dass du kein Vertrauen in das hast, was jetzt ist, und das es perfekt ist, sonst müsstest du nicht zweifeln und mit dem Kopf etwas erwarten.

Wir erwarten immer mit unserem Verstand, mit unseren Gedanken, die immer in der Vergangenheit oder in die Zukunft gehen. Durch Erwartungen machen wir uns abhängig.

Eine Erwartung hast du immer dann, wenn du etwas nicht für dich selber machst, sondern für einen bestimmten Grund, Sache oder Mensch.

Machst du etwas für dich selbst, aus dem Sein heraus, erwartest du nichts, denn aus dem Sein heraus weiss und hat man.

JETZT ist alles da, genau in diesem Moment und mit allen Möglichkeiten

Wie löst das jetzt aber deine Geldprobleme?

Da "die Welt ist, was du von ihr glaubst" gilt, es gibt keine objektiv richtige Welt. Jeder sieht seine Welt und deswegen gibt es so viele Welten. Da du ja dein "Geld-Problem" erschaffen hast, kennst auch nur du die Lösung dazu.

Der einzige Fundort der Lösung ist in dir in deinem inneren, nicht im außen (was andere sagen, tun oder raten). Wenn du jetzt nach einer Lösung suchst, säst du "suchen" - und was findest du? Nicht haben, nicht finden, sonst müsstest du nicht suchen.

Konzentriere dich auf das, was jetzt ist.

Nicht auf das, was nicht ist, was sein sollte oder eventuell mal kommen wird. Du hast die Wahl, dich mit dem, was jetzt ist zu verbinden, und anzuerkennen, was ist, oder weiterhin im Außen suchen.

Beides ist Ordnung und einfach deine Entscheidung und Wahl.

IMMER DIESE Widerstände

Es gibt keine falschen oder richtigen Handlungen, sondern einfach die Wahl zu erkennen, ob meine Gedanken, Gefühle, Handlungen - sprich meine Saat mir dient und ich für mich "glücklich sein" kreierte oder ob ich mich entscheide eine andere Wahl zu treffen.

Wenn ich mir bewusst werde, bin - was ich mir antue mit meinem bisherigen Verhalten, dann reicht die Erkenntnis, wie ich bisher gedacht und gehandelt habe, und das erlebte Gefühl vollkommen aus.

Dadurch, das ich erkenne, was "es in mir denkt", erkenne ich im nächsten Moment, das "es in mir schon wieder denkt". Dann kann ich natürlich die Wahl treffen, weiter so zu denken, bis ich eine andere Wahl treffe und z.B. ins fühlen gehe, warum ich z.B. jetzt so im Widerstand bin.

Ich lege den mir nicht dienlichen Gedanken so lange beiseite und fühle um zu erkennen, welchen Widerstand ich nicht fühlen will.

Irgendwann ist meine bisherige Reaktionsweise nicht mehr in meinem Bewusstsein, ganz automatisch und dann ist z.B. mein Geldproblem gelöst, JETZT. Nicht erst dann wenn ich mehr Geld habe.

Alte Zeit: Haben - Tun - Sein
Neue Zeit: Sein - Tun - Haben

Es ist ein Gefühl nur jetzt spürbar. Jetzt säst du, immer jetzt, in diesem Augenblick

WO IST DER WIDERSTAND IN DEINEM KÖRPER?

Immer, wenn sich ein Widerstand zeigt, ist das ein blinder Fleck in dir.

Was nicht in meinem Bewusstsein ist, kann auch nicht in meinem Leben sein. Wenn z.B. in meinem Kopf: "Ich kann Geld nur durch meine Arbeit bekommen" lautet, mache ich mich abhängig. Oder, ich brauche den Unterhalt, sonst...

Das Leben findet immer einen Weg, mir mein eigenes Sein (Saat) zurückzusenden (Ernte).

Was nicht in meinem Bewusstsein möglich ist, kann auch nie in meinem Leben eintreffen. Wenn gewisse Dinge in meinem Bewusstsein nicht möglich sind, sind sie das halt nicht.

Ich habe immer die Wahl, mein Leben bewusst oder unbewusst zu kreieren. Kreieren tust du so oder so.

Spürst du einen Widerstand, dann geh in ihn, atme dich dort frei und wähle dort jetzt z.B. Fülle zu fühlen. Es ist ein Gefühl im Hier und Jetzt. Jetzt säst du, immer jetzt.

LEICHTIGKEIT & ANMUT

versus

Kontrolle

Wenn du die Kontrolle behalten möchtest, dann ist kein Raum für Magie vorhanden.

Kontrolle = Ego

Wenn du die Kontrolle behalten möchtest, dann ist kein Raum für Magie vorhanden.

Egal wo.

Und die Kontrolle kannst du nur dann abgeben, wenn du voller Vertrauen bist.

Der Punkt ist, herauszufinden wo du die Kontrolle abgeben kannst

Das ist der Grund, warum du dich nicht frei fühlst. Und dieses Gefühl von Freiheit ist auch eine Reflexion auf deinem Kontostand. Viele denken, wenn ich mehr möchte, muss ICH mehr erbringen. Worauf muss ich jetzt verzichten? Welches Opfer muss ich dafür bringen?

Ich habe für mich entschieden, dass es nur darum geht wie viel Energie ich für eine Sache aufbringe. Und wenn ich meine Energie erhöhe und ein perfektes Match bin für die Dinge, die ich brauche, kann ich Dinge, Menschen und auch Soulmates manifestieren.

Weil ich es mir wert bin!

Beim Manifestieren gibt es zwei Komponenten:

- 1.) Deine Identität
- 2.) Der Motor des Herzen

Es geht einfach nur darum, wie klar und kompromisslos du sein kannst in deiner Herzensangelegenheit. Dieser solltest du dir bewusst sein, denn viel zu oft arbeiten wir an Dingen, die keine Herzensangelegenheiten sind.

Das bedeutet wenn du immer nur Dinge machst, die nicht wirklich deiner wahren Essenz entsprechen verschwendest du im Grunde deine Lebenszeit. Daraus resultiert, dass du noch nicht erkannt hast, dass das Wichtigste auf der ganzen Welt Zeit und nicht Geld ist.

Beobachte dich einmal selbst. Bist du voller Anmut? Bist du stolz auf das, was du siehst, wenn du all deine Gedanken gerade hören kannst? Würdest du dich selbst als Freund aussuchen? Erst wenn du dich selbst gut führen kannst, kannst du ein perfekt Match werden und alles andere kommt automatisch zu dir. Das Universum will immer das Beste für dich!