

Leben – lieben – lernen

Newsletter April 2015

Erwin-Bosch-Ring 54
86381 Krumbach/Schwaben
Tel.: 0 82 82 - 82 71 56
helmut.laber@praxis-laber.de
www.praxis-laber.de

Krumbach, den 16.4.2015

Leben in Freiheit

Ein Leben in Freiheit wünschen sich viele Menschen. Und doch haben nur sehr wenige eine Vorstellung davon, was Freiheit überhaupt ist.

Was wir schneller spüren, sind Anzeichen und Auswirkungen von Unfreiheit, sie liegen uns näher, wir kennen sie gut, sie sind unmittelbarer spürbar und damit einfacher zu erkunden.

Die eigenen Unfreiheiten sind jene Türen, durch die wir gehen müssen, wenn wir in die Freiheit finden wollen.

Doch sind wir uns überhaupt bewusst darüber, in welchen Bereichen unseres Lebens wir uns unfrei fühlen? Nehmen wir sie mit offenem Herzen wahr? Wo überall fühlst Du Dich unfrei?

Stelle eine Liste auf, in welchen Bereichen Deines Leben Du Dich nicht frei fühlst. Und sei ehrlich Dir selbst gegenüber, sei bereit in Deine Tiefen zu steigen, Dein Leben mit offenen Augen anzuschauen und die Barrikaden von Unfreiheit aufzulisten.

Mache es am besten gleich jetzt. Oder merkst Du schon hierbei, dass Du jetzt nicht frei dafür bist? Dann nimm es wahr, dass es so ist. Schon über dieses Wahrnehmen hast Du einen Schritt gemacht, den so viele Menschen nicht machen, nämlich **wahrzunehmen was ist.**

Bewerte diese Wahrnehmung nicht und zwinge Dich nicht zu etwas was Du nicht willst, oder wofür Du jetzt keine Zeit hast, sondern lasse die Wahrnehmung da sein wie sie ist. Erkenne, dass Du jetzt gerade nicht frei bist. Nicht mehr und nicht weniger.

Wenn Du keine Zeit hast oder nicht willst, lege den Newsletter beiseite. Du kannst jederzeit darauf zurückkommen.

Wenn Du Dir Zeit nimmst, dann fertige jetzt Deine Liste an und lese möglichst erst dann weiter, wenn die Liste gemacht ist oder Du zumindest angefangen hast sie zu erstellen.

Liste der Unfreiheiten

Schau Dir Deine Liste der Unfreiheiten an. Du wirst vielleicht feststellen, dass Deine Unfreiheiten immer mit Vorstellungen verbunden sind, wie: „Ich habe keine Wahl. Ich muss ja. Ich brauche ja. Ich bin abhängig davon. usw.“

Wenn Du genau hinschaust, dann könntest Du diese Unfreiheiten, Abhängigkeiten oder Gefängnisse einteilen in welche,

- die von außen kommen
- die mit Dir ganz persönlich zu tun haben
- die Du innerlich erlebst.

Wenn ich im Folgenden der Einfachheit halber die vermeintlich männliche Form der Ansprache wähle, meine ich hierbei selbstverständlich auch alle Frauen. Ich bitte mir das nachzusehen wenn ich das nicht jedes Mal ausdrücklich erwähne.

Beispiele für äußere Abhängigkeiten/Unfreiheit könnten vielleicht folgende Bereiche betreffen:

Arbeitsplatz – Wohnort – Geld – Abhängigkeiten von und Bindungen an Eltern, Kinder Partner, Kollegen und Geschäftspartner - Anforderungen des Lebens, wie Wetter, Jahreszeiten - Aufforderungen anderer Menschen - Umstände anderer Menschen, wie Pflegebedürftigkeit der Eltern, Bedürftigkeit oder Krankheit der Kinder, usw. - Entscheidungen von Vorgesetzten oder Politikern – Mobbing – Abhängigkeit von Medikamenten, manuellen Therapien oder Hilfen – Kritik, Erwartungshaltung oder Ablehnung von anderen Menschen – u.v.m.

Beispiele für Unfreiheit/Abhängigkeiten die in der eigenen Person liegen:

Körperliche Einschränkungen – Behinderung - Gebrechen – Schwäche – Krankheiten – Symptome – Süchte - Angewiesen sein auf Hilfe von anderen, von Therapie, Dialyse oder Medikamente - Geh- und Sehschwäche – Überforderung, Leistungsschwäche, Stress – Angst – Schmerzen - u.v.a.

Beispiele für Innere Unfreiheit:

Gedankliche Einschränkung (ich habe keine Wahl) – Überzeugungsmuster (ich kann nicht) – Verbote (ich darf nicht) – Moral (man tut das nicht) – Gebote und Ansprüche an sich selbst (ich muss, ich sollte, ich darf nur, ich brauche) – Ansprüche an andere, (Du musst, Du ...) – Abhängigkeiten von (Partner/Partnerin, Geld, Zeit, System – Rücksichtnahme und Mitleid - usw. -

Psychische Unfreiheiten, wie unerklärliche, hinderliche Verhaltensweisen – schmerzliche Wiederholungen von Erfahrungsmustern im Leben – Scheitern - Stimmen im Kopf – Schizophrenie, Manie oder Depression - usw.

Sicher gibt es noch eine ganze Reihe anderer Gebiete und Abhängigkeiten, Einschränkungen und Bindungen, die einer gelebten Freiheit im Wege stehen. Sie alle zeigen was Freiheit nicht ist.

Freiheit ist ein Zustand, in dem die aufgelisteten und gefundenen Umstände von Unfreiheit nicht zwingend abwesend sein müssen, wir aber anders darauf reagieren, wahrnehmen, fühlen und handeln können. So werden Punkte aus der Liste verschwinden, andere wiederum eine völlig andere Gewichtung bekommen.

Unter Freiheit verstehe ich keine Verhaltensweisen die anderen Menschen Schaden zufügen. Das sollte sich von selbst verstehen.

Ursachen von Unfreiheit

Doch woher kommen diese erdachten, gefühlten, wahrgenommenen und erlebten Einschränkungen persönlicher Freiheit. Sind es wirklich reale Unfreiheiten, oder sind sie nur Folgen der eigenen Wahrnehmung und Bewertung, also verinnerlichte eigene Muster? In meiner Arbeit mit Menschen erlebe ich immer wieder drei Hauptbereiche aus denen sich persönliche Einschränkungen ergeben.

Systemischer Bereich:

- Damit meine ich Verstrickungen in unbewusst übernommene Energien aus Systemen denen wir angehören oder angehört haben, wie dem Familiensystem, der Eltern und Geschwister, Großeltern und der Ahnen, also unerledigte, vergessene oder abgelehnte Ereignisse mitsamt den dazugehörenden Gefühlen und Überzeugungen.
- Folgen aus der Unfreiheit in der wir während der Kindheit gelebt haben, wo wir alles wahrnehmen konnten, auch das Unterdrückte der

anderen, deren unterschwellig schwelende Konflikte, Überzeugungen und Werte. Als Kind haben wir keine Freiheit, sondern sind auf vielfache Weise abhängig.

- Übernommene Energien aus Beziehungen zu Menschen in der aktuellen Lebenssituation, wie der Partnerschaft, dem Arbeitsleben, oder anderen Systemen und Organisationen, denen wir uns zugehörig oder verpflichtet fühlen.

Persönlicher Bereich:

- Selbst unbewusst erschaffene Denk-Gewohnheiten, Verhaltensweisen, Muster und Systeme. Die haben wir einst selbst erzeugt und sie haben uns gedient. Sie waren in der Vergangenheit Hilfe und Reaktion auf Bedingungen der Menschen von denen wir abhängig waren als Kind um die Zuwendung zu erhalten, die wir brauchten. Damals waren sie hilfreich, sie sind ins Unterbewusstsein übergegangen und von dort aus reagieren sie und regieren sie uns mitunter immer noch, ohne dass wir es erkennen.
- Übernommenes aus dem System, das wir in der Folge selbst weiter genährt haben, mit unseren eigenen Energien. Sie sind zu eigenen Überzeugungen und Verhaltensgewohnheiten geworden, gehören aber nicht zu unserer wahren Natur.
- Unfriedliches und Ungeklärtes aus der Vergangenheit. Dies betrifft die eigene Kindheit, Beziehungen mit wichtigen Personen, Trennungen in Partnerschaften und dem Berufsleben, die mit Vorwürfen, Streit und Anklagen auseinandergingen, dadurch energetisch weiterwirken.

Karma, d.h. Mitgebrachtes aus dem Feinstofflichen:

- Alte, noch immer wirksame Muster und Überzeugungen, Versprechen und Verbote, Gelübde, Opferentscheidungen, Flüche und Bannungen, sich selbst gegenüber, anderen Menschen, Gemeinschaften und Organisationen gegenüber.
- Ebenso Energien von anderen Menschen, Gemeinschaften und Organisationen, denen wir uns in früheren Inkarnationen (wenn es sie denn gibt) verpflichtet haben, an die wir die eigene Macht abgegeben haben.
- Sogenannte Abschlussbefehle zum Ende des jeweiligen Lebens.

Annehmen anstatt Bekämpfen

Wer mich und meine Therapie- und Lebensansätze kennt, weiß, dass Wahrnehmen und Annehmen die ersten Schritte sind, um in innere Freiheit und Frieden zu finden, und aus den Kämpfen gegen etwas, was immer es sein mag, auszusteigen.

Frieden und Freiheit

Frieden und Freiheit sind ein Paar, ohne Frieden gibt es keine Freiheit. Bei der Vielzahl innerer Kämpfe erkennen wir mit dem Verstand nur sehr selten, worum es wirklich geht (was da in uns wirkt) in den disharmonischen und unfreien Situationen des Lebens. Erklärungen nützen meist wenig und verändern nichts.

Wege zu Frieden und Freiheit

Jeder Mensch besitzt die Macht und Fähigkeit, seinen inneren Strukturen auf die Spur zu kommen und mentale innere Sperren zu umgehen. Aufstellungen und innere Erforschungsreisen sind bewährte, sehr erhellende und wirkungsvolle Möglichkeiten, um Klarheit zu erlangen, Gelassenheit zu erfahren, in einen leichteren Seins Zustand zu gelangen und dem Leben eine neue Richtung zu geben.

Doch auch hier haben wir Menschen mitunter, bewusst oder unbewusst, schlaue Mechanismen erschaffen um dem Kern der wirkenden, uns in Unfreiheit haltenden Energie zu umschiffen.

Dann benötigen wir andere Wege. Alles was in unserem Leben wirkt kommt aus den Informationen unseres unsichtbaren Energiefeldes, das jeden Menschen umgibt. Dort ist alles gespeichert und wirkt, ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht.



Bilder der Seele

Informationen aus diesem Feld, erhalten wir unter anderem über **stellvertretendes Malen**. Ähnlich wie beim Aufstellen hinterlassen wir auf dem Blatt des eigenen Bildes unseren energetischen Abdruck, denn dann andere Menschen aufgreifen und aufs Blatt bringen.

Eine Reihe von Bildern, die auf diese Weise entstanden sind, kannst [Du hier](#) (oder unter www.praxis-laber.de – Galerie Bilder der Seele) Dir anschauen. Sie waren Grundlage für die Selbsterkenntnis unbewusst wirkender Muster der Personen für die sie aus deren Energiefeld entstanden sind.



Diese Bilder entfalten ihre Wirkung schon alleine dadurch, dass sie erscheinen. Manches Mal dauert es Jahre, bis der dahinter liegende Sinn in seiner ganzen Tiefe erkannt wird. Das ist vielfach der Zeitpunkt, zu dem das erscheinende Muster geklärt ist oder sich in entscheidender Klärungsphase befindet.

In jedem Bild erscheinen zahlreiche Geschichten, die weiterführen wollen und die wir verstehen lernen dürfen.

Einen entscheidenden Beitrag diese Klärung anzustoßen, das Thema zu begreifen, alte Muster zu erkennen und Veränderung herbeizuführen, sich bewusst zu werden wohin es einen führen will, kann Aufstellen des Bildinhaltes leisten.

Botschaften verstehen

Wenn Du magst, dann lies einfach meine Berichte über die Seminare „**Leben in Freiheit**“, die ich in der Zeit von 2006 bis 2009 in meinen Newslettern veröffentlicht habe.

[09.10.2006 Seminareinführung - Seminar Leben in Freiheit](#)

[24.06.2007 Leben in Freiheit - Seminar](#)

[11.07.2008 Leben in Freiheit - Bilder und Geschichten der Seele](#)

[16.11.2008 Leben in Freiheit - Das Drama im Mutterleib](#)

Leben in Freiheit

Wer sich selbst erkennen will, wer zu sich selbst zu finden will, wie es seiner wahren Natur entspricht, wer sich nach einem Leben in Freiheit sehnt, wird die Gelegenheiten für Entwicklung und Wandel erkennen und ergreifen, die das Leben anbietet. Derjenige übernimmt Verantwortung für sich und seine Lebensumstände, antwortet damit den Impulsen seines Herzens und seiner Seele, die sich in den Lebensumständen ausdrücken.

Die Seele will über unser Herz die Führung übernehmen, drängt sich aber in keiner Weise auf, sondern wartet geduldig und leise bis sie gehört wird.

Wer seine eigenen Schwachstellen der Unfreiheit kennt, weiß schon mal, wo er seine Lücken schließen kann, weiß durch welche Türen er gehen muss um in die Freiheit zu gelangen.

Wer verinnerlichte Muster und Systeme erkennen will, die aus seinem Unbewussten sein Leben steuern, kann über Bilder der Seele erkennen was da in ihm vorhanden ist um gewandelt oder anerkannt zu werden.

Freiheit wird über weitergehen erworben, seine scheinbare Realität sich anzuschauen mit offenem Herzen und mit Liebe. Freiheit kann dann zu erlebter Realität werden, in der gleichen Welt wie zuvor.

Diese Freiheit verändert nicht die Welt wie sie ist, bringt aber das Schöne und Wunderbare dieser Welt und der Erde in den Blick, erschafft eine Oase des inneren Friedens und Lebensbejahender Freude, die ausstrahlen und sich ausdehnen kann. Freiheit führt dann im Außen zu Resonanz, weil sie innerlich wiedergefunden wurde. Wer diese Freiheit gefunden hat bringt ein Stück Himmel, seines inneren Himmels, auf die Erde.

Ich wünsche Dir, dass Du Deine Baustellen des Unfriedens und der Unfreiheit als Türen zu Deiner inneren Schatzkammer verstehst, und Deine ganz persönliche Art von Freiheit in Deinem Leben findest.

Wenn ich Dich dabei mit meinen Gaben begleiten und unterstützen darf, dann freue ich mich darauf. Eine Teilnahme am [Seminar Leben in Freiheit](#), ist eines meiner Angebote.

Wann immer wir uns persönlich kennenlernen oder wiedersehen, ich freue mich auf Dich.

Herzliche Grüße

Helmut Richard Laber