

Nimm Dein Leben in die Hand



Verfasst von Lisa O. Engelhardt

Illustriert von R. W. Alley

SILBERSCHNUR  VERLAG



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Originally published in the USA under the title "Take Charge of your Life Therapy" © Copyright der Originalausgabe: © 1995 One Caring Place, Abbey Press, St. Meinrad, Indiana 47577

Copyright der 1. – 3. Auflage © Sequoyah Verlag, erschienen unter der ISBN 978-3-85466-025-5

Copyright der überarbeiteten Neuauflage © 2017 Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-573-2

1. Auflage 2017

Satz: XPresentation, Göllesheim

Übersetzung: Sylvester Lohninger und Robert Jaroslowski

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim
www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de



Vorwort

Hast Du manchmal das Gefühl, dass Dein Leben außer Kontrolle gerät? Scheint es so, als würden andere Leute und Umstände Dein Leben bestimmen und lenken? Fragst Du Dich, ob Dein Leben irgendeinen besonderen Sinn und Zweck hat und wie Du diesen entdecken könntest? Scheint Dir Dein Leben flach, monoton, ohne Leben zu sein?

Wenn ja, dann kann Dir dieses „Handbuch“ helfen, Dein Leben wieder auf Kurs zu bringen.

Diese einzigartige, vergnügliche und ansteckende Anleitung, das Leben zu leben und zu lieben, ermutigt Dich, Dein Leben in die Hand zu nehmen, indem Du in Deine Erfahrung des Lebens voll und ganz – und ganz bewusst – eintauchst.

Wenn Du lernen willst zu leben, dann musst Du leben, um zu lernen. So erforsche das Leben um Dich herum und in Dir, so der Ratschlag des

Buches. Hab keine Angst, Fehler zu machen; verwende diese, um Dein Leben mit Selbst-Kennntnis und Weisheit zu bereichern. Du bist der wahre Lehrer der Bedeutung Deines Lebens, wie gleichzeitig auch der Schüler, der die Lektionen seines Lebens zu lernen hat.

„Nimm Dein Leben in die Hand“ weist den Weg zu einem Leben, das voll, voller Spaß und Freude, erfüllend und tatsächlich fabelhaft ist. Lass es gut sein, lass es gut gehen, lass es sprühen!

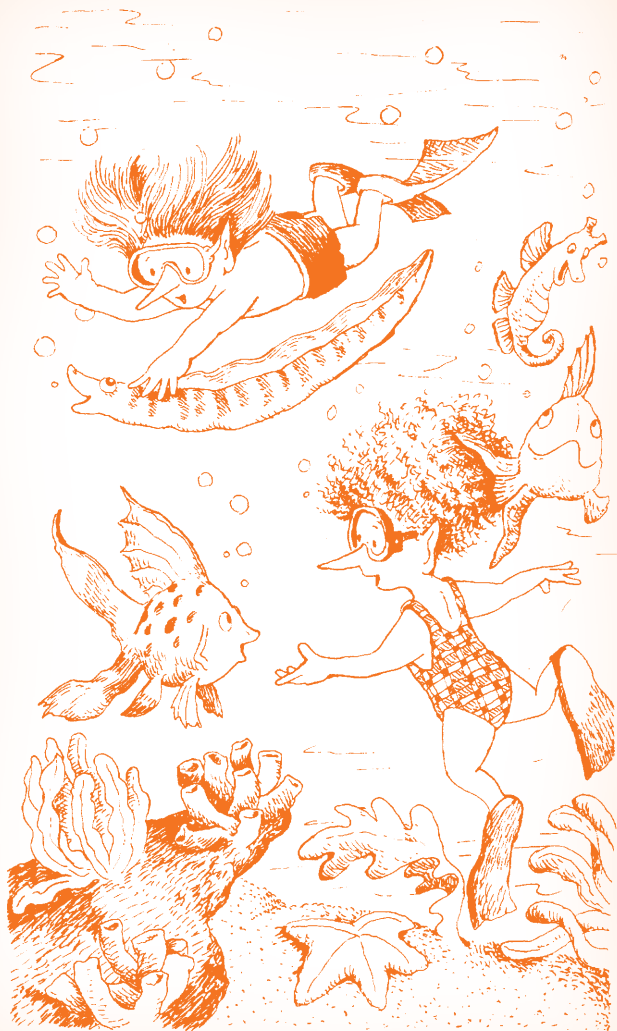
1.

Das Leben ist zum Tun, zum Lernen und zum Genießen da. Je mehr Du lernst, umso mehr kannst Du tun. Je mehr Du tust, umso mehr kannst Du lernen. Nimm voll an Deinem Leben teil.



2.

Sei ein eifriger Teilnehmer am Leben. Bringe Dich ein; springe hinein; umarme neue Erfahrungen; experimentiere. Mache Dein Leben zu einer aktiven Wissenschaft.



3.

Führe Deine Reichtümer in Deinem Inneren mit Dir. Reichtum bedeutet fähig zu sein, Dich selbst voll und ganz zu lieben. Reichtum ist es, Deine eigene Gesellschaft so recht zu genießen. Reichtum ist Gesundheit, ist Lieben, Teilen, Lernen, sich Erfreuen und Ausgewogenheit.



4.

*Benutze alles zu Deiner
Bereicherung, Deinem Lernen und
Wachstum. Egal was Dir geschieht,
egal wie unfair oder unrecht, es gibt
dabei immer etwas, das Du dieser
Situation entnehmen kannst.*



5.

Schau nach innen, sei Deines inneren Prozesses gewahr, und bleibe dem lebendigen Geist gegenüber offen. Wenn Du aufmerksam hinhörst, dann vernimmst Du eine Stimme in Deinem Inneren; es ist die Stimme Deines inneren Lehrers. Seine Führung ist sicher, klar und direkt. Gib acht darauf.



6.

Das Leben bietet Dir Lektionen. Du musst entscheiden, was unter all dem, was Deines Weges kommt, wahr ist und was nicht, was bei Dir anwendbar ist und was nicht. Du bist der wirkliche Lehrer, und das Lernen liegt ganz bei Dir.



7.

Du hast die Macht, den Raum innerhalb Deiner Haut als Dein Dir anvertrautes Gut in die Hand zu nehmen: Deinen Geist, Deinen Körper, Deine Emotionen, Dein Gefühl von Dir selbst. Übernimm die volle Verantwortung für Dich.

