

Was sind Glaubenssätze?

Glaubenssätze sind Sätze, die wir von kleinster Kindheit bis in die frühe Jugend gesagt, bzw. auf subtile Weise mitgeteilt bekommen.

Man könnte es eine Art „Programmierung“ nennen.

Alles, was ein Mensch in seinen ersten Lebensjahren erfährt oder erlebt, hat Auswirkungen auf seine ganz eigene Sicht der Welt, seine eigene Wirklichkeit und vor allem auf sein Selbst.

Glaubenssätze können motivierend, fördernd und erlaubend sein, ein Gefühl von Geborgenheit und Angenommensein, von bedingungsloser Liebe geben.

Wenn Glaubenssätze mit destruktiven Mustern besetzt sind, dann schränken sie ein, hemmen und blockieren in der Persönlichkeitsentwicklung.

Der Mensch verliert mehr und mehr seine Spontaneität, seine Neugier und Kreativität, er wird also von seinen natürlichen Energien mehr und mehr entkoppelt, seine Ressourcen verkümmern und seine autonome Entwicklung wird gestört.

Glaubenssätze werden so verinnerlicht, dass der Mensch wirklich daran glaubt, sie werden zur subjektiven Gewissheit, prägen die Persönlichkeit und wirken bestimmend auf das Leben. Aufgrund dieser Glaubenssätze wird ein Lebensentwurf gestaltet und der Betreffende wird alles tun, um diesen Lebensentwurf zu erfüllen, ganz gleich, wie dieser Lebensentwurf aussieht.

Wenn wir etwas glauben, dann werden wir uns auch entsprechend verhalten.

Wir verhalten uns so, als wäre, was wir glauben, die einzige Wahrheit, wir erschaffen uns unsere eigene Wirklichkeit.

Werden diese einschränkenden Glaubenssätze nicht von uns kritisch überprüft, hindern sie uns daran, unsere eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und unsere eigenen Ziele zu verfolgen.

Wollen wir Glaubenssätze verändern, müssen wir sie erst einmal erkennen und wahrnehmen. Unsere Gefühle weisen uns dabei den Weg. Wenn wir uns auf unsere Gefühle einlassen, haben wir die große Chance herauszufinden, wozu wir eigentlich wirklich fähig sind, was unser eigentliches Wollen ist.

Gefühle wollen gefühlt werden, mit ihnen schaffen wir uns eine andere Wahrnehmung unseres Selbst und unserer Umwelt.

Entdecken Sie sich wieder als kreativen Menschen, der weitgehend autonom von innen heraus entscheidet.

Ich helfe Ihnen gerne dabei, den Mut zu entwickeln, sich diese Chance zu erschließen und wieder Zugang zu sich selbst zu finden.

Ihre Marlit Seifert