

Verantwortung für den inneren Raum

Innere Führung bedeutet auch, Verantwortung für den eigenen inneren Raum zu übernehmen.

Wohin lenke ich meine Aufmerksamkeit?

Welchen Gedanken folge ich?

Welche Überzeugungen bestimmen mein Erleben?

Womit verbringe ich meine Zeit?

Was lasse ich täglich in mich hinein?

Und nun besonders wichtig: wie geht es mir damit?

Im Außen ist uns Verantwortung vertraut.

Wenn wir ein Auto fahren, müssen wir lenken, bremsen, abbiegen. Abstand halten und aufmerksam bleiben.

Innerlich ist es ähnlich.

Auch unser Geist bewegt sich.
Er folgt Gedanken, Bildern, Sorgen,
Erinnerungen und alten Mustern.

Innere Führung

bedeutet, nicht jedem Impuls blind zu folgen.

Wir lernen innezuhalten.

Zu unterscheiden.

Neu auszurichten.

Und bewusster zu wählen,
welchem inneren Weg
wir folgen.

So entsteht Bewusstheit.

Und mit der Bewusstheit
beginnt ein neuer Umgang
mit uns selbst.