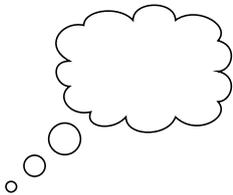


## Annehmen statt aufgeben

Annehmen ist ein wichtiger Teil von Loslösung. Wer sich von festen Vorstellungen löst, kann eine Situation leichter annehmen. Je mehr Zeit, Geld und Gefühl investiert wurden, umso größer die persönliche Identifikation ist, umso schwerer fällt es sich zu lösen. Dann gleicht die Loslösung einer Kapitulation.

Sind wir nicht bereit uns zu lösen, entsteht Resignation, eine Schattenseite des Inneren Lehrers. Kapitulation hingegen ist das Eingeständnis, dass es so nicht weitergeht, dass man keine Lösung findet. Man ist deshalb bereit, sich bedingungslos auf das einzulassen, was jetzt folgt. Wenn der Innere Lehrer kapituliert, legt er sein Geschick ganz in Gottes Hand. Es ist das Eingeständnis, dass er bereit ist, sich ganz und gar auf das Neue einzulassen, sich mit dem Zustand des Nichtwissens anzufreunden und darauf vertraut, dass das Leben das Leben unterstützt.

*Fragen, die du dir stellen kannst:*



- ◆ Was muss ich loslassen?
- ◆ Was macht es mir so schwer, das, was gerade geschieht, anzunehmen?
  
- ◆ Was möchte ich unbedingt vermeiden?
  
- ◆ Was ist für mich daran das Schlimmste?
  
- ◆ Welche Einstellung macht mich unabhängig von meiner schlimmsten Befürchtung?
  
- ◆ Welche Fähigkeiten und Charaktereigenschaften helfen mir beim Loslassen?
  
- ◆ In welche neuen Möglichkeiten wachse ich gerade hinein?
  
- ◆ Was macht es mir leichter, die jetzt gebrauchten Talente zu entwickeln?