

# Das Innere Kind

„Werdet wie die Kinder ...“

Wenn uns Zwänge, Druck, Erwartungen, Pflichten und Ansprüche die Leichtigkeit und Schönheit des Lebens haben vergessen lassen, dann ist es Zeit, auf die Suche nach den Geschenken zu gehen, die Dein Innerstes für Dich bereit hält ...

Wir haben uns im Allgemeinen an die Ernsthaftigkeit des erwachsenen, kontrollierenden, angepassten Ichs verloren und uns von unseren Gefühlen und dem Wahren Selbst entfernt – Gelassenheit, Freude, Kreativität und Lebenslust sind auf der Strecke geblieben.

Menschliche Krisen, Konflikte und Probleme weisen in Beratung und Therapie meist sehr deutlich auf die Bedürftigkeit eines der wichtigsten Anteile auf dem unterbewussten "Spielfeld" unserer inneren "Mannschaft" hin, der sehnsüchtig nach Aufmerksamkeit, Anerkennung, Achtung, Zuwendung und Liebe ruft - dem sog. **„Inneren Kind“**.

Leider lebt das „Innere Kind“ bei den meisten Menschen noch unerkannt im Exil!

Als Kind haben wir Überlebensstrategien entwickelt, um der ständigen Gefahr von körperlichen, emotionalen oder mentalen Verletzungen auszuweichen und unserer Sehnsucht nach Aufmerksamkeit und Liebe die Erfüllung zu ermöglichen. Mit diesen Verhaltensmustern und Strategien ist es uns als Kind dann einigermaßen gelungen, Schmerzen und Ängste zu vermeiden. Obwohl wir diese verinnerlichten Verhaltensmuster als Erwachsene nicht mehr brauchen, existieren sie weiterhin. Denn das Kind von damals lebt weiter in unserem Inneren und hat weiterhin seine Bedürfnisse nach Aufmerksamkeit, Liebe und Anerkennung. Meist auch noch verbunden mit der Angst, evtl. wieder verletzt oder zurückgewiesen zu werden.

Um uns vor Gefühlen von Unbehagen, Furcht oder Schmerz zu schützen, haben wir Mechanismen entwickelt, die uns von unseren Gefühlen abtrennen und somit unsere Lebendigkeit und Lebenslust ständig weiter reduzieren besonders mit zunehmendem Alter.

Die meisten unserer derzeitigen Probleme, ob gesundheitlich, finanziell oder auch spirituell, hängen mit diesem unerlösten, teils völlig unbekanntem inneren Wesen zusammen.

**Es dominiert ca. 60-80 % unseres Unterbewusstseins und steuert damit auch wesentlich unseren Körper, dessen Befindlichkeit bzw. Gesundheit!**

Der Zugang zu unseren höheren Wesensaspekten, dem "Hohen Selbst", der Seele und dem "Göttlichen Selbst" sind ebenfalls NUR über den guten Draht zum Inneren Kind möglich, denn dieses steht von Geburt an in einer natürlichen Verbindung zum wahren Selbst!

Es ist darum ganz wesentlich, den Zugang zu diesem Inneren Wesensanteil herzustellen, jede Gelegenheit zu nutzen, diesen wertvollen Kontakt zum Innersten zu forcieren, mit diesem wichtigen Aspekt der Persönlichkeit konstruktiv zu kooperieren, damit kreative Seiten in uns zu wecken, die Leichtigkeit im Leben zu akzeptieren, vielleicht sogar das "Göttliche Kind" zu erahnen und all' die Geschenke zu erhalten, die das Innere Kind uns gerne schenken möchte ...

Es wartet nur darauf von uns entdeckt, erweckt, beachtet, gehört, angenommen und bedingungslos geliebt zu werden.

Wenn der Wunsch, dieses Wesen endlich kennenzulernen in Ihnen entstanden ist, dann freuen wir uns, wenn wir Ihnen dabei mit Beratung, Seminar oder „Innerer Reise ins Reich des Kindes“ Unterstützung geben dürfen.

In Spirit  
Minerva LebensArt  
Elke Antara Minerva  
[www.SeelenBegegnung.com](http://www.SeelenBegegnung.com)