

Die Fesseln unseres Geistes

Dr. Oliver Marc Wittwer / 22.09.2023 / www.provisions.ch



Schuld und Scham sind die Fesseln deines Geistes. In deinem Denken und Fühlen halten sie die Zügel in der Hand. Dein Geist würde gerne frei und fröhlich, grenzenlos lieben und schöpfen wie ein Kind. Doch die Stricke aus Schuld und Scham, die du um deinen Geist gelegt, machen aus dir ein ohnmächtig verwickeltes Bündel.

Ja, du darfst, mein Kind! Du darfst alles, was du willst. Und du darfst auch Fehler machen, ich werde dir nie darüber böse sein.

Da du die Konsequenzen deines Tuns nicht sehen und fühlen wolltest, hast du sie ausgeblendet, wolltest nicht fühlen, was andere fühlten. Da alles unauslöschlich ist, hat sich die Erinnerung dieser Verdrängung wie ein Stachel als Schuld in dir eingenistet. Und jedes Mal hast du dich selber noch mehr vergessen, dich isoliert und wurdest mehr verhärtet. Mehr Fehler, die zu Leid führten, waren das Resultat. Und auch das wolltest du vor dir verstecken. So entstand die Scham.

Wenn du dich jetzt von der Schuld und Scham befreien willst, dann nimm sie an und fühle sie. Und folge dem Impuls, den sie dir schenken. Und wenn du ganz befreit, höre immer auf dein Herz, wenn du etwas denkst, fühlst, sagst oder tust.

Denn es ist die Liebe des Schöpfers, wie ein Vater und eine Mutter, die dich durch dein Herz schützt und führt, dich mit Mut und Kraft versorgt, und dir den Weg und wenn nötig den Ausweg immer wieder zeigen wird.