DU. BIST. JETZT.

Dr. Oliver Marc Wittwer / 14.01.2023 / www.provisions.ch



Die folgenden Worte wirken wie Magie. Wie heilende Medizin. Ich habe sie in dem heilenden Bewusstsein niedergeschrieben, wie ich sie in dem Moment gefühlt habe. Und noch immer fühle. Und ich lege dieses Gefühl in diese Worte. Nimm sie in dich auf. Verstehe sie tief mit deiner Seele. Deine Seele wird sie verstehen. Wenn du es zulässt. Spüre deinen Körper, wie er darauf reagiert. Trink diese Medizin. Werde heil.

DU. BIST. JETZT.
DU. BIST NICHT.
DEINE GESCHICHTE.

Du bist nicht die Gefühle und der Schmerz, die du erlebt hast.

Du bist nicht deine Ängste, an die du durch deine Geschichte zu glauben begonnen hast.

Du wurdest durch deine Geschichte zu dem, was du jetzt bist.

Denn deine Geschichte hat dich geschmiedet.

DEINE. GESCHICHTE.
IST. JETZT.
NICHT. MEHR.

Nur in deinem Geist hieltest du sie am Leben. So wirkte sie als reale Fiktion in dir und hielt dich gefangen.

Deine Geschichte sind die Späne, die Schlacken, das Stützgestell, die für dein Werden notwendig waren. Jetzt sind sie nicht länger von Nutzen.

Kein Werkzeug, das geschmiedet, kein Werkstück, das gehobelt, kein Holzstück, das geschliffen, und kein Schmuckstück, das gegossen wurde, trägt noch die Splitter, die Späne, den Staub oder die Stützen mit sich herum, die bei seiner Herstellung entstanden sind.

Es ist auch nicht die Schläge, die es geformt haben.

Du bist nicht sie. Lass sie los.

DU. BIST. JETZT.
DU. BIST DAS. WAS
DU. JETZT. BIST.