

Das Nichtliebenswerte lieben



Teal Swan ist eine international anerkannte spirituelle Lehrerin und einflussreiche neue Stimme im Bereich der Metaphysik. Sie wurde mit übersinnlichen Fähigkeiten geboren. Teal überlebte ein 13-jähriges Martyrium physischen, psychischen und sexuellen Missbrauchs. Mit 19 gelang ihr die Flucht vor ihrem Peiniger; sie ließ sich auf einen Prozess der Heilung und Transformation ein. Heute gibt sie ihr Wissen auch in Workshops an Menschen weiter, die Vergabung, Glück, Freiheit und Selbstliebe finden wollen. Erster Workshop in der Schweiz zu buchen unter: www.bpv.ch/veranstaltungen/372-synchronisationsworkshop

Teal Swan im Gespräch mit der Redaktion Mir geht's gut! über die befreiende Kraft der Selbstliebe und übersinnliche Fähigkeiten.

Was war deiner Meinung nach der Grund dafür, dass du dich auf diese Suche nach der Selbstliebe begeben hast?

Teal: Ich hatte das Gefühl, dass ich mich nicht wollte. Die Haut, in der ich steckte, war für mich eine Gefängnisstrafe und nicht etwas, was ich mir ausgesucht hatte. Und ich dachte: Wie soll ich mich auf etwas einlassen, das ich gar nicht will. Das heißt, ich erkannte, dass ich mich nicht liebte, dass ich mich wahrscheinlich noch nie geliebt hatte. Ich fühlte keine Selbstliebe und hatte auch gar keine Ahnung, wie Selbstliebe gehen sollte.

Gab es auf deiner Suche einen Punkt, der dich entscheidend voranbrachte?

Teal: Es gab wahrscheinlich mehrere Punkte. Ein wesentlicher Punkt aber war, mir einzugestehen, dass ich mich selbst hasste. Diese Erkenntnis ist einerseits schmerzhaft, andererseits auch eine Erleichterung. Ich erkannte, dass ich einen Feind mit mir herumtrug. Dieses Eingeständnis wollte ich jahrelang nicht wahrhaben. Und dieser Widerstand ist unendlich energieraubend. Diese Erkenntnis ging bei mir gleichzeitig mit dem Entschluss einher, dass ich endlich aus diesem Gefängnis herausfinden müsste, dass ich endlich lernen müsste, mich selbst zu lieben.

Haben dich auf deinem Weg auch Menschen unterstützt?

Teal: Es gibt viele Leute, die Selbsthilfekurse anbieten, die Bücher darüber geschrieben haben, die ständig

von Selbstliebe reden, aber im Grunde überhaupt nicht wissen, was Selbstliebe wirklich bedeutet. Und niemand lehrt, wie man sich selbst lieben kann und wie Selbstliebe in der Praxis aussieht. Daher war ich am Ende meiner Suche nach Selbstliebe frustrierter als am Anfang. Ich fragte mich, wodurch sich wohl Menschen, die sich selbst lieben, von Menschen unterscheiden, die sich nicht lieben. Und diese Unterschiede waren es, die ich brauchte. Ich war überzeugt, dass sie mir aufzeigen würden, was ich selbst brauchte, um mich zu lieben.

Was war die entscheidende Wende auf deiner Suche nach einem Weg, sich selbst zu lieben?

Teal: Entscheidend waren schließlich meine übersinnlichen Fähigkeiten. Dank dieser Fähigkeiten kann ich die Wirkung von Gedanken auf Dinge und die Wirkung der Frequenz einer Sache auf etwas anderes visuell sehen. Ich sehe buchstäblich, wie Gedanken wie »Ich werde niemals gut genug sein!« direkt auf den Magen wirken und dort gesundheitliche Probleme wie Magenschleimhautentzündung oder Magengeschwüre verursachen.

Was machen Menschen, die sich lieben, deiner Meinung nach anders als jene, denen das nicht gelingt?

Teal: Mir wurde klar, dass Menschen, die sich hassen, es sich einfach schwer machen. Ich merkte, dass ich die lange Straße genommen hatte, um mich gut zu fühlen. Menschen, die sich selbst

lieben, nehmen die Abkürzung. Ich war auf der Jagd nach Glück, doch diese entschieden sich einfach dafür. Ich hatte keine Ahnung, was mich glücklich machen würde oder was meine Lebensaufgabe bzw. der Sinn meines Lebens war. Doch inzwischen weiß ich: Auf dem Weg zum Glück und zum Sinn des Lebens gibt es keine falschen Entscheidungen, da es nicht nur um eine Sache geht. Sein Glück und seinen Lebenssinn zu finden, hat mit allen Entscheidungen zu tun.

Wie wichtig ist eigentlich die Intuition, die ja eigentlich jeder Mensch hat, wie du auch in deinem Buch schreibst?

Teal: Viele Menschen haben gelernt, ihre Intuition zu ignorieren, doch mit der einfachen Frage: »Was würde jemand, der sich selbst liebt, tun?« kann man mit der natürlichen Gabe, die wir alle mitbekommen haben, wieder in Verbindung treten. Es ist also unmöglich, seine Intuition komplett zu verlieren. Und wer wirklich auf seine Intuition hört, lauscht mit allen Sinnen. Intuitive Botschaften kommen auf vielerlei Weise und bei verschiedenen Menschen unterschiedlich durch. Stell dir selbst innerlich eine Frage, und du hörst die Antwort, vielleicht siehst du sie sogar. Oder du weißt einfach die Antwort.

Voraussetzung für Selbstliebe ist, wie du in deinem Buch schreibst, ein authentisches Selbstwertgefühl.

Teal: Wahres Selbstwertgefühl entspringt dem Wissen, dass niemand mehr oder weniger wert ist als ein anderer Mensch. Menschen mit Selbstwertgefühl haben erkannt, dass Unvollkommenheit Seite an Seite mit

Vollkommenheit existiert und dass Unvollkommenheit nicht heißt, sie wären mehr oder weniger wert als andere. Menschen mit Selbstwertgefühl betrachten andere als anders, aber ebenso viel wert wie sie selbst.

In deinem Buch schreibst du, dass zum Beispiel Grenzen eine Orientierungshilfe sein können und dass es ungesunde Grenzen gebe. Was sind solche ungesunden Grenzen!?

Teal: Nein sagen, obwohl man Ja meint bzw. umgekehrt. Schuldgefühle, wenn man Nein sagt. Nichts zu sagen, obwohl man etwas zu sagen hätte. Körperliche Berührungen oder Sex zulassen, obwohl man das nicht will. Zulassen, dass andere uns bzw. in unserer Anwesenheit etwas sagen, was uns unangenehm ist. Bedürfnisse nicht definieren oder kommunizieren, besonders in Beziehungen. Und vieles andere mehr.

Das Interview führte Marius Hiller.

BUCHTIPP:



TEAL SWAN
Befreie dich durch Selbstliebe

Koha Verlag
312 Seiten, gebunden
16,95 €
ISBN 978-3-86728-297-0