

# Das Foyer – eine Übersicht

Wie lange das Foyer für dich dauert, liegt ganz bei dir. Du gehst deine Schritte in deiner Zeit. Es können drei Monate sein, oder auch ein Jahr oder mehr, je nachdem wie groß deine Motivation nach Veränderung ist und auch deine Ressourcen (Zeit, Kraft, Geld).

Hier gebe ich dir eine Übersicht über die Inhalte, die dich im Foyer erwarten und den Nutzen, den du daraus ziehen kannst.

Hier treffen wir die Vorbereitungen zu der Reise zu unserem Herzensziel, wieder in Übereinstimmung mit unserem wahren Wesen zu leben. Nach meinem Verständnis entspricht unser Wesen der Grundenergie der wahren LIEBE. Bedingungslose Akzeptanz dessen, was IST. Ohne Wertung, ohne Urteil. SEIN.

Da es nach meinem Weltbild nur zwei Grundenergien gibt, Angst oder Liebe, ist die Schlussfolgerung dieses Ziel zu erreichen sehr einfach: Wir suchen die Bereiche, in denen noch die Angst bewusst oder unbewusst herrscht, und transformieren sie zu Liebe.

Dies kommt einem sehr großen Ziel gleich. Man könnte es gleichsetzen mit dem Ziel, sich sein Paradies auf Erden zu schaffen. Ein Leben, das in allen Lebensbereichen im Außen in Übereinstimmung ist mit dem wahren Wesen, das Erfüllung, Wohlstand, Frieden und Glückseligkeit bedeutet.

Es ist wichtig, zu verstehen, dass Leben Wachstum bedeutet. Wenn wir nicht freiwillig wachsen, dann sorgt das Leben dafür, oder wir sterben. Wachstum findet immer am Rand oder außerhalb unserer Komfortzone statt. Dies ist der Ort, an dem du dich einigermaßen sicher und wohl fühlst. Hier ist es vertraut, hier kennst du dich aus. Hier erledigen wir **Aufgaben**. Hier findet kein Wachstum statt.

Je näher wir dem Rand der Komfortzone kommen, desto größer wird ein Gefühl: Die Angst, Unsicherheit.

Wenn wir bisher noch nicht gelernt haben, die Kraft der Angst für uns zu nutzen werden wir hier bewusst oder unbewusst genau eines immer wieder tun: **Vermeiden**.

Wir weichen den Herausforderungen und Überforderungen, den Begegnungen und Situationen aus, die Angst auslösen. Hiermit halten wir uns im ewigen Hamsterrad gefangen – im Bereich, in dem die Angst herrscht, nicht die Liebe. Und wenn wir in Angst leben, erschaffen wir mehr davon, was Angst macht. Also machen wir hiermit ein Leben in Liebe unmöglich.

Wenn wir also unser Herzensziel erreichen wollen, brauchen wir für den Pfad der Liebe unser wachsendes Bewusstsein.

Dies bedeutet zwingend **Wachstum**.

**Wachstum bedeutet, den Ängsten zu begegnen und sie aufzulösen.**

Wenn es in meinem Leben eine Krise gibt oder ein Leiden, dann verstehe ich dies als ein Konflikt zwischen dem, was IST und dem "wie es sein sollte". Man könnte auch sagen, dass es einen Konflikt gibt zwischen dem SEIN und dem SCHEIN.

Wir alle kommen mit unserem SEIN auf die Welt. Unser Aufwachsen und die Prägungen im Leben sorgen dafür, dass dieses SEIN Beschränkung erfährt, die wir derart verinnerlichen, dass wir sie selbst übernehmen und fortführen. Dies versetzt uns in den Zustand eines inneren (und oft auch äußereren) Kampfes.

Da die meisten Menschen nicht wissen, wie sie diesen Konflikt lösen können oder sich aus diesem leidvollen Zustand befreien können, schalten sie auf "Überlebensmodus" - auf "Durchhalten". Vermeiden.

Damit einher geht die Gewohnheit uns abzulenken, uns zu betäuben, uns selbst was vorzugaukeln... Man könnte auch sagen, dass wir dann Gewohnheiten leben, die unsere Unbewusstheit aufrechterhalten. Damit einher geht auch eine gewisse Entscheidung "nicht zu fühlen".

Denn wenn wir fühlen würden, wären wir in Kontakt mit Schmerz, und da die meisten Menschen nicht wissen, wie sie heilsam mit Schmerz umgehen können, oder eben die Ursache des Schmerzes verändern können, sind sie an dieser Stelle in einer Vermeidungsstrategie gefangen.

Bis sie eine neue Entscheidung treffen: "Ich nehme wieder bewusst wahr!"

Hier setzen wir im Foyer an. **Unsere Absicht ist es, diese Alltagsgewohnheiten der Vermeidung zu verändern.** Damit machen wir eine erste Erfahrung mit unserer Eigenmacht, indem wir:

- eine Tagesroutine installieren, die unser **Bewusstsein stärkt**
- Die Kraft deiner **Entscheidung** zu nutzen
- die **Kraft der Angst kennen und nutzen lernen**
- bewusstes **Fühlen trainieren**

Hiermit bist du gewappnet, um die Reise weiter anzutreten.

Macht das für dich Sinn?

Glaubst du, dass dies machbar für dich ist?