



Aus meiner Quelle

Grenzen

Hast du Grenzen?

Fühlst du sie?

Spürst du sie?

Hältst du sie ein?

Begrenzt du dich in deinem Leben,
in deinen Erwartungen an das Leben?

Warum setzt du Grenzen, wenn du doch die Freiheit in dir trägst?

Warum begrenzt du dich in deinem Denken?

Warum begrenzt du dich in deinem Sein?

Lasse dich sein, mit allem, was du bist,
auch mit deinen Grenzen.

Denn erst dann können sie sich auflösen,
wenn du sie erkennst, wenn du sie anerkennt,
wenn du deinen Raum einnimmst,

wenn du ganz selbstverständlich deinen Raum einnimmst.

Dann erst kannst du dich ausdehnen in deine Unbegrenztheit,

dann erst kannst du in Kontakt treten mit anderen Grenzen,

dann erst könnt ihr verschmelzen zu dem EINEN, das ihr seid.

Erst wenn ihr anerkennt, was ihr seid,
könnt ihr zu dem werden, was ihr in Wahrheit seid.

Erst wenn ihr eure Grenzen anerkennt,
erst wenn ihr eure eigenen Konturen anerkennt,
könnt ihr sie ausweiten, ohne euch zu verlieren.

Denn wisse:

Du brauchst deine Grenzen,
um dich selbst zu erkennen in deiner Individualität.

Du brauchst deine Grenzen,
um dich ganz in dir finden zu können und dich anerkennen zu können,
um ganz du selbst sein zu können in all deinen Eigenheiten,
denn nur so trägst du bei zur Vielfalt der Welt.

Erst wenn du dich anerkenntst in allen Aspekten deiner selbst,
kannst du andere anerkennen in allen Aspekten ihrer selbst
und erst dann könnt ihr gemeinsam die Welt bereichern,
ohne Ausgrenzung, ohne Bewertung, ohne Verurteilung.
Achtet eure Grenzen, eure eigenen und die der anderen
und findet euch selbst.