

Lisa Horter

Nobody is perfect



Liebe Dich und Dein Leben

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Kapitel 1: Infragestellungen

Kapitel 2: Das Schlüsselprinzip

Kapitel 3: In der Ruhe liegt die Kraft

Kapitel 4: Individuelle Gleichheit

Kapitel 5: Jeder Weg hat eine Abzweigung

Kapitel 6: Joker

Kapitel 7: Gedankenkarussell

Kapitel 8: Notbremse

Kapitel 9: Die Große Flut

Kapitel 10: Seelenheil

Kapitel 11: Gedankengang ins Grüne

Kapitel 12: Tapetenwechsel

Kapitel 13: Die Last der Altlasten

Kapitel 14: Die Macht der Lüge

Kapitel 15: Revolution des eigenen Ich

Kapitel 16: Liebe macht lebendig

Kapitel 17: Selbstliebe ein lebenslanger Prozess

Kapitel 18: Rollenspiele

Kapitel 19: Die Interpretation der Vergangenheit

Kapitel 20: Reflexion, Information und Interaktion

Vorwort

Dieses Buch ist meine erste Veröffentlichung. Es basiert zum Teil auf Erfahrungen aus meiner Vergangenheit jedoch auch zu aktuellen Themen und Gedanken die mich beschäftigen. Dieses Buch soll nichts in irgendwelche Lichter rücken. Das geschriebene ist mein persönliches Gedankengut. Ich möchte Menschen, euch die mein Buch lesen möchtet, inspirieren und bereichern. Heutzutage geraten viel zu viele Dinge in den Vordergrund die einfach nur auf Oberflächlichkeiten und Unwichtigem basieren. Mit meinem Buch möchte ich Denkanstöße geben und wichtige Themen ansprechen. Ich möchte zur Weiterentwicklung der Menschen beitragen und Sichtweisen erweitern. Auch will ich einen Einblick in einige persönliche Abschnitte meines Lebens geben um vielleicht Mut und Kraft an diejenigen zu senden, die sich aktuell in einer dieser Situationen befinden.



Kapitel 1



Infragestellungen

Was bedeutet es echten Erfolg zu haben? Wie gelingt es mir wirklich „schön“ zu sein? Und wo finde ich wahres Glück?

All diese Fragen beschäftigen uns ständig im Laufe unseres Lebens. Aber warum stellen wir uns fast täglich Fragen? Oder stellen wir vielleicht „Uns“ selbst in Frage? Was bewegt uns überhaupt zu ständigem Grübeln über alles und jeden?

Auch diese kurze Textpassagen die du eben gelesen hast sind Infragestellungen und Grübeleien die ganz schnell und völlig unbewusst entstehen. Wisst ihr was ich denke was der Grund für dieses riesige Spinnennetz aus Fragen, Antworten, Gedanken und Überlegungen ist, ich glaube wir spinnen es im Laufe unseres Lebens zusammen, weil wir nicht wissen wer oder was wir eigentlich sind.

Was ist unsere wirkliche Rolle im Leben, was beschreibt völlig ehrlich und rein unser selbst? Ich denke jeder von uns hat eine Ahnung wer wir gerne sein würden, aber keiner von uns weiß wer wir wirklich und vollkommen echt sind. Wir beschränken uns eigentlich nur auf Aussagen die über uns getroffen werden, und deren beinhalteten Bewertungen über unseren Charakter, das Aussehen und unsere Fähigkeiten. Schlicht und einfach gesehen: je mehr wir so sind wie es andere erwarten, desto „perfekter“ sind wir in deren Augen. Komischerweise fühlen wir uns selbst dann meistens nicht wohl. Aber was ist der Grund für dieses Unwohlsein? Wir wollen doch in den Augen anderer glänzen oder wissen wir selbst nicht was unser Wille alles beinhaltet?

Der Grund für dieses Unwissen und die damit verbundene Unsicherheit ist sehr komplex, jedoch liegt er mir persönlich

auf der Hand. Unser Hirn und die damit gesteuerte Wahrnehmung wird ständig von tausenden Dingen beeinflusst und überreizt. Wir sind kaum noch in der Lage Informationen in die „richtigen Schubladen“ einzusortieren. Schnell fokussieren wir uns auf unwichtiges und oberflächliches. Wir nehmen unser Unwissen, unseren Gedankenirrsinn einfach hin und verlassen uns auf möglicherweise manipuliertes Wissen und Unwahrheiten. Im ersten Moment erscheint es uns als viel unkomplizierter, angenehmer und einfacher, das ist es aber auf lange Sicht meistens nicht.

Täglich sehen wir Bilder von Menschen die makellos, perfekt, erfolgreich und glücklich sind. Aber sind diese Menschen es wirklich oder sind es nur die perfekt dargestellten und inszenierten Momentaufnahmen die uns genau das glauben lassen?

Die Welt ist voll mit Dingen die uns alles einfach machen sollen und Dinge die angeblich das unmögliche, möglich machen sollen. Aber was ist der Preis dafür?

Ich frage mich warum es so viele Suizide unter Stars, die augenscheinlich alles haben was ein Mensch zum „Glücklichsein“ braucht, gibt? Ist das der zuzahlende Preis für dieses Leben?

Frauen die uns perfekt erscheinen, ohne Makel und Schönheitsfehler sind, werden von ihren Männern betrogen. Menschen die sich auf Grund seelischer Erkrankungen wegen ihres „Aussehens“ Schönheitsreparaturen unterziehen, basteln jahrelang an einem perfekten Aussehen und landen dann doch in einer psychiatrischen Einrichtung. Perfekte Ehen die so erfolgreich und glücklich erscheinen werden ein paar Monate später geschieden.

Menschen die im Luxus leben und einen Monatsgehalt haben der einem Jahresgehalt eines unseren gleicht, gehen Pleite und sind dem Ruin nahe.

Was läuft hier eigentlich falsch? Ist es Karma? Ist es Schicksal? Was ist der Grund für all diese verrückten und gegensätzlichen Ereignisse?

Wir sollten uns diese Textpassage mal etwas genauer bewusst machen, vielleicht bekommst du schon einige Antworten und Erklärungen....



Kapitel 2

Das Schlüsselprinzip

Wenn ich in den Spiegel schaue möchte ich etwas anderes sehen. Vollere Lippen, längere Haare, eine kleinere Nase, weniger Speck, größere Brüste, eine schlankere Taille. Wenn ich in den Kühlschrank schaue finde ich nichts was mich anspricht. Wenn ich in meinen Kleiderschrank nachsehe, finde ich nichts zum anziehen. Wenn ich einen freien Tag habe, möchte ich nichts tun und mich ausruhen und beschwere mich im Nachhinein über zu wenig Zeit Dinge zu erledigen.

Ich glaube in mindestens einem Satz wirst auch du dich wiederfinden.

Komisch oder? Liegt es daran das jeder Mensch grundsätzlich das unerreichbare anstrebt? Will man immer dann unbedingt etwas wenn man es nicht haben kann und wenn man es schlussendlich hat, dann will man es eigentlich doch nicht haben. Du, ich, wir alle sind ziemlich komplizierte Wesen.

Was ist wenn wir einfach nur nach einem Grund suchen der uns zum „Glücklichsein“ verhilft, nur leider das Glück nicht in Dingen oder anderen Menschen liegt sondern ganz allein in uns selbst. Jetzt denkst du dir bestimmt „ja genau das ist der Schlüssel, genau das ist das Problem was wir alle haben!

Diese Sache mit dem Glück, liegt ganz allein bei uns, wir selbst sind der Schlüssel“...

Aber kennst du das wenn ein Schlüssel durch den ständigen Gebrauch, das falsche Benutzen manchmal plötzlich verbogen ist und nicht mehr richtig in das dafür