

Lieber Mitmensch

Heute möchte ich dir die gesammelten Gedanken eines romantischen Träumers vorstellen. Der momentane Zustand unserer Erde und die aktuellen Turbulenzen in vielen Teilen der Welt haben mich sehr motiviert etwas Handfestes zu tun. Daraus ist eine Hymne ans Leben, an die Natur, an die Liebe geworden.

Sprachlosigkeit, Ratlosigkeit, Lähmung, Unverständnis, Rückzug, Aktivismus, ..., was ist eine angemessene Reaktion auf diese Zustände? Unsere Stimme erheben, Gegensteuer geben, Komfortzone verlassen, Einsatz geben für eine gute Sache, Schweigen aufbrechen und Kontakte zu den Mitmenschen suchen mit der Magie echter Kommunikation.

Dieses Arbeitsbuch wendet sich an Menschen, die sich in ihrer Wahrnehmung und ihrem Fühlen vertiefen möchten, um ihr Leben bewusster zu gestalten. Im westlichen Lebensraum haben wir von allem genug, - eigentlich sollten wir glücklich sein. Manchmal beschleicht uns trotzdem ein Gefühl des Mangels, eine Leere oder etwas Unerfülltes. In solchen Momenten beschleicht uns die Ahnung, dass es in uns etwas gibt, etwas Leises, Stilles, Sanftes, das uns Geborgenheit und Halt geben könnte. Wie befreiend wäre es doch, könnten wir einfach nur sein und uns in unserem Körper zuhause fühlen, zufrieden, liebend und geliebt. Der Mensch ist erfüllt von einem tiefen Sehnen nach seiner inneren Quelle.

Warum können wir nicht glücklicher sein? Wie findet man zum Innersten? Trotz Ahnung von Liebe in bestimmten Momenten - warum können wir nicht in diesem glücklichen Zustand verweilen? Der Verstand sucht nach Erklärungen, das Gefühl zögert, das Innerste scheint etwas zu erahnen. Diese Ahnung von Veränderungen macht Mut, aber weckt auch Ängste vor dem Unbekannten.

Durch eine Art von Identitätsverlagerung das Ich aus Identifikationen mit dem Ego lösen, um mit allem in Begegnung treten zu können, wird in diesem Buch erläutert. Reines Erleben ermöglicht den direkten Kontakt mit dem Lebendigen des Moments und öffnet den Zugang zu Bewusstsein, zum fühlenden Herz, zum liebenden Gefühl.

Dies ist ein spannender Weg geeignet für alle Menschen zum wahren Selbst, ein erfüllteres Leben und leben in Dankbarkeit. Diese Reise ins Innere wird deine Welt verändern, dadurch verändert sich alles und du entdeckst deine einzigartige Individualität.

Uznach, 30.Juli 2025

Alberto Hildebrand

Bestellungen und Anfragen:

hildebrand.bert@gmail.com