

## Über Gott und die Welt:

### Das Leben als Entwicklungsprozess

Manchmal sagen wir, das Leben sei ein **Entwicklungsprozess**.

Ein **Prozess** (pro-cedere - vorwärts gehen) untersteht einem **ständigen Wandel** und das sind also ständige Veränderungen. Meist

*Stichworte:  
Veränderung  
Angst vor ~  
Entwicklung  
Achtsamkeit  
Hier und Jetzt*

wollen wir aber doch nur einen möglichst guten Zustand erreichen und ihn dann halten.

Manchmal sehnen wir uns nach einem Zustand, den wir schon mal erlebt und als angenehm

empfundener hatten - in der Vergangenheit! Als könnten wir ihn wieder herbeiholen. Dieser Moment war aber auch nicht stabil. Es ist weitergegangen, eben weil das Leben ein persönlicher Entwicklungsprozess ist.

Was heißt <entwickeln>? Etwas, das eingewickelt oder verwickelt ist, nicht frei und vielleicht nicht erkennbar. Entwickeln, also wie freilegen, auspacken, offenlegen oder entfalten. Es ist also schon da und möchte erkannt werden!

#### Übung:

*Was sehe ich? Was höre ich? Was rieche ich? Was schmecke ich? Wie fühlt sich mein Körper an? Wie ist die Temperatur, das Licht, das Wetter? Mit diesen einfachen Fragen des **Hier und Jetzt** kann ich mich sofort aus Gedanken, die mich schwächen, in eine **kraftvolle PRÄSENZ** bringen.*

Was aber will erkannt werden? Das Selbst, mein Wesen, mein Ich - **das wirkende Ich** (wirklich, wirken, bewirken, verwirken...). Das geschieht in einem fortwährenden **Erkenntnisprozess** und ist somit zutiefst **schöpferisch**, denn jede Erkenntnis und Selbsterkenntnis ist auch eine Veränderung des Bewusstseins und kann zu einer veränderten, neuen **Bewusstheit** führen. Bewusstheit führt unweigerlich über die eigene Person

heraus, zu den Verbindungen und Beziehungen von mir und den Mitmenschen, der Erde, dem Universum, evt. der Schöpferkraft. Das Selbst kann dann erfahren werden als **Gefühl der Verbundenheit, der Einheit und der Freude**.



Der persönliche Entwicklungsprozess ist also **immer in Bewegung** und Veränderung. Wir können die Illusion verabschieden, es brauche nur noch dies oder jenes um für immer glücklich und zufrieden zu sein.

#### Aus meiner Praxis:

*Menschen kommen, wenn sie Probleme haben, die so groß sind, dass sie sich selber nicht mehr helfen können. **Sie kommen bedrückt - und gehen erleichtert**. Sie sehen, wo sie stehen, verstehen, und manchmal gibt es eine Lösung. Sie haben Hilfestellungen und Werkzeuge mitgenommen und können den nächsten Widrigkeiten besser begegnen. Schwierigkeiten werden dann zu **Entwicklungschancen**.*

Das Leben geht weiter, durch Höhen und Tiefen, durch Herausforderungen und Wunder, durch Enttäuschungen und Liebe, mit Hilfe, ohne Hilfe, wie auch immer, von Schritt zu Schritt und das ist ein Prozess.

Wir können nirgends stehenbleiben und stoppen, aber wir können unsere Einstellungen ändern, unsere Ziele und unsere Ausrichtung. Wir haben immer Alles, was wir jetzt brauchen. Es geht weiter. Und mit gewonnenen Einsichten geht es leichter weiter.

**Wir können uns mit dem Augenblick begnügen. Er enthält alles.** Und Glück ergibt sich aus dem, was ich tue und wie ich lebe als Folge meines Handelns. In einem persönlichen Entwicklungsprozess zählt nur das **JETZT**. Und jeder Schritt in diesem Prozess ist ein Schritt von Jetzt zu Jetzt.

Dann stellt sich höchstens noch die Frage:

**Was hindert mich **jetzt** daran, glücklich zu sein?**

#### Übung:

*Frage Dich einen Tag lang:  
„Was hindert mich **jetzt** daran, glücklich zu sein?“*