

«Frühjahrsputz für die Seele»

Mein erster Gedanke: Was für eine eigenartige Idee für ein Fokusthema! Wie muss ich mir das vorstellen? Was ist denn eine Seele? Ist es ein Licht, ein Organ? Ist die Seele sichtbar oder spürbar?

Ich habe immer gehört, dass die Seele beim Tod aus dem Körper steigt. Ist das ein Märchen oder ist dem wirklich so? In meiner Vorstellung zu diesem Thema sehe ich ein kleines «Lichtwesen», das ich in meiner hohlen Hand trage und es mit einem kleinen Staubwedel reinige sowie mit einem feinen Duft bespraye. Tja, aber ich denke, dass ich da komplett auf dem Holzweg bin. So habe ich nun erst einmal «swiss-cows.ch» bemüht um etwas mehr über unsere Seele zu erfahren. Und dass der Begriff «Seele» oft und viel beschäftigt, zeigt uns die Anzahl von über 65 Millionen gefundenen Resultaten.

Erklärung aus dem Internet

Die Enzyklopädie Wikipedia erklärt die Seele so: Der Ausdruck Seele hat vielfältige Bedeutungen, je nach den unterschiedlichen mythischen, religiösen, philosophischen oder psychologischen Traditionen und Lehren, in denen er vorkommt. Im heutigen Sprachgebrauch ist oft die Gesamtheit aller Gefühlsregungen und geistigen Vorgänge beim Menschen gemeint.

Noch kürzer wird es an einem anderen Ort definiert: «Gesamtheit dessen, was das Fühlen, Empfinden, Denken eines Menschen ausmacht; Psyche».

Psyche – dies bedeutet auf Altgriechisch schlicht «Atem». Naja, wenn ich



den eigenen Atem auf meinem Arm spüre, fühle ich meist etwas Angenehmes, Wohltuendes. So passt es doch wieder mit der zweiten Erklärung zusammen. Doch wenn die Seele auch das Denken eines Menschen ausmacht, gibt es dann auch gute und schlechte Seelen? Alles Fragen, welche im ersten Moment suspekt erscheinen. **Doch je länger ich mich mit dem Thema auseinandersetze, wird mir vieles klarer. Es geht da also um mein Fühlen und Denken sowie um meine Empfindungen, also meine ganz tiefe Grundeinstellung, mein «ICH».** Wie ist die Gefühlslage meines «ICH»? Braucht dieses eine Auffrischung, eine Erneuerung oder ist es gar verletzt? Vielleicht fühlt sich alles gut an und ich weiss gar nicht, was ich wie verbessern könnte.

Erstauntes Erwachen...

Nun stellte ich fest, dass mein «ICH» wirklich einen Frühjahrsputz ertragen könnte. Denn meine Gedanken, meine Meinungen und meine Einstellung gegenüber Andersdenkenden lassen mich immer wieder aufhorchen und erschrecken mich teilweise. Wenn ich in mir einmal alles in Frage stelle und die Dinge von aussen betrachte, ist es schon so, dass ich meiner Seele etwas Gutes antun könnte.

Gerade in der heutigen Zeit wurden meine Gedanken und Gefühle zu gewissen Themen arg strapaziert und ich stelle fest, dass dies nicht zu Gunsten meiner Seele erfolgt ist.

Es ist möglich, dass ich meiner Seele jährlich einen neuen Anstrich verpasse und mit viel Freude und Liebe festgefahrene Ansichten mit neuen, frischen und urteilslosen Gedanken auffrischen kann. Damit gebe ich meinem «ICH» die Möglichkeit, Menschen, welche ich mit meinem persönlichen Urteil in einer Ecke abgestellt hatte, wieder eine Chance zu geben. Das heisst, dass jeder Mensch, welcher bei mir in Ungnade gefallen sein sollte, wieder die Möglichkeit eines Neuanfanges erhält – sofern er dies auch zulässt. Aber es muss ja nicht gerade so extrem sein. Ich kann auch kleinere Unstimmigkeiten mit mir selbst oder auch mit meinen Mitmenschen wie-



der in Ordnung bringen. Dies kann zum Beispiel eine Entschuldigung für einen Ausrutscher in meiner Wortwahl bei einer Meinungsverschiedenheit sein.

Verletzte Seelen

Unsere Seele kann auch alte Verletzungen haben, welche durch fehlende Liebe in der Kindheit oder den Verlust von lieb gewonnenen Menschen und Tieren entstanden sind. Dies hinterlässt Spuren in unserem Unbewussten, welche sporadisch oder auch durch spezielle Ereignisse wie zum Beispiel einer Krankheit, hervorgerufen werden. Solche Verletzungen schwächen uns, weshalb es wichtig ist, dass wir versuchen, sie zu heilen.

Das Einmachglas mit Ereignissen, welche im Frühjahrsputz bereinigt werden können

Es gibt Menschen, welche ihre täglichen Glücksmomente aufschreiben und in einem Einmachglas aufbewahren. Einmal im Jahr öffnen sie dieses Glas und lassen die verflossene Zeit Revue passieren. Nun könnten wir unsere Ausrutscher und weniger guten Momente aufschreiben und eben im Frühjahr noch einmal durchgehen. Wobei wir uns dann vornehmen, diese Ereignisse zu bereinigen, damit unsere Seele wieder frei davon ist. Dieser Frühjahrsputz unserer Seele wirkt sich auf unser Karma aus. Jede Tat und sogar jeder Gedanke haben Folgen – auch

für den handelnden Menschen. Hier geht es um das Prinzip der «ausgleichenden Gerechtigkeit». Gemeint ist damit, dass man für alles, was einem widerfährt, durch frühere böse oder gute Taten selbst verantwortlich ist.

Ach, diese gute Seele

Immer wieder einmal wurde oder wird im Zusammenhang mit einem bestimmten Menschen von «guter Seele» gesprochen. Es ist mir nicht klar, ob dies auch jeweils im effektiven Zusammenhang mit der Seele gemeint ist, dies soll hier aber nicht Kern des Themas sein. Doch gerade bei Abdankungen und Beileidsbekundungen ist dies jeweils zu hören bzw. zu lesen. Dies ist meines Erachtens ein schönes Bekenntnis zu einem Menschen und zeigt auf, dass dieser Mensch Gutes bewirkt hat.

Wenn ich jeweils die Fotos von Emile Coué betrachte, welche auf der letzten Seite unserer „inspiration“ abgebildet sind, denke ich auch gleich an die gute Seele und sein Karma, welches er mir über diese Bilder vermittelt.

Ich bin sehr glücklich, dass ich durch sein Wirken meine Gedanken, mein Fühlen und Empfinden – nicht zuletzt mit dem Satz «Es geht mir mit jedem Tag in jeder Hinsicht immer besser und besser» in eine positive Richtung fließen lassen kann. Und wenn dies dann nicht reicht, gehe ich nun jährlich an den Frühjahrsputz!

Wenn Sie sich intensiver mit der Seele befassen möchten, empfehle ich Ihnen das Buch «Der Seelenbeweis» - von Wigbert Winkler aus dem Verlag Crotona.

BUCHTIPP



Der Seelenbeweis

(Das Wissen über die Seele in Philosophie und Wissenschaft)

Wigbert Winkler

Crotona Verlag
ISBN: 978-3-86191-094-7

**Preis
CHF
34.90**