
Weisheits-Zitate

aus dem Buch
von Paul Ferrini

**„Unterwegs
nach Nirgendwo“**

AURUM-Verlag
in J. Kamphausen
2009

Ich bin der Friedensstifter

Bin ich JETZT im Frieden
mit mir selbst?

Ich heiße die Teile von mir,
die im Konflikt miteinander stehen, willkommen.

Ich bin der Friedensstifter.

Ich akzeptiere dich so, wie du bist.

Ich respektiere deine Meinung.

Ich handle nicht auf eine Weise, die dich verletzt.

Ich bin der Friedensstifter.

In mir ist genügend Raum,

um diese Widersprüche zu beinhalten,

um sie geduldig und schweigend zu umarmen.

Ich muss jetzt nicht wählen

und somit einen Teil meines Selbstes entehren.

Ich ehre alles an mir, egal wie lange es braucht.

Ich bin der Friedensstifter.

Ich bin derjenige, der alle Konflikte und Zwiespälte

in die ruhevollere Einheit des Herzens bringt.

Ich bin derjenige, der einen sicheren Ort

für den Konflikt schafft.

(S. 28)

Dein wahres Selbst
ist unveränderbar

Sobald du einmal weißt,
WER DU BIST,
kannst du dich nicht mehr
selbst verraten.

Du kannst dich nicht mehr
in irgendeiner Glaubensform,
in irgendeinem Gemütszustand
oder irgendeiner Beziehung verlieren.

WER DU BIST,
hängt nicht mehr davon ab,
wohin du gehst,
mit wem du zusammen bist
oder was du machst.

(S. 72)

Die Brücke bauen

Wenn ich dir die Liebe gebe,
die du mir verweigerst,
dann gebe ich die Liebe an uns beide.
Ich ermutige dich,
dich nicht selbst aufzugeben.

Ich sage:
„Ich habe genügend Liebe für uns beide.
Da du die Liebe jetzt nicht erkennst,
werde ich sie dir zeigen.“

Und indem ich dies tue,
baue ich eine Brücke über die Trennung,
die du empfindest.

(S. 79)

Betrug und Selbstbetrug

Wenn du nicht betrogen werden willst,
dann lasse niemand sich für dich aufgeben.

Bestehe darauf,
dass die Person sich selbst achtet,
denn wenn sie sich selbst achtet,
dann wird sie auch fähig sein
dich zu achten.

Eine gemeinsame Entwicklung geschieht nur
zwischen zwei gleichberechtigten Wesen.

Es funktioniert nicht, wenn
einer stärker als der Andere ist.

Wenn du jemand liebst und er nicht weiß,
was er will, dann
ermutige ihn es herauszufinden.

Mach ihm den Weg frei,
um das zu entdecken,
was er will.

Er muss dies lernen,
eher er dir ebenbürtig sein kann.

(S. 83)

Selbstpflege
als wichtigste Handlung
des spirituellen Lebens

Was du tun kannst,
ist gegenwärtig sein und abwarten,
bis der innere Wandel vollzogen ist.

Deine Achtsamkeit
bringt den Wandel schrittweise hervor,
weil dir selbst gegenwärtig zu sein,
eine Handlung der Liebe ist.

Das Erkennen und das Betreuen deiner Ängste
erschafft tiefgreifende seelische Sicherheit.

Das ist die Essenz dieses
Selbstpflegeprozesses.

(S. 86)

Ich weiß es nicht.

Du trägst die Verantwortung für das,
was du glaubst und für das,
was du entscheidest.
Also überlege es dir bitte gut.

Höre auf mich und höre auf andere.
Aber am wichtigsten,
höre auf dich selbst.
Du bist derjenige,
der die Entscheidung trifft
und mit ihr leben musst.

(S. 101)

Spirituelle Selbstgeburt

Wir sind nun die Mutter.

Wir sind diejenigen, die einen
sicheren Mutterleib für den Fötus bieten.

Wir können nicht im Außen
nach Unterstützung suchen.

Stattdessen müssen wir innen suchen,
wir müssen unsere innere Stärke finden
und wir müssen an uns und denjenigen,
der durch uns hindurch geboren wird, glauben.

Es ist ein einsamer Weg.
Aber es ist der einzige Weg,
das Alte zu verlassen,
so dass das Neue geboren wird.

(S. 108 f.)

Der Ort der Heilung

Es gibt einen Ort der Heilung,
an dem die einzelnen Teile
eins nach dem anderen akzeptiert werden
und sich Schritt für Schritt zusammenfügen.
Wenn der Beobachter heil und ganz ist,
dann ist alles,
was er sieht: heilig.

Du erreichst den Ort
nur durch das Akzeptieren und Vergeben
von allem was geschieht.

Das ist der Ort,
an dem alle erleuchteten Wesen sind.

(S. 112 f.)

Spirituelle Manifestation

Jede Manifestation beruht auf Verlangen.

Alles was es braucht ist
deine Verpflichtung, deine völlige Hingabe.

Wir müssen nicht länger „tun“ und „schaffen“,
um würdig für die Liebe zu sein.

Wir wissen,
dass wir nur durch unser SEIN
würdig für die Liebe sind.

Und unsere innere WÜRDE ermöglicht uns,
Liebe ohne Bedingungen und Erwartungen
zu schenken
und schafft so einen Pfad,
auf dem Liebe kurzerhand zu uns
zurückkehren kann.

Spirituelle Manifestation
ist die Gegenwart der GNADE.

(S. 119 - 122)

Zum Wohle aller dienen

Wenn wir glücklich sind,
sind wir unverzüglich an dem göttlichen Plan beteiligt,
der unser Wohl und das Wohl der anderen anstrebt.

Uns wird sofort
erfreuliche und geeignete Arbeit gegeben.

„Hier sind meine Fähigkeiten.
Nutze sie, wenn du willst,
um dich um unser gemeinsames Wohl zu kümmern.

Ich vertraue dir völlig,
dass du mich fair und respektvoll
honorierst.“

Wenn du bereit bist,
deinen Beitrag zu leisten,
unabhängig von dem Ergebnis,
wirst du ein Fußsoldat Gottes.

(„Mit-Schöpfer Gottes“ wäre mir lieber als „Fußsoldat“, JS)

(S. 125)

Das Gesetz der Gnade

Der Fluss der Gnade in deinem Leben
ist der Anfang des Paradigmenwechsels,
eines wirklichen Wandels
deines Denkmusters.

Geduld ist der Schlüssel jedes
Entscheidungsfindungsprozesses.

(S. 127 / 129)

Der Weg zum Frieden

(#1) Vertraue dir selbst und höre auf dein Inneres.

(#2) Wenn du zuhörst, denke nicht,
dass du etwas „wissen“ oder „tun“ musst.

(#3) Sei dein eigener Ratgeber, wenn du
deine Gedanken und Gefühle erforschst.

(#4) Wenn du alle deine Gedanken und Gefühle
akzeptieren kannst und mit ihnen in Frieden ist,
dann höre auf die innere Eingebung,
die dabei aufkommt.

(#5) Wenn du deiner Führung folgst, dann spreche
und behandle andere mit Liebe und Respekt

(#6) Wie unvollkommen deine Worte und
Handlungen auch sein mögen, akzeptiere sie
einfach und erkenne, dass du dein Bestes
gegeben hast.

(#7) Akzeptiere die Reaktionen von anderen,
selbst wenn sie anders reagieren,
als du wolltest oder erwartet hast.

(#8) Wenn du dich darüber ärgerst, wie andere
auf dich reagieren, dann finde einen stillen Ort
und fang mit dem Prozess von vorne an.

(S. 133 - 138)

Die goldene Regel

Liebt Gott
mit all eurem Herzen
und Verstand und
liebt euren Nächsten
wie euch selbst.

In der Tat ist
Gottes Liebe und Gegenwart
der Inbegriff dessen, was wir sind.
Gott zu lieben bedeutet
uns selbst zu lieben
und zu ehren -
unserer Führung zuzuhören
und uns nach ihr zu richten.

(S. 142)

Partnerkonflikte SOFORT beenden

Ich merke
dass ich durcheinander und unglücklich bin
und dass ich denke, dass mein Partner
der Grund für meine Gefühle ist.
Aber ich weiß, dass es nicht so ist.
Ich weiß, dass nur ich
allein für alles, was ich denke und fühle
verantwortlich bin.
Ich bin verantwortlich dafür,
wie ich meinen Partner wahrnehme -
und diese Wahrnehmung ist meine Interpretation,
meine Beurteilung dessen,
wer diese Person für mich ist.
Meine Interpretation sagt nichts darüber aus,
wer er wirklich ist,
selbst wenn sein Verhalten scheinbar
mit meiner Wahrnehmung von ihm,
übereinstimmt ...
Ich und nur ich allein bin verantwortlich dafür,
wie ich jetzt gerade denke und fühle.

(S. 153)

Ich bin unschuldig
und du bist es auch

Deine wütende Reaktion auf deinen Partner
ist der Schlüssel. Sie sagt uns zunächst,
dass deine Wut schon vorhanden war.
Denn wenn du auf die Wut deines Partners
mitfühlend reagiert hättest,
hätte uns das gezeigt,
dass es in dir keine Wut gab,
die provoziert werden konnte.

Wenn wir auf den Angriff eines anderen
mitfühlend reagieren - wenn wir
die andere Wange hinhalten, so wie Jesus es wollte -
beenden wir den Teufelskreis der Projektion,
der beidseitigen Übertretung von Grenzen
und des Karmas.

Stattdessen sagen wir dem Angreifer:
„Ich bin unschuldig und du bist es auch.“

(S. 155)

Flügel und Wurzeln

Jede Beziehung besitzt beide Polaritäten.
Die Herausforderung für beide Partner
und die Beziehung im Ganzen liegt darin,
sowohl Flügel wachsen zu lassen,
als auch Wurzeln zu schlagen.

Beide Personen benötigen sowohl Pflege und Halt,
als auch Herausforderung und Wachstum.

Und wenn beide Personen diese Polaritäten
in ihr eigenes Leben integrieren,
ist die Chance höher,
dass sie imstande sind,
diese Balance in ihrer Beziehung zu finden.

(S. 160)

Vergebungsmeditation

Das Urteil, das ich gefällt habe, ist falsch.

Es wurde durch Ignoranz gefällt.

Es sagt mehr über mich aus als über irgendjemand anderen.

Aber selbst über mich stimmt es nicht.

Dieses Urteil ist eine Spiegelung meiner Angst.

Ich werde mir lieber meine Angst ansehen,
als mich oder jemand anderen zu beurteilen.

(S. 165)

Sich der Angst stellen

Das Urteil, das gefällt hat, ist falsch.

Es wurde aus Ignoranz gefällt.

Es sagt mehr über sie/ihn als über mich aus.

Aber es stimmt nicht einmal bei ihr/ihm.

Das Urteil spiegelt nur Angst wider.

Sie/Er greift mich an,

weil sie/er ihrer/seine Angst nicht gegenüber treten will.

Ich wiederum will mich verteidigen,

weil ich meiner Angst nicht gegenüber treten will.

und ich haben dieselbe Angst

und weder sie/er noch ich wollen ihr entgegentreten.

Ich nehme die Tatsache an, dass Verhalten

die Angst in mir aufkommen lässt.

Und ich bin bereit,

jetzt meiner Angst entgegenzutreten

und mitfühlend bei ihr/ihm zu verweilen,

anstatt zu versuchen, mich selbst zu verteidigen.

(S. 165-166)

Der Pfad der Selbsterkenntnis

liegt nicht im Verstehen,
WARUM Dinge geschehen,

sondern im Verstehen,
WAS hier und jetzt passiert.

(S. 170)