

## Jesus Sanander

In Zeiten in welchen sich das Außen beinahe täglich wechselt ist es um so wichtiger die Innenschau nicht außer Acht zu lassen. Denn wenn ich mein Innen besehe, werde ich meine eigenen Werte erkennen und erkennen wo ich stehe.

Es gab Zeiten da war es verpönt sich zu sehr sich selbst zu widmen, denn es galt als eitel oder sogar arrogant. Viel mehr galt das Gruppenerlebnis, bisweilen war es so sehr eingefordert worden, dass jedes einzelne Individuum sich förmlich aufzulösen hatte. Diese Zeiten sind längst vorbei. Generell haben sich die Zeiten sehr stark geändert und werden sich in Hinkunft noch viel stärker ändern, in einer wesentlich höheren Schrittfrequenz. Um so wichtiger erscheint es in unruhigen Zeiten, über eine gute Standfestigkeit zu verfügen. Wann werde ich diese haben? Wenn ich von mir selbst überzeugt bin, wenn ich von meinen Qualitäten weiß und sie lieben und schätzen gelernt habe. Es geht also wie so oft um die Selbstliebe und Selbstannahme, um den Selbstwert und das Selbstbewusstsein. All dies sollst du in dir befeuern, auf dass du gut durch die kommenden angeregten Zeiten steuern kannst. Wenn du dich selbst angenommen hast, wirst du von deiner Umgebung angenommen werden. Wenn du von dir überzeugt bist, werden die anderen größtenteils auch von dir überzeugt sein. Folge dem Gesetz deiner Ausstrahlung und strahle Bewusstsein aus. Dieses Bewusstsein wird sich immer stärker nach innen fortpflanzen, mit dem Ergebnis, dass Krisenzeiten wesentlich einfacher gemeistert werden können, denn eine jeweilige Erschütterung wird nur von kurzer Dauer sein und die Regenerationsphasen immer kürzer werden. Finde dich selbst, finde deine eigene Wahrheit, deinen eigenen Kern, deinen eigenen Roten Faden und handle stets so, dass du in deiner Selbstliebe stehst, aber dabei keinem Schaden zufügst.