

Gerlinde Hoffmann

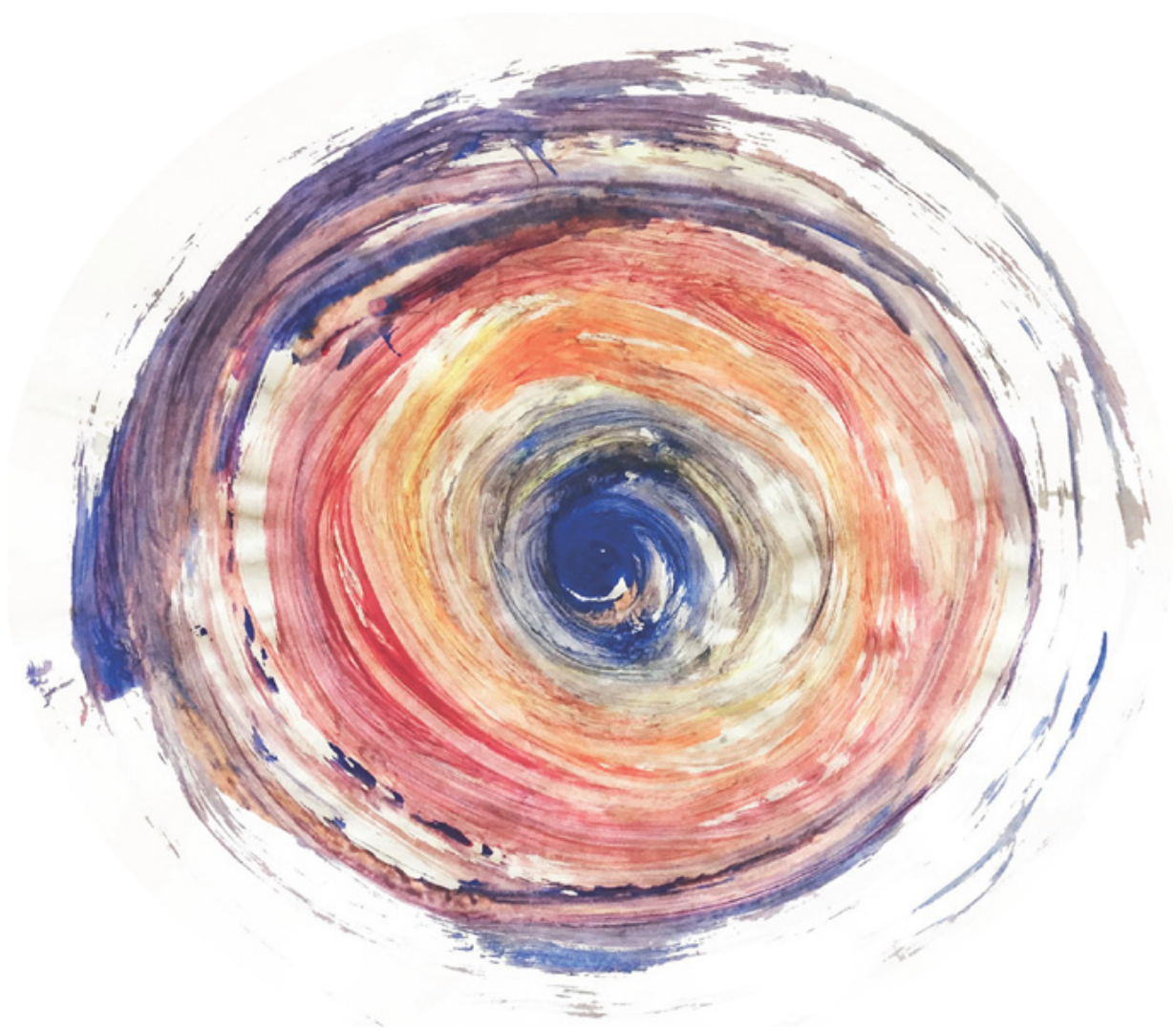
AUFBRUCH

in ein bewussteres Leben



„Wer werden will,
Was er sein sollte,
Der muss lassen,
Was er jetzt ist.“

Meister Eckhart



Das allsehende Auge - Das Rad des Lebens - Aquarell auf Papier

Inhaltsverzeichnis

Über die Autorin

Zum Buch

Vorwort

Erlebnisse und Malerei

Neue Wege

Ein anderer Blickwinkel

Verantwortung

Die Inspiration und Motivation meines Lebens

Autogenes Training

Hatha Yoga

Erinnerungen

Zu sich stehen

Vision

Natur

Meine Eingebungen in Gedichtform

Vier Jahreszeiten

Affe und Rabe

Angst

Bald, schon bald

Band der Einheit

Bäume und Büsche

Echt sein

Eine Reise zu sich selbst
Frieden
Geburtstag
Gedanken
Getröstet
Heilige Nacht
Leben
Leer gefegt
Lichtlein
Die Rose
Schneeflöckchen
Schöne heile Welt
Sei frei
Selbstverantwortung und dem hohlen Zeitgeist
entfliehen
Der Silberstreifen
Sinnen und Fragen
Staunend
Stolz
Suchbild
Valentinstag
Vom stetigen Wandel
Weihnacht
Wieder geht
Die Zeit
Zeit vergeht
Zu Lucas Geburtstag
Gebet
Übermut

Fotografie

Danksagung

Über die Autorin

Gerlinde Hoffmann ist im Jahr 1940 als Deutsche in Sonnberg/Kaplitz im heutigen Tschechien geboren. Schon früh erkannte sie ihre Fähigkeit, anders zu denken und ihr Leben in eine bestimmte Richtung zu lenken.

1968 durfte Gerlinde ein einschneidendes Ereignis erleben, welches sie bis heute prägt. 20 Jahre später traf sie ihren Lehrer, der sie dabei unterstützte, versteckte Fähigkeiten in sich zu entfalten.



Heute lebt Gerlinde in Rehau/Bayern und unterstützt als Reverendin die internationale Ökumene. Sie praktiziert als

Lehrerin für Yoga, Meditation und Autogenes Training sowie psychologische Beratung, leistet seit mehreren Jahrzehnten Hospizarbeit und gibt Heilung durch Energieübertragung.

Zum Buch

Gerlinde Hoffmann möchte mit ihrem Buch die Menschen inspirieren, die ihren Vorhang, der sie von einem bewussteren Leben trennt, öffnen wollen. Jeder Mensch hat in sich verborgene Talente, die es zu entdecken und zu nutzen gilt, um den Hintergrund des Menschseins besser zu verstehen. Wir sind solch faszinierende Geschöpfe, keiner gleicht dem anderen. Dies zu erkennen könnte uns mehr Zufriedenheit im Leben schenken.

In verschiedenen Kapiteln begleitet die Autorin ihren Leserkreis, der die geistige Führung ebenfalls als Geschenk der Schöpfung ansieht, und schildert in Ausschnitten aus ihrem Leben, wie sie ihre persönliche Führung erkennen durfte. Sie zeigt Erfahrungsberichte aus ihrem spirituellen Leben sowie aus diesem Hintergrund entstandene Gedichte, Malereien und Fotografien. Die Malereien beinhalten so wie die Fotografien Abbildungen geistiger Wesenheiten. „Dabei soll die große Verbundenheit, aber auch der achtsame Umgang mit Mutter Natur unterstrichen werden. Als Ergebnis wird dieser innere Frieden, den wir mit uns schließen können, mehr und mehr nach außen dringen. So wie der universale Plan es vorgibt und wir es zulassen, wird uns eine tiefe universale Liebesenergie leiten und all unsere Sinne stärken.“



Rose und Mariendistel – Aquarell auf Papier

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

ermutigen möchte ich jeden einzelnen, vorwärts zu schreiten, den Wandel, der bereits überall sichtbar ist, zu erkennen, ihn zu leben und umzusetzen.

Erst wenn wir mutig genug sein können und neue Wege für uns zulassen und diese gehen, bringt uns das in eine glücklichere und freiere Lebensposition. Dann werden wir uns unsere Vorstellungen vom Leben so erarbeiten, dass wir sie achtsamer ausleben können. Je mehr wir uns damit beschäftigen, umso größer wird der Zufluss an Lernmöglichkeiten sein. So könnten wir immer mehr in ein wacheres Bewusstsein eintauchen. Wir gewinnen Informationen, die uns sonst nicht so ohne Weiteres zur Verfügung stehen würden. Das wiederum stärkt unser Selbstvertrauen. Wir können zulassen, dass Situationen, die zunächst gar nicht so günstig für uns aussehen, sich verändern können. Vielleicht lernen wir dabei zu verstehen, dass Hilfe nur einen Gedanken von uns entfernt ist.

Dabei habe ich gelernt, dass, egal wie meine Ziele aussehen und wie sie sich gestalten, ich stets mein Bestes dafür geben sollte. Das Beste heißt, mich voll einzusetzen für etwas, das ich für unterstützenswert halte. Selbst dann noch, wenn ich erkenne, dass oftmals die Gegenliebe fehlt und so manche Erschwernisse von außen dazukommen.

Wenn wir uns voller Tatendrang auf etwas einlassen, das Umwälzungen erforderlich macht, und wir damit auch noch