

IMPULS-LETTER

Dein Wert(e)volles Leben
liegt in deinen Händen!



www.LTC-Richard-Schmitt.com

Die Wiederentdeckung deiner inneren Heimat

Ein Impuls von Richard Schmitt

Hallo lieber Leser,

es gibt in jedem Menschen einen Ort,
zu dem er immer wieder zurückkehrt –
bewusst oder unbewusst.

Nicht das Elternhaus.
Nicht ein bestimmter Mensch.
Nicht ein spiritueller Raum.

Sondern etwas viel Intimeres:
die innere Heimat.

Dieser Ort hat kein Dach,
aber er schützt dich.
Er hat keine Türen,
aber er lässt dich hinein, wenn du dich verlaufen hast.
Er hat keine Wände,
aber er schenkt dir Halt.

Und vielleicht spürst du gerade,
nach all den vergangenen Impulsen,
nach dem Wachstum, der Konfrontation, dem Loslassen, der Müdigkeit:
Es wird Zeit zurückzukehren.

Zurück zu dir.

Was innere Heimat wirklich bedeutet

Innere Heimat ist kein Gefühl, das du „machst“.
Innere Heimat ist ein Zustand,
den du wieder erinnerst.

Sie ist der Teil in dir,
der unverletzt geblieben ist –
trotz aller Brüche.

Sie ist der Teil,
der dich durch jeden Sturm getragen hat,
selbst wenn du dachtest, du seist allein.

Sie ist deine tiefste Kohärenz:
das Gefühl,
dass dein Inneres und das Leben
sich wieder berühren.

Psychologisch betrachtet ist das der Moment,
in dem dein Nervensystem zur Ruhe kommt
und dein Selbstbild sich stabilisiert.

Spirituell betrachtet ist es das Wiedererkennen
deiner eigenen Essenz.

Energetisch betrachtet ist es
ein Heimkehren in deine Frequenz.

Warum wir die innere Heimat verlieren

Menschen verlieren ihre innere Heimat nicht,
weil sie schwach sind.

Sie verlieren sie,
weil sie sich zu lange angepasst haben.
Weil sie zu lange für Liebe gearbeitet haben.
Weil sie zu viel getragen haben, das nicht ihres war.
Weil sie sich in Rollen verloren haben,
die sie eigentlich nur überbrücken wollten.
Weil sie dachten, ihr Wert hänge an Leistung, Harmonie oder Stärke.

Innere Heimat geht nicht verloren.
Sie gerät nur in den Hintergrund,
wenn du dich selbst überhörst.

Wie du den Weg zurück findest

Der Weg zurück ist selten spektakulär.
Oft beginnt er mit einer stillen Geste:

- ein ehrlicher Atemzug
- ein „Ich darf so fühlen“
- ein „Ich muss gerade nichts leisten“

- ein „Ich bin genug“
- ein „Ich komme zu mir zurück“

Innere Heimat ist weniger ein Ziel
als ein Wiederanknüpfen.

Eine Rückverbindung.

Eine innere Aufrichtung.

Eine leise Versöhnung mit dir selbst.

Drei Anzeichen, dass du wieder heimkommst

1. Du hörst deine eigene Wahrheit wieder klar.

Nicht als Gedanke,
sondern als inneres Wissen.

2. Beziehungen fühlen sich leichter an.

Nicht, weil andere sich verändern,
sondern weil du dich nicht mehr verlierst.

3. Du brauchst weniger Beweise dafür, dass du richtig bist.

Weil du in dir ruhst.

Das ist innere Heimat:

Du bist mit dir im Frieden,
auch wenn das Leben nicht perfekt ist.

Ein kleiner Schritt heute

Leg eine Hand auf dein Herz.

Atme sanft.

Und sag dir selbst:

„Ich bin hier.

Ich bin sicher.

Ich bin bei mir.“

Es muss nicht dramatisch sein.

Innere Heimat ist immer schlicht.

Immer wahr.

Immer im Jetzt.

Der letzte sanfte Atemzug dieser Serie

Vielleicht fühlst du jetzt,
wie diese 15 Impulse zusammengehören:

- Raum
- Körper
- kleine Schritte
- Überanpassung
- Wachstum
- Werte
- Sehnsucht
- Entscheidungen
- Freiheit
- Grenzen
- Licht
- Wahrheit
- Müdigkeit
- Frieden
- Heimat

Es war eine Reise,
die dich niemals von dir weggeführt hat.
Sie hat dich nur dorthin begleitet,
wo du schon immer warst:

Zu dir.

Danke, dass ich dich begleiten durfte.

Danke, dass du liest.

Danke, dass du wächst.

Herzensgruß

Richard

P.S.: Der Impuls-Letter geht selbstverständlich weiter.