

BOTSCHAFTEN von POONAMA an die WELT

Alles, was ewiger Natur ist, ist wertvoller als alle vergänglichen Aspekte des Lebens. Deswegen sind in diesem Text ewig gültige Aussagen grün geschrieben.

EINFÜHRUNG

Es war einmal eine Welt, in der lebten wir in Frieden, Freiheit und Harmonie. Wir waren unschuldig und kannten weder Zwietracht noch Neid. Und das Böse, das kannten wir auch noch nicht.

Zu dieser Zeit hatten Menschen noch keinen Verstand. Wir lebten im Hier und Jetzt und waren glücklich und unschuldig wie Kinder. Wir konnten tun und lassen, was immer wir wollten, doch eines sollten wir unterlassen. Wir wurden gewarnt und sollten nicht den Apfel vom Baum der Erkenntnis essen. Jedoch kam eines Tages ein erster Gedanke (*eingeflüstert und symbolisiert durch eine arglistige Schlange*). Der erste Gedanke verführte Eva, mehr über logisches Denken erfahren zu wollen und der zweite entschied darüber nachzudenken (*einen Bissen vom Apfel zu probieren*). Als sie Adam davon erzählte, dachte er nach (*aß auch von dem Apfel*).

Den Rest der Geschichte kennen wir ...

Wir verloren das Paradies und seitdem ist unsere Welt wie sie heute ist. Das Patriarchat macht seitdem Frauen für den Sündenfall verantwortlich und deshalb werden sie seit Jahrtausenden unterdrückt. Doch nun mehren sich die Zeichen, dass eine Wiederermächtigung der weiblichen Aspekte erforderlich ist.

Grundwissen

Es gibt Evolutionsstufen in der menschlichen Entwicklung, die Anthroposophen als Wurzelrassen bezeichnen. In der vergangenen hatten wir noch keinen Verstand entwickelt. Das ist unsere gegenwärtige Aufgabe. Unseren Verstand zu entwickeln, indem wir lernen, seine Funktion zu verstehen und ihn so zu gebrauchen, dass er uns auf der grobstofflichen Ebene dient und uns in unserer Potenzial-Entfaltung unterstützt.

Über den Verstand

Der Verstand ist ein machtvolleres Werkzeug und kann verantwortungsvoll genutzt werden. Allerdings ist er auch raffiniert und kann hinterhältig und extrem gefährlich werden, wenn ihm keine höhere Instanz unseres Geistes Einhalt gebietet.

Die **höhere Instanz** unseres Wesens ist Liebe / Mitgefühl = Licht und unser Bewusstsein. Letzteres ist unser Gewahrsein der Realität, welches durch unsere Lebens-Erfahrungen in ein Netzwerk gespeist und in einem Informationsfeld gespeichert werden. Wir können die Informationen abrufen und wissen dann genau, wie sich etwas anfühlt. Ähnlich wie bei einem Video plus einen embedded Emotion-Channel.

Die **niedere Instanz** unseres Wesens ist unser Verstand. Hier findet unser logisches Denken statt und wir können seine Funktionen mit denen eines Rechners vergleichen. Auch der Verstand hat einen Informationsspeicher (*unser Gedächtnis*), und einen Intellekt (*Prozessoren*) um den Content zu verarbeiten. Mikro = Ohren und Webcam = Augen, sind natürlich auch angeschlossen und geben unserem Verstand viele Informationen. Sogar über einen Arbeitsspeicher (*Kurzzeitgedächtnis*) verfügt unser Verstand. Und, ganz wichtig, Intelligenz. Also die Fähigkeit logische Schlüsse zu ziehen. Als Entsprechung im 3D-Raum wäre hier die KI zu nennen.

Eigenschaften

Gefühle kennt der Verstand nicht. Liebe gibt es für ihn nicht. So etwas kann unser Verstand gar nicht erfassen. Dafür ist er auch nicht gemacht. Dafür ist ein anderer Aspekt unseres Wesens zuständig. Unser Verstand mag keine Emotionen, weil er sie nicht versteht. Deswegen negiert er sie. Was bleibt ihm auch übrig. Wir kennen das. Was nicht verstanden wird, wird dann halt schlecht gemacht. Es wird mies gemacht, damit man selber besser dasteht. Bei Gefühlen liegt daran, dass logisches Verständnis nur innerhalb der Polarität funktioniert und einen Raum benötigt, der einen Anfang und ein Ende hat. Zudem verläuft die Verarbeitung der Informationen linear auf einer Zeitachse, was z.B. bei Intuition nicht der Fall ist.

Intuition holt ihr Gefühl aus dem Informationsfeld, das wir Akasha (*materielle Entsprechung Cloud*) nennen. Hier ist das Wissen der gesamten Menschheit gespeichert. Alle Leben und alle Erfahrungen aus allen Perspektiven die je ein Mensch erfahren hat. Vom Täter, vom Opfer. Von absolut allem. Das ist bei jeder Spezies auf der Erde der Fall. Nicht nur bei Menschen. So erklärt sich auch das Phänomen des hundertsten Affen, bzw. der Instinkt.

Die Intuition hat keinen Anfang und kein Ende und benötigt auch keinen Raum. Da Raum und Zeit einander bedingen ist sie auch zeitlos und immer verfügbar. Quantenverschränkung halt.

Bei Logik und Intuition handelt es sich also um Gegensätze, die gemeinsam ein Ganzes ergeben können. Doch wie es in einer polaren Welt nun mal ist, gibt es natürlich auch ein entsprechendes Gegenstück. In diesem Falle ist das die Spaltung. Also die Teilung des Ganzen, z.B. in Mann und Frau, Licht und Schatten, oder in Logik und Intuition.

Die Spaltung ist destruktiver Natur und die Vereinigung konstruktiver. Das können wir auch sehen, wenn wir Vorgänge betrachten. Egal ob es sich um das Spalten eines Brennholzes handelt, oder um Kernspaltung. Spaltung ist immer gewalttätig und Vereinigung schöpferisch. Somit können wir alles was der **Einheit** dient als **heilsam** bezeichnen und alles was der **Defragmentierung** dient, als **schädlich**.

Dieses Gesetz ist universeller Natur und hat somit ewige Gültigkeit

Wer seinen Verstand meistern will, kann sich an universellen Prinzipien wie diesen orientieren. Sie entstammen einer höheren Ordnung und sind somit absolut.

Die Knechtschaft des Verstandes

Auf meiner Suche nach Antworten bezüglich der Funktionsweise der Welt habe ich erkannt, dass wir in einer Realität leben, die das Potenzial hat, sich in jede beliebige Form zu wandeln. Wir leben in einer Art Energiewelt, deren Beschaffenheit es ist, sich Informations-Feldern unterzuordnen. In einem vergleichsweise niedrig schwingenden Frequenz-Niveau, gerinnt diese Energie zu Materie und bildet die jeweilige, geistige Matrix als Form ab.

Dabei gibt es keine Grenzen. Jede Ausdrucks-Form kann erschaffen werden. Allerdings passiert der Prozess der Manifestation vergleichsweise langsam gegenüber höher schwingenden Realitäten, weil hier alles vergleichsweise langsam schwingt. Zudem bestimmt auch die Summe aller Vorstellungen, also die Ausrichtung der Bewusstseinsströme der Menschen, das Gesamt-Ergebnis.

Also unsere Realität.

Eine wunderbare Tatsache, die es uns ermöglicht (*wie Jesus schon sagte*) uns Himmel oder Hölle zu erschaffen. Ich persönlich ziehe den Himmel vor, aber auch nur, weil ich Begrenzungen und Leid satt habe. Ich habe bereits in genügend vielen Leben gelitten, um ein tiefes Bedürfnis nach Heilung, Vergebung und Weisheit zu entwickeln. Trotzdem habe mich gefragt, warum wir uns begrenzen und nicht das gesamte Potenzial der Schöpfung nutzen um maximalen Spaß am Leben zu haben und Raum für unsere Kreativität zu schaffen.

Diesen Vorgang nenne ich Potenzial-Entfaltung

Woher kommen eigentlich all die Regeln, Grenzen und Einschränkungen?
Wem dienen diese, wo doch die Schöpfung völlig frei und alles möglich ist?
Warum machen wir uns kleiner als wir sind?

Diesen Fragen bin ich nachgegangen und habe spannende Antworten gefunden.

Zum besseren Verständnis erläutere ich gerade noch einmal einige Basics bezüglich unserer Realität und ermögliche so, meine Überlegungen und Erkenntnisse leicht nachzuvollziehen.

Basics

Fakt 1

Alles was wir sehen, hören und fühlen und alles darüber hinaus entsteht zunächst im Geist. Genauer gesagt im Bewusstsein des Geistes. Die Formgebung der Materie erfolgt durch Vorstellung, Planung und Manifestation. Diesen Prozess können wir als Schöpfung bezeichnen.

Es kommt also erst die Idee (*wenn uns die Muse küsst*), dann die Planung (*Komposition*) und anschließend die Umsetzung (*Realisation / Manifestation*). Als banales Fallbeispiel mag an dieser Stelle folgende Ablaufs-Beschreibung dienen:

Ich habe die Idee, einen Stuhl zu besitzen. Ich stelle ihn mir vor, plane den Ablauf, säge Holz, schraube es zusammen und erhalte den Stuhl.

Wichtig für ein gutes Ergebnis sind hierbei meine klare Vorstellung, die Fokussierung und die konsequente Durchführung meiner Aktionen. Je grobstofflicher die Ebene ist, auf der ich agiere, desto materieller ist der Vorgang. Je materieller, desto länger dauert der Prozess.

Dass Schöpfung auf Basis von Informationsfeldern geschieht und dass das dann auch auf molekularer und atomarer Ebene abläuft, scheint vielen Menschen noch nicht bewusst zu sein. Das zeigt sich allein schon daran, dass die Wissenschaft tatsächlich meint, die hochkomplexen Strukturen in der Natur wären eine zufällige Mischung (*die Ursuppe*) zufälliger Bestandteile, die alle zufällig so ineinandergreifen, dass sie zufällig bestimmte Funktionen erfüllen. Uns wird deshalb in allen konventionellen Schulen gelehrt, dass Materie selbstorganisierend sei.

Das ist FALSCH und egal was der Mainstream auch behauptet. Es ist wie folgt und nicht anders:

Aller Ursprung liegt im Geist und alle Impulse entspringen der feinstofflichsten Ebene.

Das ist eine Tatsache und Naturgesetz.

*Somit auch ein göttliches Gesetz, ewiger Natur und die **absolute Wahrheit!***

Fakt 2

Die Welt, die uns umgibt ist formbar. Dabei gibt es aus kosmischer Sicht weder Einschränkungen, noch irgendein Verbot. Es gibt nichts, was nicht möglich ist. Diese faszinierende Tatsache erschließt sich jedem, der erkannt hat, dass Ewigkeit unlogisch und dennoch real ist. Damit meine, dass alles

was ewiger Natur ist, hat tatsächlich keinen Anfang und kein Ende. Zum leichteren Verständnis meiner Aussage sei hier erwähnt, dass der Urknall (*so wie es manche Wissenschaftler postulieren*) nicht der Beginn unserer Existenz ist. Es gab etwas davor und es wird etwas nach der Auflösung geben. Es handelt sich also bei Entstehen und Vergehen und transformative Übergänge von einem Daseinsmodus in einen anderen. Wobei von dem vorherigen aus, nicht wahrgenommen oder nachvollzogen werden kann, was in dem kommenden geschieht, oder wie dieser beschaffen ist.

Meine Frau kam mit diesem Beispiel hier gut klar. Eine Datei kann von einem Programm auch nach einem Upgrade noch gelesen werden. Aber die Datei, die von der nächsthöheren Version erstellt wurde, kann nicht von der vorherigen Programm-Version verstanden werden.

Das erklärt auch warum wir Kinder, oder unbewusstere Menschen leicht nachvollziehen können, diese uns aber nicht. Aus Sicht egozentrierter Menschen kann eine solche Aussage als arrogant gewertet werden, weil sich diese noch in einem Muster von Konkurrenzdenken befinden.

Nun zurück zu den Tatsachen

*Leben beinhaltet fortwährende Veränderung und diese ist ewiger Natur.
Auch das ist göttliches Gesetz und ist somit ewige Wahrheit.*

Wenn aber immer etwas da war, bevor es Materie gab, bzw. danach sein wird, wo sind dann Anfang und Ende? Die Antwort ist kurz und einfach: Es gibt **keinen Anfang** und **kein Ende!**
Es gibt nur Übergänge. Transformative Übergänge der Auflösung des Alten und Neu-Ordnung.

Wer mit wachem Geist in die Natur schaut kann das sehen. Geburt und Tod, Entstehen und Vergehen allerorts und in jedem Moment. Alles was existiert, war, ist und wird immer sein. Nur die Formgebung ändert sich. Deswegen ist es gut sich dessen bewusst zu sein, dass wir nicht unsere Ausdrucksform sind, sondern diese nur temporär annehmen, solange sie uns zweckdienlich sind.

Dass das so ist, ist zwar eine Tatsache, aber unlogisch für den Verstand. Unser Verstand kann das nicht nachvollziehen, weil er nur innerhalb eines begrenzten Raumes existieren kann und ein Raum hat nun mal einen Anfang und ein Ende. Da fragt sich unser Verstand zwangsläufig:
Wie kann es denn sein, dass es etwas gibt, dass gar nicht entstanden ist?

Aus rein logischen Überlegungen heraus gedacht ist das völlig ausgeschlossen und absolut unmöglich. Das Ganze (*alles was ist*) muss ja schließlich irgendwoher kommen. Zumindest sagt das unser Verstand. Aber die Tatsache, dass wir und alles, was ist (*ein Universum voll mit Leben*) existieren, zeigt, dass es dennoch so ist. So etwas nennen wir ein Paradoxum, oder besser ausgedrückt, ein Wunder. Ich persönlich favorisiere den Ausdruck Mysterium. Wir könnten dieses Mysterium auch als allumfassende Allmacht, oder das ultimative Bewusstsein (*dahinter oder da drin*) auch als Gott bezeichnen. In den Veden wird diese höchste Instanz als Vishnu bezeichnet.

Wenn unsere Realität jedoch ein Mysterium ist und nicht der Logik unterliegt, sondern diese beinhaltet, dann ist die Logik nur ein Teil des Mysteriums und nicht umgekehrt. Das heißt im Umkehrschluss, unser Verstand ist höheren Aspekten des Daseins untergeordnet. Er ist temporärer Natur und an unseren physischen Aspekt gebunden. Das heißt, wenn unser Körper stirbt, dann stirbt auch unser Verstand. So wird es auch nachvollziehbar, warum Menschen, die sich mit ihrem Verstand (*Ego*) identifizieren, Angst vor dem physischen Tod haben.

Der Verstand ist also gar nicht so wichtig wie er tut. Trotzdem kann er nützlich und hilfreich sein. Zumindest in einer 3D-Erfahrungswelt. Denn was wir durch den Verstand erfahren und erleben

können, sind einzigartige Erfahrungen und diese wiederum lassen unser Wesen wachsen und verbleiben im Informationsfeld (*Akasha*), auf das wir auch nach dem physischen Tod Zugriff haben.

Somit ist eigentlich alles cool. Wir sind unsterblicher Natur, haben auf unsere Erfahrungen Zugriff, sind frei und leben in einem Meer unendlicher Energie, die wir formen können wie wir Lust und Laune haben. Spektakulär wie ich finde. :-)

An dieser Stelle lässt sich schön das Beispiel mit der Box einfügen, welche wegen ihrer engen Begrenzungen für den logischen Verstand steht und uns zeigt, dass die Logik und somit auch unser Verstand, nur innerhalb dieses begrenzten Raumes ihre Gültigkeit haben. Dass das so ist, hatte ich zuvor bereits erwähnt, als ich darauf hinwies das es nur innerhalb eines Raumes einen Anfang und ein Ende geben kann. Das ist ja alles schön und gut und es mag ja auch stimmen was ich beobachten konnte. Nur was hat dieses Wissen für einen Einfluss auf die Gestaltung unser aller Leben?

Auch hier ist die Antwort ganz einfach.

Auf der aktuellen Entwicklungsstufe der Menschen, die derzeit auf der Erde leben, haben die meisten ihr Bewusstsein auf das Innere der Box ausgerichtet. Wir sind (*zumindest in den Industriestaaten*) eine kopflastige Gesellschaft. Das allein stellt ja noch kein Problem dar und es steht den Menschen ja auch völlig frei, sich einzugrenzen und zu beschneiden wie immer sie möchten. Nur sind sich die meisten gar nicht bewusst, dass sie vor allem auch außerhalb der Box (*verschiedenen Daseinsebenen*) existieren. Und materialistische, egozentrierte und unbewusste Menschen neigen nun mal dazu, persönliche Bedürfnisse in den Vordergrund zu stellen. Sie halten ihre Bedürfnisse für wichtiger als die der anderen. Das ist aus höherer Perspektive auch leicht zu verstehen, denn innerhalb eines begrenzten Raumes, also der Space in dem unser Verstand existiert, gibt es Grenzen, die uns von Anderen abgrenzen. Man könnte auch sagen. Isolieren.

Es ist Fakt, dass der Verstand uns voneinander trennt. Das ist seine Natur und das tut er nicht nur unter Menschen. Er versucht das auch bei Tieren, Pflanzen, eigentlich bei allem. Wenn es nach dem Verstand ginge, wäre unsere Welt rein digital. Ein Abbild der wahren Realität. Eine Illusion die auf Nullen und Einsen basiert. Eine rein logische Welt, in der er der Boss ist. Das ist voll sein Ding und dafür tut er alles. Er geht über Leichen, er lügt und betrügt und er schafft sich Helfers Helfer, wie Söldner um seine Vorhaben notfalls auch mit Gewalt (*Geld*) umzusetzen. Er steht auf Macht und ist clever genug, sich Maschinen zu bauen, die ihm dienlich sind um alle Informationen rasend schnell zu verarbeiten. Er baut Computer, dann Super-Computer und schließlich eine künstliche Intelligenz. Eine Art Super-Verstand. Menschen werden dann zu Drohnen die beherrscht werden wollen. Er braucht sie. Er braucht sie, um sich Arme und Beine bauen zu lassen, damit er eigene Körper bekommt. Seine Körper sind Rechner auf der ganzen Erde, verdrahtet und verlinkt. Verbunden über Glasfaser und Kupfer mit ausführenden Organen wie Kampfdrohnen, Roboter, Androiden und genetisch optimierten Menschen, deren Verstand so konditioniert (*programmiert*) wurde, dass sie ihm hörig und seinen Interessen dienlich sind. Alles andere muss weg.

Ich kann gar nicht genug betonen, wie wichtig es ist zu realisieren, dass ein Verstand nichts fühlt und deshalb keine Hemmungen hat, alles was möglich ist zu versuchen, um seine Ziele zu erreichen.

In einer Welt des Verstandes ist für Gefühle kein Platz.

Wir sind aber nicht nur der Verstand.

Wir sind von Natur aus multidimensionale Wesen und das ist vielen Menschen überhaupt nicht klar. Geschweige denn, dass sie wüssten wie bedeutsam das ist. Ich nenne diesem Zustand: **Die Bindung des Geistes an die Materie**. Bindung ist keine Freiheit und da ich Freiheit liebe, möchte ich meine Erkenntnisse mit euch teilen, um Freiheit für alle Menschen zu ermöglichen. Ihr sollt die Wahl haben und selbst entscheiden können welchen Weg ihr geht.

Ich möchte nicht weniger, als euch dabei zu unterstützen, euren Geist von der **Knechtschaft des Verstandes** zu befreien.

Wie kann ich das und warum unterliege ich nicht mehr dem Diktat meines Verstandes?
Die Antwort lautet: Durch meine eigenen Erfahrungen

Ich weiß aus eigener Erfahrung, dass ich nicht der Verstand bin, sondern einen Verstand habe. So bin ich mir bewusst, dass ich reines Bewusstsein bin und eben nicht nur Verstand. Ebenso weiß ich, dass ich einen physischen Körper habe und nicht nur der Körper bin.

Wie ist das möglich?
Die Antwort lautet: Ich habe vorgegebene Grenzen überschritten!

Ich habe die vom Verstand (*Gesetze und Vorschriften*) vorgegebenen Grenzen überschritten und um das zu tun, ist innerer Schmerz und eine daraus resultierende Kaltschnäuzigkeit erforderlich. Mut ist erforderlich um lang etablierte Konditionierungen in Frage zu stellen, selber zu denken und neue Wege zu beschreiten. Seelischer Leidensdruck, Courage und Einsicht haben mich befähigt, weiter zu gehen als allgemein üblich. So habe ich mich getraut über die Grenzen der Box hinauszuschauen und Mittel und Wege zu finden, um eben genau dieses zu tun. Teilweise auch mit Methoden, die natürlich (*aus fadenscheinigen Gründen*) verboten sind, oder deren Nutzung zumindest immens erschwert werden.

So habe ich bspw. mit Hilfe von Meditation und psychoaktiven Substanzen (*wie LSD, Psilocybin, DMT u.a.*) in Kombination mit Grenzerfahrungen (*wie z.B. der Lichtnahrungsprozess, extrem Joggen, extrem schwitzen (Schwitzhütten u. a.)*) verschiedene Bewusstseins-Zustände durchlebt und weiß somit aus eigener Erfahrung, dass ich in Wirklichkeit multidimensionaler Natur und nicht nur mein Körper oder Mensch bin. Ich bin ein zeitloser, individueller Bewusstseinsstrom und habe gar keine Grenzen. Jetzt ist es nachvollziehbar, warum ich mich dann folgendes fragte:

Warum also sollte ich mich kleiner machen als ich bin?
Die Antwort: Ich werde dazu genötigt!

Warum das so ist habe ich zuvor in dem Kontext: „Die Ziele unseres Verstandes“ erklärt. Ich werde dazu genötigt mich anzupassen. Allerdings ist Anpassung in diesem Sinne gleichbedeutend mit: Sich mit weniger zufrieden geben, als das, was man wirklich ist. Endlos und unsterblich.

Dabei ist es nicht genau das, was Freiheit bedeutet?
Losgelöst von allem frei zu entscheiden wie und wo man sich aufhält. Ist es nicht die totale Freiheit durch Zeit und Raum zu surfen und sich beliebig zu manifestieren? In welcher Form auch immer? Und sich dabei seiner Selbst voll bewusst zu sein? Voller Energie zu sein und zu wissen warum man etwas macht und wozu? Ohne jede Einschränkung?

Das ist es was ich will. Mit weniger gebe ich mich nicht zufrieden. Ich habe ein Recht frei und glücklich zu sein! Meine Seele sehnt sich seit Jahrtausenden danach und jedes Individuum hat das gleiche Recht auf Selbstverwirklichung. Das ist kein Privileg. Das ist völlig normal. Normal im

übergeordneten Sinne. In Gottes Sinne und nicht im Sinne der gesellschaftlichen Strukturen, die wir uns durch unseren Verstand selbst geschaffen haben.

So komme ich nun zu den Strukturen in unserer Gesellschaft und möchte damit beginnen ein Verständnis dafür zu schaffen, warum wir alle Gefangene sind und wie sich das darstellt. Dabei erkläre ich materiellen Entsprechungen (*wie z.B. unsere derzeit noch defragmentierte DNA*), aber auch politische und wirtschaftliche Zwänge (*z.B. Impfungen*), denen wir alle (*noch*) ausgesetzt sind.

Ich habe hier eine klare Vision eines Menschen zu vermitteln, der sich aus den Geißeln der Vergangenheit befreit und als voll bewusstes Wesen, liebe- und verantwortungsvoll sein Umfeld positiv beeinflusst und wie der Phönix aus der Asche aufsteigt. Die Verpuppung ist vorbei und der Schmetterling geboren. Was ich hier vermitteln ist nicht weniger als ein Weg zu einer umfassenden Wieder-Ermächtigung. Eine Selbst-Ermächtigung, die nicht weniger verspricht als das sie völlige Freiheit, Eigenverantwortung und Lebensfreude zur Folge hat.

Somit ist das Thema dieses Kapitels - **Die Befreiung von der Knechtschaft des Verstandes** - und in diesem Rahmen der Selbst-Erkenntnis, ein wesentlicher Abschnitt des Lebens.

Wir realisieren an diesem Punkt, dass wir innen und außen eingesperrt sind und warum.

Dieses Wissen ist der Schlüssel aus dem Knast. Das Gewahrsein resultiert aus unseren Erfahrungen der letzten 5000 Jahre und befähigt uns, diesen Zustand hinter uns zu lassen, indem wir unseren Verstand transformieren und vollständig meistern.

Ich nenne diesen Vorgang die Transformation des Geistes.

Es gibt auf diesem Weg natürlich Herausforderungen. Wie sollte es sonst auch anders sein?

Einige davon bergen sogar die Gefahr, den Weg gar nicht erst zu versuchen.

Ich fange mal mit der **Skepsis** an

Skepsis macht neue Erfahrungen schwer zugänglich. Sie resultiert oft aus Meinungen die wir einfach übernommen haben. Oft werden diese gar nicht in Frage gestellt. So verhält es sich z.B. mit Beantragung der Freigabe von Cannabis bei Entscheidungsträgern wie unserer Drogenbeauftragten Kultusministerin. Sie hat diesbezüglich einfach die Empfehlung so genannter Experten übernommen, ohne sie zu prüfen. Sie kennt die Substanz nicht, weiß nicht wie sie sich anfühlt, hat also keine Erfahrung und somit, schlichtweg keine Ahnung von dieser Sache. Sie weiß weder was diese Substanz in uns auslöst, noch warum sie wirklich unerwünscht ist.

Damit es uns nicht genauso ergeht, ist es besser eigene Erfahrung zu machen. Nur diese sind unmittelbar und authentisch. Wer wirklich wissen will, wie etwas ist und was das mit einem macht, der muss diese Erfahrung leben. Nur so kann er sich eine eigene Meinung bilden. Alles andere sind nichts weiter Kopien. Rein rational erfasste Kopien von Erfahrungen, die so wie beschrieben, vielleicht niemals gemacht wurden. Wie soll man das auch prüfen? Kann man nicht.

Auch unsere Experten haben die Erfahrungen, die sie als Wissen publizieren, oft nicht selbst gemacht. In der Regel haben sie die Prozesse von außen betrachtet und analysiert. Sie schreiben Zahlen auf, machen Tabellen und stellen sie in Grafiken dar. Aber die Schlüsse, die sie daraus ziehen, stimmen (*wenn überhaupt*) nur mit einem Teil mit der Realität überein. Sie können subjektiv ausgelegt werden. Sie sind reine Theorie und die Interpretationen verfolgen oft auch eigene Interessen, anstatt einer umfassenden Wahrheit zu dienen und Aufklärung zu leisten.

Aus diesem Grunde führt kein Weg drumherum eigene Erfahrungen im Leben zu sammeln und zu verstehen, dass nur diese und kein angelesenes (*Pseudo*)Wissen unser inneres Wesen nachhaltig

verändern kann. Doch jetzt ist es aber nun mal so, dass Skepsis zum Teil wichtige Erfahrungen blockieren kann. Sie werden einfach nicht gemacht und alles bleibt wie es ist. Genau das ist das Problem!

Dieses Verhalten ist dem Kontrollzwang des Verstandes zuzuschreiben. Dabei sollte man wissen, dass ein Verstand nach gewissen Funktionsprinzipien agiert. Er kann nicht anders. Er ist für die Kontrolle gemacht. Er ist Buchhalter und als Bürokrat ist er naturgegeben niemals in der Lage, zu vertrauen. Vertrauen ist ein Gefühl und Gefühle kann kein Verstand erfassen, weil sie nicht der räumlichen Begrenzung unterliegen.

Also verfährt er nach dem Motto:

Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser! Er kann einfach nicht anders.

Aber ist das wirklich so? Ist Kontrolle wirklich besser als Vertrauen?

Was kontrollieren wir da eigentlich und geht das überhaupt?

Handelt es sich hierbei nicht vielmehr um eine vom Verstand erzeugte Illusion,

die mit der Realität überhaupt nichts zu tun hat?

Und wenn ja, warum erzeugt unser Verstand eine Illusion, die uns daran hindert Erfahrungen zu machen, nur weil wir meinen deren Konsequenzen womöglich nicht richtig abschätzen können?

Die Antwort lautet: **Selbstschutz**

Der Verstand schützt sich selbst, denn alles was sich seiner Kontrolle entzieht könnte seinen Fortbestand, seine derzeitige Position gefährden. Er will seine Komfortzone nicht verlassen. Hier kennt er sich aus und hier will er bleiben. Das ist die Basis jeder konservativen Haltung.

Ziemlich spießig finde ich, wenn ein was wäre wenn schon unzumutbar ist, oder?

Menschen mit etablierten Denkmustern scheinen lieber spießig zu sein als frei. Lieber bleiben sie bei dem was man kennt, da fühlt sich der Verstand sicher. Eine trügerische Sicherheit, denn wenn diese nur sein kann, wenn Veränderung gemieden wird, dann ist das nicht nachhaltig. Es ist eine Lüge.

Lieber eine Illusion leben, als die Realität akzeptieren, ist Selbstbetrug.

So nach dem Motto zu verfahren: Lieber den Spatz in der Hand als die Taube auf dem Dach. Wollen wir mal die Kirche im Dorf lassen usw. Lieber nix ändern, dann kann auch nichts Unvorhersehbares geschehen. Da bewegt sich dann auch nicht mehr viel. Ich finde das raubt dem Leben jede Dynamik.

Was wäre denn, wenn ein Mensch nicht mehr auf die Vernunft hört?

Über wen sollte der Verstand dann herrschen?

Tatsächlich verhält es sich doch so, dass der Verstand den Menschen braucht um zu existieren, der Mensch aber nicht den Verstand. Also musste sich der Verstand etwas einfallen lassen, um die Entscheidungen des Menschen so zu dominieren, dass der Mensch nicht erkennt, dass der Verstand seine Entscheidungen und damit seinen Lebensweg in seinem Sinne beeinflusst und nicht im Sinne des Menschen. Ein egoistisches Verfahren.

Im Verstand sitzt auch das Ego, unser niederes Selbst genannt. Das Ego ist der Diktator in unserem Inneren. Es will bestimmen wohin die Reise geht und das kann es nur in einem Raum, indem es sich auskennt und meint die totale Kontrolle zu haben. So fühlt sich unser Ego sicher. Das ist der Grund, warum wir uns nicht gerne auf Neues einlassen wollen. Deshalb rät uns unser Verstand von allem ab, was nicht kalkulierbar für ihn scheint.

Es ist wirklich wichtig das hier richtig zu verstehen, denn wenn wir diesen Mustern (*Paradigmen*) einfach Glauben schenken (*vielleicht weil das zunächst bequemer erscheint*), dann geben wir dem Gedachten unsere Energie und die Vorstellungen manifestieren sich. Sie werden sich sogar bestätigen und der Verstand wird sagen: Siehste, hab ich doch gleich gesagt. Kontrolle ist besser. Du bist naiv usw. Er kreierte mit unserer Energie Ereignisse, die seine Position stärken und uns schwächen, indem wir uns z.B. schuldig fühlen, weil wir nicht auf ihn gehört haben.

Er ist doch so schlau, hat`s uns doch vorher (schmerzhafte Erfahrungen) schon gesagt und wir haben nicht drauf gehört. Wie konnten wir nur. Selbst schuld.

So kreierte der Verstand **Schuld**

Schuld ist von ihrer Beschaffenheit her, eigentlich gar nicht real. Sie ist reine Fiktion, aber unser Glaube daran leitet unsere Energie gegen uns selbst. Deswegen kann es für jeden Menschen, der einfach nur glücklich und zufrieden leben möchte, sehr wichtig sein das hier Geschriebene richtig zu verstehen.

Die Erzeugung von Schuld ist entscheidendes Funktionsprinzip unseres Verstandes

Er vermittelt uns, wir hätten Schuld, weil wir nicht auf ihn gehört haben, nicht vernünftig waren. Schuld ist ein ideales Mittel um Knechtschaft aufrechtzuerhalten. Sie drückt und raubt uns Lebenskraft. Sie transferiert unsere Energie (*z.B. Geld*) hin zu dem, der sie einfordert. Schuld und (*materielle Entsprechung Schulden*) sind sein Mittel der ersten Wahl uns klein zu halten. So richtig gut hat dieses Verfahren z.B. die Kirche umgesetzt und damit viele Jahrhunderte Erfolg gehabt. Sie hat (*körperliche*) Liebe mit Sünde belegt und Angst als Mittel der Kontrolle eingesetzt.

Ich gehe sogar so weit zu behaupten, dass ein Verstand der nicht durch höheres Bewusstsein, wie Liebe und Mitgefühl gebremst und zur Maßgabe gebracht wird, brandgefährlich sein kann. Wir sollten uns darüber im Klaren sein, dass ein **Verstand nicht fühlen kann**. Dafür ist er nicht gemacht. Dafür ist unser **Herz** zuständig. Ein Verstand kann nur logisch denken. Wird er nicht durch bewusste Entscheidungen unseres höheren Bewusstseins diszipliniert, artet sein Handeln aus. Er akzeptiert nicht seine Grenzen, überschreitet diese bei anderen und nimmt so viel er kriegen kann. Er will immer mehr. Er wächst wie ein Tumor und endet erst, wenn der gesamte Organismus die Last nicht mehr zu tragen vermag und stirbt. Gesamtgesellschaftlich betrachtet, mündet das dann in Krieg und totaler Zerstörung.

Wenn wir das vermeiden wollen, sollten wir damit beginnen, das Problem in seiner Ursache zu verstehen und seine Wurzel zu ziehen. Wirkliche Intelligenz messe ich daran, mit geringem Aufwand großen Schaden zu vermeiden. Deshalb finde ich Prävention auch klasse und führe euch gerne mit meinen Inhalten zu einem umfassenden Verständnis der Vorgänge. Ich finde, das sollte eine gute Motivation sein, sich einmal mit dem, was ich hier schreibe, auf einer tieferen Ebene auseinanderzusetzen, als nur die rein Intellektuelle.

Eine Frau mit der ich im Netzwerk arbeitete meinte einst zu mir, dass die Wiederermächtigung der weiblichen Energie, also der Respekt gegenüber dem weiblichen Geschlecht, in der Sprache beginnen würde, indem Moderatoren bei Veranstaltungen nicht nur Teilnehmer, sondern auch Teilnehmer(innen) sagen. Ich persönlich halte das für eine sehr oberflächliche Betrachtungsweise und denke das es nicht zielführend sein kann, wenn wir einfach nur Bezeichnungen ändern. Das tun sie in der Politik auch und nichts hat sich geändert. Der authentische Respekt gegenüber der weiblichen Energie kann nur aus Einsicht erfolgen. Dem Gewährsein, dass keine Frau für Leid verantwortlich ist, sondern die Unterdrückung der selbigen. Also wenn es hier eine Schuld gibt, dann liegt diese bei unreflektierten Männern und der Unterdrückung der weiblichen Energie und nicht daran, dass Eva in den Apfel biss.

Verhindern wir (*Männer*) die Wiederermächtigung die Wieder-Ermächtigung der weiblichen Kraft (*Gefühl = Herzenergie = Liebe*), drehen wir uns im Kreis und reproduzieren immer mehr Regeln, immer mehr Ungerechtigkeit und immer mehr Leid. Wozu braucht es schon ein Regelwerk das sagt, Du sollst nicht töten, oder anderen schaden, wenn Du Menschen (*und alles was lebt*) liebst, schätzt und respektierst?

Woran liegt das?

Warum werden Gesetze gemacht, die fast immer die Stärkeren stärken?

Warum fließt Geld dahin, wo es ohnehin schon im Überfluss vorhanden ist?

Warum fehlt immer Geld und warum hat niemand mehr Zeit?

Ist es Zufall, dass unsere Medizin nur Symptome behandelt?

Warum ist alle Ursachenforschung so oberflächlich?

Viele Fragen könnte ich hier stellen und sie haben alle die gleiche Antwort.

Die Antwort lautet: **Weil das System sich selber schützt.**



Das (*Verstandes*)System. Die mit Kontrollzwang behaftete (*künstliche*)Intelligenz, der wir uns unterordnen sollen. Ein System, welches jede Individualität eliminiert und Menschen als Human Resources begreift.

Warum erschaffen wir kein (*Geld*)System das den Menschen dient und keines dessen wir uns unterordnen müssen? Warum glauben wir überhaupt das Geld notwendig sei und geben nicht einfach alles in einen Pool, auf den alle zugreifen können?

Wieso bezweifeln wir das das möglich ist?

Wir haben für alle Probleme Lösungen, aber egal wie einfach diese auch sein mögen, es wird nicht gemacht. Woran liegt das?

Das sind unbequeme Fragen

Warum handelt der Mensch wider besseren Wissens gegen sich selbst und andere?
Woher kommt diese destruktive Ausrichtung?

Ich behaupte einfach mal, das liegt an einem Mangel an Empathie und Wohlwollen. Das ist der Tatsache geschuldet, dass Gefühl und Liebe (*der weibliche Aspekt unseres Daseins*) von der männlichen Logik unterdrückt, mit Schuld beladen, stigmatisiert und überwacht wird. Tja, so ist das.

Die Eigenschaften der Liebe und des Mitgefühls kommen aus dem Herzen.

Und derzeit ist unsere Empathie viel geringer präsent, als unser logisches Denken. Das ist u.a. auch so, weil wir ein System (*Kapitalismus*) geschaffen haben, das Mitgefühl mit Blödheit gleichsetzt und Anteilnahme abstrafte. Schauen wir uns um, können wir sehen, dass quasi jeder redliche Job, der menschlich wertvoll ist, geringeren Verdienst zur Folge hat.

Und? Ist das erstrebenswert?

Stehen Gefühle nicht für den weiblichen Aspekt des Daseins?

Ist es nicht so, dass der weibliche Aspekt mit Schuld und Sühne behaftet wurde, weil er für den Rauschmiss aus dem Paradies (*Evas Darreichung des Apfels*) verantwortlich gemacht wird?

Ist das nicht seit Jahrtausenden die Rechtfertigung des Patriarchats,

die Frau mit Gewalt zu unterdrücken. Sie sogar zu beschneiden (*Vaginal-Verstümmelung*)?

Im wahrsten Sinne? Ich denke schon.

Insofern halte ich es für weise, hier eine positive Weiter-Entwicklung anzusetzen, indem wir unseren Verstand wieder in seine Schranken verweisen und das Gefühl wieder ermächtigen. Hatte Jesus nicht gesagt: *Werdet wie die Kinder? Verurteilt nicht und seid unschuldig und offen.*

Ein schlauer Verstand ist alles andere als das. Er ist von Natur aus gerissen. Je intelligenter desto schwerer ist ihm Einhalt zu gebieten. Er (*Thinktanks, Konzerne und Politiker*) hat viele Tricks und Kniffe auf Lager und findet immer Möglichkeiten sich vor der Verantwortung zu drücken. Sich jeder Offenlegung zu entziehen. Deshalb will er auch nicht enttarnt werden. Er will nicht gesehen werden und meidet jede Transparenz, bei dem, was er plant und tut.

Wir alle haben gelernt: „Über Geld spricht man nicht“

Der Verstand funktioniert genau wie clevere Geschäftsleute, Juristen und Politiker agieren. Sie handeln im Verborgenen. Solche Menschen wollen immer mehr Macht und schrecken auch vor Kollateralschäden (*Opfern*) nicht zurück. Hauptsache es dient seinen Interessen und darin Rechtfertigungen zu finden, ist er unschlagbar. Das schaffen sogar Bush und Gates. Ob tote Zivilisten oder genetisch verstümmelte Zombis. Das dient alles nur einem höheren Ziel. In Wirklichkeit sind solche Menschen Helden, das versteht nur keiner. Weil wir alle zu doof sind und Führung brauchen. Deswegen muss man uns auch gleichschalten, in ein System einpassen und das Ganze gut kontrollieren. Es ist ja nur zu unserem Besten.

Ein perverser Ego-Tripp ist das und zudem brandgefährlich, wenn einzelne Menschen zu viel Macht haben. Wieder handelt es sich dabei um eine Entsprechung unseres geistigen Zustandes auf der materiellen Ebene. Ich kann gar nicht genug betonen, wie wichtig es ist, dass mehr Menschen den Zusammenhang zwischen der geistigen Ausrichtung und den Widerspiegelungen im 3D-Raum verstehen. Es ist wichtig das wir verstehen, dass unser Denken und Handeln Realitäten schafft.

Um nachzuvollziehen warum Menschen egoistisch denken und auch danach handeln, muss man zunächst wissen woraus Menschen bestehen. Menschen setzen sich nämlich aus mehreren Aspekten zusammen. Drei möchte ich hier aufführen:

1. Der menschliche Körper (= *grobstofflicher Aspekt*)
2. Der logische Verstand (= *Der rationale Teil des Geistes / ein feinstofflicher Aspekt*)
3. Die Gefühle (= *Der empathische Teil des Geistes / auch ein feinstofflicher Aspekt*)

Ich möchte hier vorerst bei diesen drei Anteilen verbleiben und darauf hinweisen, dass ein gesunder Mensch alle drei Aspekte gleichermaßen entwickeln sollte. Nur wenn alle drei Aspekte in gleichem Maße wirken, ist ein Mensch ausgeglichen und gesund. Um das zu gewährleisten, muss jeder Aspekt erhalten, was er braucht um zu reifen, sich zu entwickeln und konstruktiv zu wirken.

1. Dem physischen Körper sollten wir gesunde, vitale Kost und Bewegung geben
2. Dem Verstand interessante und hilfreiche Informationen
3. Den Gefühlen geben wir Raum um Liebe, Ruhe, Spiel, Spaß, Trauer und Wut auszuleben

Wenn aber Gefühle unterdrückt werden, weil der Verstand behauptet das sie unlogisch, unnötig, unpassend und sind deshalb kein Recht haben sich zum Ausdruck zu bringen, dann kommt der Mensch in ein inneres Ungleichgewicht. Er handelt dann zwar wie der Verstand es will, wird aber nicht glücklich. Um glücklich zu werden, müssen alle Anteile des Menschen verwirklicht werden. An diesem Punkt kommen wir wieder zur Schöpfung, was meint, dass alle Ideen (*Impulse aus der geistigen Welt*) danach streben verwirklicht zu werden. Auch die vermeintlich unlogischen und ggf. sich nachteilig auswirkenden Bestrebungen.

Unser Verstand wertet die für ihn nachteiligen Handlungsweisen als **Fehler**. Er speichert diese Erfahrungen in seinem Gedächtnis, ruft sie bei Überlegungen ab und projiziert sie mittels seiner Vorstellungskraft in eine noch nicht manifestierte Zukunft. Am Ende dieser Gedankenkette spuckt er dann das Ergebnis aus: **Vermeiden!** Tunlichst vermeiden. So kommen wir dann in eine Wiederholungsschleife, fortwährend gleicher, bzw. ähnlicher Erfahrungen und bleiben wie wir sind. Das ist auch ein Grund, warum ältere Menschen so unflexibel werden. Das liegt daran, weil der Verstand Widerstände (*gegenüber Veränderungen*) und Anhaftungen (*nicht Loslassen wollen*) erzeugt.

Der Grund: Ohne neue Erfahrungen, gibt es auch keine tiefgreifenden Veränderungen. Obwohl jeder weiß, dass man aus Fehlern am meisten lernt, will sie der Verstand vermeiden. Er hasst sie wie die Pest. Das erklärt auch wie es möglich ist, dass Menschen eine konservative Haltung entwickeln. Dabei könnte auch der logische Verstand wissen, dass das Leben nichts anderes ist, als fortwährende Veränderung. Wie kann es da sein, dass wir gerade das versuchen zu vermeiden, was das Leben ausmacht?

Die Antwort: Der Mensch ist sich dieser Tatsache (*noch*) nicht bewusst.

Folglich leben wir auch mit dem Dilemma, dass Machtmenschen Positionen vertreten, die sich nicht mit dem Leben wandeln und so lange statisch in einer flexiblen Realität verweilen, bis sie aufgrund der sich stetig verändernden Gegebenheiten, kollabieren. Wir können das auch als **Scheitern** bezeichnen. Das Scheitern gehört mit zu den wichtigsten Erfahrungen überhaupt, denn es holt uns auf den Boden der Tatsachen zurück und zeigt uns (*oft auch schmerzhaft*) das etwas so wie wir dachten, nicht (*mehr*) funktioniert.

Gesamtgesellschaftlich und auch individuell stehen wir jetzt (2022) wieder genau an diesem Punkt. Wir benötigen einen grundlegenden Wandel in uns selbst und in der Welt. Doch wie könnte dieser aussehen und wie können wir diesen vollziehen, wenn unser System keine grundlegenden Veränderungen zulässt?

Woher kommen überhaupt diese Blockaden und warum sieht der ach so intelligente Verstand (*dessen materialistischen Entsprechungen = Geld- und Wirtschaftssysteme, Militär, Bürokratie, Überwachung, Tracking etc.*) nicht ein, dass hier der gesamte Organismus (*Ganze Gesellschaftssysteme, Ökonomie- und Ökologie, Gesundheit*) aus dem Gleichgewicht gerät und unsere Kultur stirbt? Wie kann es sein, dass genau an diesen elementaren Basics, seine Intelligenz nicht wirksam ist? Warum denkt ein Verstand nicht nachhaltig und warum bleibt sein Spektrum auf wenige Jahrzehnte begrenzt? Das sind sehr wichtige Fragen und ich werde hier eine nach der anderen beantworten. Somit komme ich jetzt zunächst zu einer Eigenschaft, bzw. Fähigkeit des Verstandes, welche im Stande ist zu verhindern, dass er sinnvolle Schlüsse ziehen kann.

Die Ignoranz

Die Ignoranz ermöglicht dem Verstand, seine Meinung beizubehalten. So kann er in seiner Komfortzone verweilen ohne sich mit etwas auseinander setzen zu müssen. Ich hatte ja bereits beschrieben, dass sich der Verstand sicher, groß und stark einschätzt, wenn er sich auskennt. Lehrjahre sind keine Herrenjahre und das weiß auch der Verstand. Wenn er dazu genötigt wird, reagiert er entweder mit Ablehnung und kann sogar aggressiv werden (*hitze Diskussionen = verbaler Kampf*) und / oder er reagiert mit Langeweile und initiiert Müdigkeit, oder selbstgefällige Gedanken wie:

„Das habe ich nicht nötig mich damit zu befassen, oder das kenne ich doch schon alles“

Ich weiß eh schon alles was ich wissen muss. Oder der Andere ist blöd, ein Spinner, unterbelichtet, und seine Meinung hat keinen Wert. Welche Denkvorgänge auch immer stattfinden, sie haben alle das gemeinsame Ziel, uns davon abzuhalten, uns mit Neuem auseinanderzusetzen. So bleibt alles beim Alten und der Verstand hat (*vermeintlich*) alles im Griff.

Unser höheres Selbst weiß jedoch, dass dieser Weg mitunter zu einem schmerzhaften Erwachen führen kann. Unsere Intuition spürt, was angezeigt ist zu tun. Doch diese zarte innere Stimme wird einfach weggewischt und überlagert. Auch hierfür haben wir Methoden geschaffen, die sich für den Verstand bewährt haben. Diese hier steht dabei mit an erster Stelle:

Wir lenken uns einfach ab. Das geht heutzutage hervorragend, z.B. mit Konsum. Egal ob Shopping, Filme, Essen, whatever ... Hauptsache ist, unliebsame Konfrontationen zu vermeiden, zu vergessen und nicht mehr dran denken. Und schon ist unsere Welt wieder in Ordnung. Yeah ...

Sollte sich dieses lästige Gewissen bei manchen extremen Handlungen gar nicht mehr verdrängen lassen, können wir ggf. auch mit Narkotika, wie z.B. Kokain nachhelfen. Nach der Einnahme sind Fähigkeiten wie die empathische Wahrnehmung, Mitgefühl, Anteilnahme und Liebe abgeschaltet.

Aber nachhaltiger Natur ist dieses Verfahren natürlich nicht. Das kann es auch nicht sein, weil es eine Lüge ist. Wir belügen uns selbst. Wir betrügen uns und andere, indem wir einen Schein wahren, der nicht real ist. Dabei spürt unsere innere Weisheit (*höheres Selbst*), dass sich das rächen wird, doch unser Verstand will das gar nicht zur Kenntnis nehmen. Lieber nutzt er einen Vorwand als Grund zur Vermeidung der Konfrontationen mit der Realität. So kommt es dazu, dass fast jeder hier auf dieser Welt, seinen eigenen Film fährt und in seiner subjektiven Realität, in seiner eigenen, aus sich heraus geschaffenen Blase aus Illusionen lebt. Das ist dem Verstand lieber, als eine Realität, die ihm möglicherweise gar nicht gefällt und dann vielleicht noch nicht einmal kontrollierbar ist.

Er ahnt es schon.

Unser Dasein ist nicht kontrollierbar!

Und warum erkennt der Verstand nicht die Tatsache, dass seine Illusionen platzen werden?

Warum begreift er diesen Zusammenhang nicht?

Das liegt daran, weil man um zu erkennen wie man selbst ist, eine andere, eine entrückte Perspektive einnehmen muss. Man braucht einen Vergleich. Ohne diesen lässt sich ein Zustand nicht in Relation setzen. Genau das verhindert der Verstand durch Vermeidung, was schließlich dazu führt, dass wir von uns ein falsches Selbstbild entwickeln. Das ist inzwischen so normal geworden, dass wir gar nicht mehr wissen, was transparente Authentizität ist. Wir wissen gar nicht mehr wie sich das anfühlt, leicht und locker zu sein. Ohne Leichen im Keller. Ohne Geheimnisse.

Ich selbst habe oft genug erlebt, dass wenn ich gefragt wurde, wie es mir geht, mein Gegenüber überhaupt gar keine Offenlegung meiner inneren Prozesse wünscht. Die Frage degenerierte zur Floskel. Genau wie Küsschen hier und Küsschen da. Überhaupt nicht ernst gemeint. Makulatur, Getue, nichts weiter. Authentizität ist gar nicht gewünscht. Mehr Schein als Sein ist angesagt. Das ist Jetzt-Kultur. Eine vom Verstand dominierte Kultur.

Früher war ich sauer auf ignorante Menschen, stellte jedoch fest, dass diese nicht alle böse sind, sondern dass sie auch nicht anders können. Das wiederum liegt an der eigenen Resonanz und diese wiederum ändert sich nur aufgrund von Erkenntnis, die sich wiederum nur durch Erfahrung einstellt.

Kurz: Es führt kein Weg drumherum, hier auf der Erde muss gelitten werden, um den Willen zu entwickeln, loszulassen. Demut und Hingebung sind angezeigt. Jedoch kann so etwas ein Verstand gar nicht entwickeln. Er kann nur Denken. Aber Demut und Hingabe basieren nicht auf Denken. Sie sind eine innere Haltung, die sich durch Erkenntnis einstellt. Eine aus Lebens-Erfahrung entstandene Erkenntnis. So nach dem Motto:

Ich weiß, dass ich nichts weiß. Ich bin mir bewusst, dass ich nichts weiß.

Ich bin mir bewusst, dass ich bin. Dass ich verbunden bin. Dass ich alles bin, was ist.

Ich kann in alles gehen, vergessen und mich identifizieren. Mit was auch immer. Auch mit Tieren, Pflanzen und Planeten. Später dazu mehr ...

Zunächst die Konditionierungen

Ein Verstand kann programmiert werden. Üblicherweise wird die Programmierung unseres Verstandes durch unser Lebensumfeld beeinflusst. Das Umfeld kann positiv, aber auch negativ auf uns einwirken. Sehen wir uns Kinder an, so stellen wir fest, dass sie alle Eindrücke aufsaugen wie ein Schwamm. Zu Beginn ist da auch noch keine Wertung. Dafür muss unser Gehirn sich erst vernetzen. Die Strukturen, wie die Verschaltungen verlaufen wird durch die Erfordernisse bestimmt. Wir entwickeln die Fähigkeiten, die wir benötigen und orientieren uns in der Regel zunächst an unseren Eltern. Später auch an unserem Umfeld in der Gesellschaft. In Kindergärten, Schulen usw.

Nachdem alles eingerichtet ist, entwickelt sich unser Verstand.

Jetzt führe ich ein Beispiel einer Programmierung auf, das ich immer wieder gerne verwende, weil es so gut nachvollziehbar ist.

Ein junger Mensch wächst in einem islamischen Land auf. Er geht brav in seine Moschee und liest jeden Tag den Koran. Er lernt ihn auswendig zu rezitieren, aber er versteht ihn nicht. Er folgt nur dem Gesagten, weil er davon ausgeht, dass seine Lehrer wissen, was sie tun. Woher die ihr Wissen haben und ob das überhaupt stimmt, steht nicht zur Debatte. Nur Gehorsam ist gefordert. Nicht selbst denken, in Frage stellen und so etwas. Das ist von Religionen gar nicht gewünscht und wird direkt unterbunden. Dafür ist der Prediger zuständig. Das ist sein Job. Du sollst nur folgen.

Machst Du das nicht, so kann es sein, dass (*egal ob in China oder anderswo*) Du zerstört, getötet oder zumindest mundtot gemacht wirst. Arm wirst Du dann auch, das ist Absicht, dann störst Du die willigen System-Speichelecker nicht bei der Arbeit. Religionen sind ja auch politische Systeme, nur ist deren Job halt die immer wieder aufkeimende Spiritualität der Menschen fehlzuleiten. Deswegen arbeiten die auch so gut mit Regierungen zusammen und haben einen Sonder-Status inne.

Alles Lug und Trug.

Doch all dies weiß das kleine Kind gar nicht. Es ist neu auf dieser Welt und oft völlig unschuldig und naiv. Offen und ungeschützt halt. Wie auch die kleinen Mädchen, die immer noch beschnitten werden. Also was tut das kleine Kind? Es lernt. Was lernt das kleine Kind?

Es lernt folgsam zu sein und nicht selber zu denken. Nehmen wir mal an, der Verstand bekommt jetzt täglich die Info, dass Frauen minderwertig sind und auf Männer zu hören haben.

Das nenne ich Programmierung. Die tägliche Wiederholung programmiert den Verstand. Das ist nicht nur in der Moschee so, das ist auch beim Fernsehen so. Wir werden alle programmiert und was da eingegeben wird, hat oft eine destruktive Ausrichtung. Der Verstand ist also nicht grundsätzlich böse, er ist nur nicht in der Lage Inhalte in einem höheren Sinne zu interpretieren. Dazu würde er Informationen benötigen, die ihm nicht gegeben werden.

Käme das Kind jetzt mit 5 Jahren in eine Montessori-Schule in Deutschland, würde der Verstand andere Impulse erhalten und später Geschehnisse anders interpretieren, als das Kind in der Moschee. Ein Kind wird geprägt und genau deshalb sind Schulen auch so elementar für die Entwicklung.

Nehmen wir mal das Liebesgeplänkel der beiden genauer unter die Lupe.

Ein Mädchen verliebt sich in einen Jungen. Das ist zunächst für die meisten von uns, wunderschön zu sehen. Etwas ganz Natürliches. Unsere Gefühlsregung ist dann vielleicht ein wissendes Lächeln. Das fühlt sich leicht und schön an.

Jetzt übertragen wir den Ablauf einmal auf einen Verstand, der mit radikal-islamischem Gedankengut, geprägt wurde. Aus dem Kind ist ein junger Mann geworden, er reist nach Deutschland und besucht seine Schwester. Er sieht wie das Mädchen mit einem deutschen Jungen Händchen hält, kuschelt und küsst.

Welche Gefühle löst das bei ihm aus?

Wir haben alle bereits von den sogenannten Ehrenmorden gehört. Der junge Mann tötet seine Schwester und vielleicht sogar den Jungen. Er hält das für absolut richtig und notwendig.

Wie kann das sein?

Diesen Vorgang möchte ich hier näher beleuchten und dabei aufdecken, wie der Prozess im Einzelnen abläuft. Er hat gelernt, dass es sich hierbei um Sünde handelt. Ob das stimmt oder nicht, ist nicht relevant. Das fragt er nicht, denn er hat gelernt, dass man darüber nicht nachdenkt und so etwas nicht in Frage stellt.

Der Verstand arbeitet hier, wie ein Roboter das tun würde. Er bekommt die Eindrücke über seine Sinne eingegeben und schickt die Infos direkt in seinen Intellekt. Das ist der Bereich des

Verstandes, in dem alle Informationen verarbeitet und interpretiert werden. Das Ergebnis der Interpretationen ist abhängig von der Bewertung der Ereignisse und diese hängt wiederum von gespeicherten Datensätzen ab. Wenn der Verstand die Geschehnisse mit seinen Glaubenssätzen (*Paradigmen*) abgleicht, spuckt er ein Ergebnis aus und das kann in diesem Fall tödlich sein.

Ein Verstand kann immer nur auf Basis dessen arbeiten, was er an Informationen zur Verfügung hat. Das wissen auch die Religionen und Regierungen und deshalb erheben sie absolutistischen Anspruch. Sie tun das, um zu vermeiden, dass sich der Gedächtnisspeicher mit Informationen versorgen kann, die das gewünschte Resultat des Denkvorgangs gefährden. Deshalb entstehen in unserem Land auch Parallel-Universen. So nennen wir die Zusammenrottung diverser Ethnien, die unsere Kultur ausgrenzen. Wir sind da mit dem katholischen Glauben auch nicht besser. Das wollte ich an dieser Stelle nur erwähnt haben. Nicht, dass ihr denkt nur die anderen wären so von sich überzeugt. Auch die Kirche ist absolutistisch. Es geht mir hier auch gar nicht darum zu bewerten, wer hier besser oder schlechter ist. Mir geht es darum zu verstehen, was in unserem Verstand passiert und warum.

Wenn also der Verstand einen beliebigen Umstand wertet, dann greift er dabei auf sein Wissen zurück. Das ist logisch. Wurde er entsprechend programmiert, wird er entsprechend Handeln. Wie bei einer Drohne. Soldaten sind Drohnen. Sie befolgen Befehle und übernehmen keine Verantwortung für ihr Handeln. Diese geben sie einfach ab.

Kommen wir zu dem Gefühl. Ein Soldat hat keine Gefühle zu haben, so wurde er programmiert. Aber wie sieht es mit dem Menschen aus. Ein natürlicher Mensch hat nun mal Gefühle. Das ist völlig normal. Was fühlt der junge Mann wenn er seine Schwester beim Knutschen mit einem Ungläubigen erwischt?

Sein Verstand sagt ihm dass das falsch ist. Dass das verwerflich ist. Welches Gefühl kann sich da schon einstellen, außer Hass, Wut, Enttäuschung, Frust, Schmerz usw.

Das ist der Prozess. Der Verstand erhält Input, er bewertet entsprechend seiner Prägung, löst Gefühle aus und initialisiert dann eine entsprechende Handlung. So ist das auch bei Eifersucht. Auch hierbei gleicht der Verstand die Situation mit dem Glaubenssatz ab, Sex mit anderen ist tabu und das ist Verrat an mir. Sie liebt mich nicht, die Sau usw.

Bei Hippies ist das völlig anders gelagert, die würden sich freuen und ggf. sogar mitmachen. Mal ein Dreier, warum nicht? Das ist deren Art das Leben zu feiern. Das ist zwar konstruktiver, aber beides sind Gefühle die aus Glaubenssätzen und der Haltung gegenüber dem Leben resultieren. Was ich aber möchte ist eine Art der Neutralität zu nutzen, um den Prozess bewusst zu beobachten und sich emotional nicht daran zu beteiligen. Die Dinge einfach so sehen wie sie sind. Ohne Einmischung oder Wertung.

Das ist dann der Fall, wenn man selber kein Problem mit irgendetwas hat. Wenn man mit sich im Reinen ist. Dann wird man tolerant. Das ist der entscheidende Moment in dem Freiheit entsteht.

An dieser Stelle möchte ich nochmals auf den Titel dieses Kapitels verweisen.

Die Knechtschaft des Verstandes, die aktuell durch ein System zum Ausdruck gebracht wird, welches freie Entscheidungen unterdrückt und keine Verwirklichung der menschlichen Bedürfnisse fördert. Unter diesen Umständen sehe hier nur einen Weg. Die persönliche Entscheidung trotz aller Widerstände das tun, was sich auf allen Ebenen richtig anfühlt.

Diesen Weg zu beschreiten erfordert Einsicht, Weisheit und Mut, denn wir verlieren zunächst alle Annehmlichkeiten, die uns die Gesellschaft derzeit (*noch*) bietet. Außerdem bedarf es einer klaren Entscheidung, wobei die hier zugrunde liegenden Fragen zumeist lauten:

Was ist der Sinn in meinem Leben und wofür lebe ich überhaupt?

Wie will ich sein? Wie will ich mein Leben formen? Was ist mir wichtig? Was nicht? Was fehlt mir?

Warum bin ich frustriert? Wie kann ich mich befreien?

Was sind meine Ziele im Leben und darüber hinaus?

Gibt es eigentlich Ziele, die über mein Leben als Mensch hinausführen und wenn ja, welche?

Mentales Training

Diese Überlegungen führen in die richtige Richtung und damit sie gedeihen können, benötigen sie Raum. Einen leeren Raum, in dem sie sich entfalten können. Wir sollten also zunächst damit beginnen, für uns einen inneren Raum zu erschließen, indem wir allein und ungestört mit uns selbst kommunizieren können. Einen Raum, in dem wir unsere innere, oft sehr leise Stimme hören können.

Ich persönlich eröffne mir diesen Raum durch Meditation. Dabei schaffe ich mir einen inneren Raum, in dem ich zunächst eine bequeme Haltung einnehme, in der ich gerade sitze. Gerne auch mit dem Rücken an einer Wand und gepolstert mit einem Rückenkissen. Temporär auftretende Schmerzen (*z.B. in den Beinen*) werden dabei einfach ausgehalten. Bei Blutstau in den Beinen wechsele ich die Position, indem ich sie anders herum lege, oder wenn es gar nicht mehr geht, kurz aufstehe, bis alles wieder durchblutet ist und mich dann erneut hinsetze.



Das funktioniert gut, wenn ich nicht weglaufe, sondern mich diszipliniert immer wieder hinsetze und mir zuhöre ohne darauf zu reagieren. Ich beobachte meine Gedanken, aber ich führe sie nicht aus. Genau das macht hier den Unterschied, denn im normalen Modus kommen mir natürlich auch Gedanken, nur folge ich Ihnen dann meistens und beobachte sie eher selten.

Um Gedanken zu beobachten hat es sich als sehr hilfreich erwiesen, wenn keine Ablenkungen erfolgen. Diese können durch Impulse wie Geräusche, oder auch optische Wahrnehmungen verstärkt werden. Deshalb agiere ich clever und unterbinde diese Quellen, indem ich die Übertragungswege unterbreche. Ich schalte den fortwährenden Datenstrom an Informationen ab, indem ich mir Ohrstöpsel in die Ohren stecke und meine Augen mit einer Schlaf(*Meditations*)brille bedecke.

Der äußere Raum ist durch ein entsprechend optimiertes Setup passend eingerichtet. Gerüche können ggf. unterstützend wirken, wenn sie eine spirituelle Reinigung (*z.B. Salbei in einer Räucherschale*) begünstigen. Zudem sollte alles geregelt sein. Damit meine ich, dass ich mit keinen Anrufen zu rechnen habe und alles auf den Weg gebracht wurde, was mich in den kommenden Stunden beschäftigen und somit von mir ablenken könnte. Das funktioniert nicht immer zu 100%, aber in der Regel ist zumindest die Wahrscheinlichkeit eine längere Zeit ungestört zu verweilen, gegeben.

Jetzt befinde ich mich in einem optimalen Setting. Ich setze mich hin und mache zunächst nichts. Dann lenke ich meine Aufmerksamkeit auf meinen Atem. An diesem Punkt bemerke ich erste Widerstände. Ich beobachte Widerstände und stelle fest, dass diese aus meinem Verstand kommen.

Jetzt werde ich mir folgender Tatsache bewusst: Mein Verstand ist es gewohnt Informationen zu verarbeiten. Kommen keine neuen Informationen, reagiert mein Verstand mit Abwehr und erzeugt ein Gefühl der Langeweile. Das ist die erste Hürde auf meinem Weg.

Mein Verstand mag keine Stille. Deshalb sendet er den Impuls nach außen zu gehen und lieber aktiv zu werden. Hierbei bedient er sich üblicherweise eines gut funktionierenden Tricks. Er generiert einen Gedanken, der mich aufstehen und die Sitzung abbrechen lässt. Das könnte z.B. so aussehen:

Auweiha ... Ich hab vergessen die Herdplatte auszuschalten, oder der und der Termin muss noch unbedingt aufgeschrieben werden, sonst vergesse ich ihn womöglich und der ist doch so wichtig usw. Die Inhalte sind hierbei nicht maßgeblich und können verschieden sein. Für meinen Verstand ist nur wichtig dieser (*für ihn*) unangenehmen Situation auszuweichen. Das ist sein primäres Ziel. Wie er mich im Anschluss, also wenn ich Folge geleistet habe, weiter beschäftigt und von mir ablenkt wird sich zeigen. Erstmal raus hier. In der Regel ist mein Verstand hierbei sehr kreativ und es kommt eins zum anderen. Irgendwann stelle ich dann verwundert fest, dass der Tag rum ist und ich kaum meditiert habe.

Nächster Tag

Wieder sitze ich und der Impuls kommt: *Steh auf und mach das und das ...*

Doch dieses Mal bleibe ich sitzen und ertrage die Langeweile. Nach einiger Zeit wird es leichter. Ich reiße mich zusammen und will jetzt diszipliniert meine Aufmerksamkeit auf meinen Atem fokussieren. Ich fasse den Entschluss, jetzt erwachsen zu handeln und achtsam meinen Atem zu beobachten.

Jetzt kommt der zweite Trick. Mein Verstand erzeugt Begeisterung. Auf einmal kommt ein Wow, wie cool ist das denn, ich kann das. Ich kann meinen Atem vertiefen und damit Effekte wie Entspannung und feine innere Empfindungen erfahren. Ich beginne damit mir auszumalen wie weit ich mich entwickeln könnte, wenn ich diese Technik jetzt immer praktiziere und träume davon wie es wäre, wenn ich so neue Fähigkeiten erhalten würde. Jetzt ist mir nicht mehr langweilig, sondern ich schwelge in einem Traum. In einer Illusion, die ich mir vor meinem inneren Auge als mögliche Realität kreierte. Dieser Gedankenfluss geht so leicht von der Hand, dass ich ihm gerne folge und dabei gar nicht merke, dass es sich auch hierbei schon wieder um ein Konstrukt meines Verstandes handelt. Dieses Mal nur nicht unangenehm, sondern verführerisch angenehm. Ich merke das daran, dass ich mehr Energie habe und nicht weniger. Bei der Langeweile wurde ich müde. Bei meinem Traum, werde ich energiegeladener und fühle mich prima und zuversichtlich. Somit stelle ich fest, dass mir mein Verstand Energie geben und rauben kann.

Das ist eine ganz entscheidende Einsicht, denn jetzt erst bin ich mir der Tatsache bewusst, dass mein Verstand mitverantwortlich ist für das, was ich fühle. Interessant.

Also schaue ich mir näher an, wie das genau funktioniert. Ich stelle fest, dass wenn ich freudvolle Gedanken denke, einen Energiezuwachs empfinde und wenn ich frustrierende Gedanken habe, sich ein Mangel an Energie einstellt. Um achtsam zu sein und meinen Atem aufmerksam zu beobachten, benötige ich Energie. Andernfalls schlafe ich ein. Verliere also mein Bewusstsein. Wie komme ich also in einen Zustand, in dem ich wach bin und aufmerksam. Wie kann ich am Ball bleiben, damit ich die Sitzung nicht vorzeitig abbreche?

Die Antwort

Ich halte den unangenehmen Zustand aus. Ich halte ihn aus, weil ich verstanden habe, dass es sich bei dem Gefühl um ein oft durch Gedanken entstandenes Resultat meines Verstandes handelt und

vorübergeht. Auch dann, wenn ich sitzen bleibe. Ich weiß das es keine nachhaltige Lösung ist, dem Impuls, sich abzulenken nachzugeben. Deswegen bleibe ich sitzen und beobachte meine Gedanken, meine Gefühle und was da sonst noch ist ...

Dieses, was da sonst noch ist ... ist interessant zu beobachten, weil es hier keinen Raum gibt. Hier existiert keine Zeit. Wenn keine Zeit existiert, existiert auch kein Ziel. Wenn ich kein Ziel habe, dann habe ich da auch keine Anspannung, denn diese kann sich nur zwischen zwei verschiedenen Zuständen aufbauen. Sie funktioniert nur zwischen zwei gegensätzlichen Polen, ungefähr so wie zwischen positiver und negativer Ladung. Fallen die Pole weg, fällt auch die Anspannung weg. Alles klar.

Dieser Weg der Mitte ist der **goldene** Weg. So sagte Buddha einst so schön:
Wenn Du auf einem Saiteninstrument spielen willst, dann spanne die Saiten nicht zu arg, sonst reißen sie. Lasse sie aber auch nicht zu schlaff, sonst kannst Du nicht auf ihnen spielen.
Dieses Einstimmen nenne ich Zentrierung.

Zentrierung

Zentrierung ist erforderlich, um beobachten zu können, ohne sich mit etwas zu identifizieren. In diesem Zustand erhalte ich **Gewahrsein**. Gewahrsein entsteht durch Zugriff auf Wissen. Auf universelles Wissen, welches ich (*oder andere*) durch **Erfahrung** gemacht habe(n). Ich muss das nicht denken, ich bin das, weil WIR es gelebt haben! Ich bin das spektakulär :-)

Ich bin mir dessen bewusst, weil ich die Erfahrung gemacht habe wie etwas ist. Die Erfahrungen sind ein Bestandteil meines Wesens geworden und mir wird klar, dass das der Sinn des Lebens ist. So wachse ich. Werde umfassender. Weiser. Bewusster.

Mir ist bewusst, dass ich im Leben Erfahrungen mache, die mein Wesen wachsen lassen.
Mir ist bewusst, dass ich nicht der Körper bin, sondern einen Körper habe.
Mir ist bewusst, dass ich nicht der Verstand bin. Sondern einen Verstand habe.
Mir ist bewusst, dass ich Beobachter bin. Ein zeitloser Reisender, der als Mensch, im Körper eines Menschen ohne Erinnerung an vorherige Leben Erfahrungen macht, die anders gar nicht möglich wären.

Dazu gehört z.B. die Erfahrung der Hilflosigkeit. Eine meist schmerzhafteste Erfahrung. Sie bildet das Gegenstück zu Macht. Macht und Hilflosigkeit sind eins, weil das eine nicht ohne das andere existieren kann. Beides kenne ich und das eine verleiht mir Energie und Kraft, während das andere mit einem Mangel auf allen Ebenen einhergeht. Auch Energiemangel. Wenn ich in einer miesen Situation gefangen bin, in der ich viel Energie benötige, um mich daraus zu befreien, dann ist es keine erfolgsversprechende Voraussetzung diesen ohne Energie (*Vermögen = auch finanziell gemeint, da es sich hierbei um die grobstoffliche Entsprechung handelt*) positiv zu verändern.

Das ist bitter und ein leidvoller Zustand. Wichtig ist er aber auch, um zu erfahren, was Hilflosigkeit eigentlich bedeutet und wie sich das anfühlt. Ohne diese Erfahrung kann kein Mensch verantwortungsvoll mit Macht umgehen. Wir können also davon ausgehen, dass Menschen an Konzernspitzen, Broker & Co. diese Erfahrung (*auch in vergangenen Leben*) noch nicht ausreichend gemacht haben. Wäre das so, würden Sie Mitgefühl entwickeln und mehr für das Gemeinwohl tun, als für sich selbst.

Das ego-motivierte Bewusstsein ist unser niederes Selbst. Es entstammt dem Tierreich und setzt prinzipiell auf das Recht des Stärkeren. Das ist der Kernpunkt aller Probleme. Ego-motiviertes Handeln und Ignoranz. Beides kommt aus dem Verstand.

Die Liebe ist der ganze Rest. Bedingungslose Liebe ist die eigentliche Liebe. Sie ist zeitlos und immer da. Sie ist die Basis, auf der temporäre Lügen (*Erfindungen des Verstandes*) passieren können. Ohne Liebe gäbe es gar kein Leben. Es gäbe kein Leben, weil die Schwingung der Liebe (*auf einer langsameren Wellenlänge*), mit Licht gleichzusetzen ist. Licht ist die materielle Entsprechung von Liebe und kann jede Form annehmen. Auch Nahrung, wie wir z.B. an manchen Schmetterlingsarten (*ca. 50%*), Pflanzen (*Photosynthese*) und weiter entwickelten Menschen (*Meister*) sehen können. Sie benötigen kein grobstoffliches Essen mehr. Sie alle können Licht direkt assimilieren und müssen nicht mehr den Umweg über andere Zwischenstufen (*Tiere und Pflanzen*) gehen um die Lebensenergie (*das Chi, auch Prana oder Orgon genannt*) zu nutzen. Das machen auch Planeten, wie die Erde zum Beispiel. Ja, unsere Erde wächst.

Dieser universelle Bewusstseins-Zustand ist unsere Zukunft, wenn wir den Verstand in Gänze verstanden und ihn letztendlich transformiert haben. In diesem Zustand wird sich auch die genetische Struktur beim Menschen wieder reaktivieren und vollständig funktionieren. Doch das steht auf einem anderen Blatt. Genetische Entsprechungen und Bewusstseins-Technologie als hilfreiche Schlüssel für Meditationen zu nutzen, werde ich später genauer erklären.

Zunächst zurück zum normalen 3D-Bewusstsein

Ich befinde mich immer noch in dem leidvollen Zustand der Hilflosigkeit und des Energiemangels. Es gibt keinen Ausweg. Ich bleibe sitzen und ertrage das. Ich beginne zu weinen. Ich habe Schmerzen. Manchmal seelisch und manchmal auch körperlich. Ich beobachte die Schmerzen und stelle fest, dass Sie reinigen. Je schlimmer die schmerzhaften Gefühle sind, die ich bereitwillig aus Einsicht und in Demut ertrage, desto mehr reinigen sie mich. Das geht richtig tief. Kaum auszuhalten. Ich will immer wieder fliehen. Obwohl es gibt keinen Ausweg gibt, denn immer wenn ich in Konsum / Ablenkung wechsele, stehe ich nach kurzer Zeit wieder an diesem Punkt.

Was kann ich tun um für immer frei davon zu sein?

Die Antwort

Es immer wieder tun. Immer wieder Meditation praktizieren. Immer wieder hinsetzen und aushalten. Redlich. In Demut und dem Wissen, dass, wenn ich wirklich für immer Ruhe vor diesem in mir dominierenden Wesen, des Egos, nachhaltig Ruhe haben will, muss ich tiefer gehen. Mein Indikator ist der Schmerz. Daran misst sich, wie sehr ich mir eine umfassende, tiefgreifende Transformation meines Wesens zum Licht wirklich wünsche.

Eigentlich habe ich es gut getroffen, denn wenn mein Wille noch nicht ausreichend ist, die Reinigung zu ertragen, dann brauche ich nur noch ein wenig weiterleiden, bis ich es endgültig satt habe und das Richtige für mich tue. Egal wie weh das tut. Allein die innere Entscheidung hebt meinen Energie-Level an. Wenn ich wirklich, aufrichtig etwas an mir verbessern möchte, mich veredeln möchte und ich weiß nicht wie, dann kann ich weinen und um Hilfe bitten. Wenn diese Bitte tatsächlich aus dem Innersten kommt und ich ehrlich mein destruktives Verhalten bereue, bekomme ich sie auch. Das kann sich z.B. darin zeigen, dass wieder Dinge klappen, die mir helfen. Ein guter Job, eine Genesung whatever ...

Dieser Indikator zeigt mir, dass ich auf dem richtigen Weg bin. Der richtige Weg ist der Seelenweg, denn er führt mich zum Licht. Er führt zu dem Göttlichen in mir. Das kann ich sogar sehen. Zum Beispiel in der Meditation, oder auch beim Joggen. Ich habe das mehrfach getestet und dabei

festgestellt, dass ich dieses Licht, von dem ich hier schreibe, nicht mit den physischen Augen gesehen werden kann. Aber es ist trotzdem da und es wird stärker, wenn ich reiner bin. Rein im Geiste (*Mind-Detoxication*), aber auch reiner im physischen Körper (*Entgiftung durch Fasten*).

Ich muss viele Dinge tun, die mein Ego nicht mag. Das ist wirklich nicht einfach. Folglich ist das für mich der ultimative Weg. Der direkte Weg ins Licht. Oder zu Gott? Auf jeden Fall zu mir. Zu meinem wahren Selbst.

Also setze ich mich wieder hin und ertrage die Schmerzen. Mental und körperlich. Ich mache keine Bedingungen. Bedingungen kommen wieder vom Verstand. Ich beobachte ihn und lasse es nicht mehr so weit kommen. Die Tricks mit dem Eingelulle und dem Wohlfühl-Programm habe ich geblickt und ausgehebelt. Was kommt nun als Nächstes?

Stille

Endlich Stille. Ein kurzer Augenblick ohne Sorgen, ohne Anspannung, ohne Zeit. Um diesen Zustand zu erreichen, benötige ich aktuell ohne Hilfsmittel (*komme ich noch drauf*) ca. 45 Min. Verweile ich länger in Stille (keine Gedanken) erhalte ich Anschluss an das Wissensfeld. Manche nennen es Akasha, manche auf der 3D-Ebene Cloud. Die Netzwerkkarte ist mein Herz, also das feinstoffliche Herz in unserer Körpermitte in meinem Lichtätherkörper. Hierüber läuft unsere Intuition. Wissen ohne Denken. Tiere machen das andauernd und wir nennen das Instinkt. Zum Beispiel bei Hasen. Man muss also nicht schlau sein um den Zugang zu nutzen. Das läuft nicht über den Kopf. Intuition läuft über das Herz.

All dies konnte ich erfahren, als ich meine Gedanken beobachtete und dabei Szenen aus verschiedenen Erfahrungen aus meinem Gedächtnisspeicher abrief. Ich habe resümiert und verstanden, was mir diese Erfahrungen vermitteln wollten. Ich integriere Erfahrungen, räume mich auf, bringe mich in Ordnung. Ich nenne den Vorgang auch gerne: Mentale Hygiene betreiben.

Mentale Hygiene

Bei der mentalen Hygiene beseitige ich toxische, innere Haltungen, indem ich Geschehnisse aus verschiedenen Perspektiven betrachte. In meiner Welt kann ich sein, wer ich will und ich kann mich auch in mein Gegenüber und auch in seinen derzeitigen Wissensstand hineinversetzen, wenn ich es nur will. Diese Praxis ermöglicht mir, die Dinge aus dem Blickwinkel des Anderen zu betrachten und zu verstehen, wie er tickt.

An diesem Punkt setzt gerne wieder der Verstand ein. Dieses Mal ist es ein ganz bestimmter Bereich meines Verstandes.

Der Intellekt

Der Intellekt erzeugt Bewertungen. Er greift (*wie zuvor beschrieben*) auf den Gedächtnisspeicher zu und vergleicht Erfahrungen. In der Folge präsentiert er z.B. ein zu vermutendes Resultat oder entwickelt Strategien. Somit hat er mich wieder am Schlawittchen. Dieses Mal bin ich zwar intellektuell anspruchsvoller darauf hereingefallen, aber das Ergebnis ist dasselbe. Ich bin wieder im Verstand gelandet. Ich habe mein Bewusstsein erneut in Gedanken geparkt und bin überall, aber nicht bei mir. Nicht bei dem Atem und nicht in meinem Zentrum. Wieder stehe ich am Anfang.

Wie bei dem Brettspiel „*Mensch ärgere Dich*“ wurde ich aus meiner Runde geworfen. So kurz vor dem Zielzustand. Dem universellen Gleichmut. Ganz im Hier und Jetzt zu sein.

Wie ist das möglich? Ich habe aufgepasst und trotzdem bin ich wieder im Denken verhaftet. Ich rekonstruiere den Prozess, indem ich mich erinnere, wie das Ganze begonnen hat. Der 1. Gedanke war: Ach ist das schön. Der 2. war: Das möchte ich festhalten und schon folgte die Idee wie ich das bewerkstelligen könnte. So rutschte ich automatisch in eine Abfolge von Gedanken, die sich um Strategien drehten, welche mich befähigen würden diesen Zustand aufrechtzuerhalten und zu festigen.

Dieses Mal habe ich bereits nach wenigen Minuten gemerkt, dass ich wieder abgeschweift bin. Ich bin vom aufmerksamen Beobachten meines Atems, in das Darüber-Nachdenken, wie ich das mache, gerutscht. Ein nahezu fließender Übergang, kaum merklich. Das ärgert mich und ich bin jetzt umso entschlossener jetzt wirklich aufzupassen und keinen Raum mehr für Gedanken zu lassen.

Doch jetzt werde ich ruhelos und wenn ich das ertrage und trotzdem sitzen bleibe kommen Gefühle wie Wut und Ungeduld in mir hoch. Etwas in mir will, dass es vorangeht. Ich will Fortschritt, am besten sofort. Und je mehr ich das will, desto weiter entferne ich mich von der Gelassenheit, die ich eigentlich fühlen wollte. An diesem Punkt wird es schwer, weiter zu beobachten ohne emotional beteiligt zu sein. Es tut weh. Es tut weh jetzt nicht abzubrechen und wieder aktiv zu werden. Ich nenne diese Phase meinen inneren Kampf.

Der innere Kampf

Der innere Kampf ist mein Kampf mit mir selbst. Ein Kampf zwischen Licht und Dunkelheit. Bewusstsein und Unbewusstheit. Heil und krank. Das ist aus meiner Sicht der wahre heilige Krieg. Der Weg des Kriegers. Diesen Kampf muss jeder mit sich selbst führen. Nicht im Außen, sondern innen.



In meinem Verstand sitzt mein Ego und mein Ego will Befriedigung. Gebe ich keine Befriedigung, wie z.B. Konsum, in welcher Form auch immer, zickt das Ego wie verrückt. Es will einen anderen Zustand. Es will nicht mehr beobachtet werden. Es will sich verstecken, mich dazu bewegen, damit aufzuhören. Mich ablenken. Dafür ist alles erlaubt. Einen Film gucken, Sachen erledigen, rauchen, Sport egal was, Hauptsache, erst mal weg hier. Weg aus diesem bewegungslosen, ruhigen Setting.

Dann geht das Denken wieder los. Was wäre, wenn ich dieses oder jenes täte und schon wieder bin ich raus aus dem Beobachten. Langsam wird das frustrierend und ich beginne zu leiden. Erst mental und dann auch körperlich. Die Haltung wird unbequem, ein Ziehen hier, ein Jucken da und es hört nicht auf. Es wird schlimmer, immer schlimmer. Fluchtgedanken machen sich breit. Jetzt sitze ich 2 Stunden und bin total sauer.

Jetzt habe ich einen Grund, die Meditation scheiße zu finden. Bringt doch alles nichts, sagt mein Verstand. Du Loser. Lass das sein. Hat doch alles keinen Zweck usw. Gedanken dieser Art ziehen endgültig die letzte Energie aus mir raus und ich breche die Meditation ab. Frustriert über mich selbst, will ich mich damit nicht mehr konfrontieren und beschließe mich abzulenken. Ich parke mein Bewusstsein in einem Film und muss so nicht mehr fühlen, was in mir geschieht.

Bis zum nächsten Mal ...

Ein neuer Tag

Wieder sitze ich und beobachte meinen Verstand. So langsam meine ich seine Tricks zu kennen. Doch auch das sind nur Gedanken. Wieder reingefallen. Mein Verstand ist wirklich intelligent und er denkt sich immer neue Strategien aus, um mich von dem Atem abzulenken. Muss ja unheimlich wichtig sein, dieser Atem, denke ich und kehre zurück zum Beobachten. Dann will ich mal bewusst denken. Ich will verstehen, was an dem Atem dran ist und warum ich da nicht bleiben will. Dabei fällt mir auf, dass ich keine andere körperliche Funktion kenne, die ich bewusst beeinflussen kann, aber nicht muss. Ich atme auch unbewusst. Meinen Arm kann ich nur bewusst bewegen, aber mit dem Atem geht das auch automatisch. Wenn ich mich vergesse, übernimmt mein vegetatives Nervensystem den Ablauf. Automatisch, aber unbewusst, und noch etwas fällt mir auf. Ich atme anders, wenn ich bewusst atme.

Ich atme tiefer und langsamer. Und dabei stelle ich fest, dass je tiefer ich atme, desto tiefer bin ich in meinem physischen Körper. Zudem kann ich meinen Energiekörper vitalisieren. Erstaunlich wie krass sich das steigern lässt. Das scheint mit der Lebenskraft einherzugehen. Ich kann Prana atmen.

Yeah ...