



Einleitung

Grüezi mitenand

Da hatte ich mir doch vorgenommen, das Thema Schweinegrippe abzuschliessen und zur Seite zu legen. Doch inzwischen hat mich eine Information erreicht, die ich Ihnen nicht vorenthalten möchte. Es geht um ein Interview mit Beda Stadler*, den ich bereits im Newsletter vom Juni 2009 erwähnt habe. Es sind zwei Details, die, zumindest aus der Sicht der Schweizer Leser, doch sehr interessant und lesenswert sind und von der Sache her sicher auch für Deutschland und Oesterreich gelten.

Im Zusammenhang mit der Wahrnehmung gibt es unterschiedliche Modelle. Die meisten von ihnen werten in verschiedenen Qualitäten. Weit entwickelte Menschen hätten eine bessere Wahrnehmung, die anderen eine schlechtere oder, so behaupten eingefleischte Esoteriker, keine der Realität entsprechende.

Das ist denn auch der Grund, dass ich in diesem Brief weiter über die 4 Ebenen der Wahrnehmung schreiben will. Vier Ebenen, wie sie von südamerikanischen Ureinwohnern gelehrt werden und die in sich absolut gleichwertig sind.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Tag – jeden Tag, bis zum nächsten Brief am 15. September 2010.

Robert Gruber

* Beda M. Stadler sitzt im Stiftungsrat von Gen Suisse, der Gentechlobby und im Beirat Internutrition, der Lobby der Pharma-, Gentech- und Lebensmittelbranche.

Gesundheit

Schweinegrippe – für dieses Jahr zum letzten Mal ...

Sie erinnern sich sicher, als im vergangenen Jahr die Schweinegrippe die halbe Menschheit auszurotten drohte. Allein in der Schweiz sollten zwei Millionen Menschen angesteckt werden. Das wären nicht weniger als dreissig Prozent der Einwohner, inklusive Kinder und Alte, gewesen.

Die Bevölkerung wurde im Glauben gelassen, dass diese zwei Millionen Menschen zur gleichen Zeit krank sein werden. Doch ist das überhaupt möglich? Nein – es wären vielleicht zwei Millionen verteilt auf ein ganzes Jahr gewesen, und das wäre dann absolut unkritisch!

Zu Tausenden wurden Desinfektionsbehälter für die Desinfizierung der Hände aufgestellt. Es sind mir Firmen bekannt, die zu jedem Eingang eines Büros entsprechende Spender (teilweise sogar elektrisch betrieben) installiert haben.

Nun habe ich erfahren, dass diese Übung völlig sinnlos war. Desinfektion nützt nur in ganz wenigen Fällen, zumal Viren auf der Haut innert kürzester Zeit absterben.

Die ganzen Fehlinformationen rund um die Schweinegrippe wurden nie korrigiert. Im Gegenteil heisst es jetzt: «Impfen sie trotzdem, wenn es jetzt nichts bringt, sind sie geschützt, wenn die Viren rund um den Erdball sind und uns im nächsten Jahr von Neuem bedrohen!»

Inhalt, Impressum und Zielgruppen

Inhalt

Einleitung

- Grüezi mitenand

Gesundheit

- Schweinegrippe – für dieses Jahr zum letzten Mal ...

Spiritualität

- Die 4 Ebenen der Wahrnehmung (Fortsetzung)

Psychologie

- Macht es Sinn, sich mit anderen zu vergleichen?

Impressum

Herausgeber

Institut für Naturphilosophie

Innere Freiheit für erwachende Menschen

Robert Gruber

Chrüzwies 5, CH-8852 Altendorf

Telefon: +41 (0) 79 638 08 54

Kontaktperson

Robert Gruber, Telefon +41 (0) 79 638 08 54

Kontakt

Haben Sie Anregungen oder Fragen? Benötigen Sie weitere Informationen?

Zögern Sie nicht, mir eine E-Mail zu schreiben an

info [at] rgruber.ch oder besuchen Sie mich auf dem Internet

<http://www.rgruber.ch>

Zielgruppen

Menschen, die ein erweitertes Wissen über die Zusammenhänge und Hintergründe zwischen den natürlichen und den im allgemeinen als widernatürlich angesehenen Phänomenen erfahren möchten, um die Aktionen und Reaktionen im unmittelbaren menschlichen Umfeld emotionslos verstehen zu können.

Für Menschen mit gleichbedeutendem Gedankengut ist dieser Brief geschrieben.

Was suche ich?

- Ich suche Menschen, die sich an mehr erinnern können, als unsere Lehrbücher erzählen und mit denen ich diesbezüglich Gedanken austauschen kann.

Was biete ich?

- Ich helfe Menschen, die in ihrem Beziehungsnetz, bedingt durch wirtschaftliche (aktuelle Wirtschaftslage) oder persönliche (in Familien- und/oder Freundeskreis) Veränderungen psychische oder physische Tragödien erleben, ihren Weg zur inneren Freiheit zu finden.

Meine Mission

- Ich helfe erwachenden Menschen das Wissen zu entwickeln, ihren Traum der inneren Freiheit mit dem Ziel zu verwirklichen, auf den Flügeln der Absicht fliegen zu können.



Spiritualität

4 Ebenen der Wahrnehmung (Fortsetzung)

Die Wahrnehmung der Schlange – Ebene des Körpers

Die Wahrnehmung auf der Ebene des Körpers hat auch direkt mit dem sogenannten Reptiliengehirn (grundlegende Lebensfunktionen), dem ältesten Hirnteil des Menschen, zu tun. In den Urzeiten interessierte es nicht, was für Hintergründe, ob Fühlen, Denken oder Spiritualität hinter einer Handlung verborgen liegen. Es ging einfach darum, zu überleben. Es ist eine materielle Wahrnehmungsebene. Es ist alles sichtbar und damit greifbar. Es ist unveränderlich und träge.

Auf dieser Wahrnehmungsebene nehmen wir beispielsweise das Essen über die Form, die Farbe, den Geruch und das Gefühl bei der Berührung wahr. Es interessieren weder E-Nummern noch biologische Herstellung. Die vom Reptilienhirn gesteuerten Handlungen werden nicht analysiert, es wird nicht über eine Lösung nachgedacht. Wesentlich sind die Überlebensinstinkte und so bleibt in der ersten Reaktion kein Raum zu denken und zu fühlen.

Es ist aber auch festzuhalten, dass die Ebene der Schlange eine recht primitive Ebene darstellt. Noch viele Menschen, wenn nicht sogar die Mehrheit, steht in ihrer Entwicklung auf dieser Ebene. Die Behandlung des Körpers mittels chemischer Keulen, brutale Computerspiele und das Fernsehen fördern diese Ebene beziehungsweise verhindern eine Entwicklung auf die folgende Wahrnehmungsebene, der Ebene des Denkens und Fühlens.

Die Wahrnehmung des Jaguars – Ebene des Denkens und Fühlens

Nun erkennt der Mensch, dass Krankheiten möglicherweise nicht im Körper den Ursprung haben. Liebe und Dankbarkeit können den Körper heilen. Es ist die Zeit des positiven Denkens und es zeigt uns, dass das, was wir auf der Ebene der Schlange lebten, nicht die Lösung eines Konfliktes sein muss.

Es spielt auf dieser Wahrnehmungsebene eine Rolle, wie die Nahrungsmittel produziert werden. Es kommt darauf an, ob diese aus biologischem Anbau kommen. Es ist nicht gleichgültig, ob das Gemüse aus den Gewächshäusern kommt oder natürlich angepflanzt wurde. Der Mensch kümmert sich um den Unterschied, ob die Eier von Hühnern aus Bodenhaltung (mit dieser Deklaration werden viele Konsumenten irreführt, da es sich aus der Sicht des Tierschutzes keineswegs um eine annehmbare Hühnerhaltung handelt) oder frei von Batterien vom Freiland stammen.

Der Unterschied zwischen Schlange und Jaguar liegt darin, dass es bei der Schlange im Wesentlichen um die Selbsterhaltung geht. Im Gegensatz dazu ist der Jaguar wissbegierig und neugierig. Da gibt es auch tiefere Gefühle wie Liebe, Nähe und Familie. Es stellt sich aber auch die Frage, woher eine Krankheit kommt, was uns der Körper und die Seele mit einem körperlichen Problem sagen möchten. So sucht die Wahrnehmung auf der Ebene des Jaguars möglicherweise eine Heilung in der Alternativmedizin oder, falls es notwendig ist, in der sanften Schulmedizin.

Die Wahrnehmung des Kolibris – Ebene der Seele

Der Kolibri hat die Welt des Denkens losgelassen. Es ist die Ebene der Seele und ihre Sprache ist die Kreativität und das Reich der Mythen. Der kleine Vogel, der in der Luft an Ort fliegen kann, andererseits aber tausende von Kilometern von Nord nach Südamerika fliegt, dies ohne die Orientierung und ohne die Lust am Weiterfliegen zu verlieren. Während Schlange und Jaguar sich um die Nahrung kümmern, fragt sich der Kolibri nie, wie es weitergehen soll. Sind Probleme vorhanden, müssen diese nicht analysiert und durchdacht werden, denn die innere Stimme und das Bauchgefühl wissen die Lösung. Der Kolibri ist auf seiner grossen Reise und diese wird nicht mit Denken, sondern mit der richtigen Intuition bewältigt ...

Der Mensch ist ebenfalls auf einer grossen Reise. Er ist getrieben, sich weiter zu entwickeln. Er versucht dies in allen möglichen Techniken. Die Einen gehen auf in der Musik, die anderen beschäftigen sich mit geistigen Techniken. Wieder andere pflegen das Karma-Yoga, das Yoga der Pflichterfüllung oder bewegen sich in der Energie der fernöstlichen Kampfkünste. Und alle haben das selbe Ziel: Die Sehnsucht weiterzukommen. Die Sehnsucht nach dem erahnten Einssein.

Die Wahrnehmung des Adlers – Ebene der Spiritualität

Der Adler lebt oben in seinem Horst. Die Welt ist unter ihm. Er hat die Übersicht, sieht in die Ferne, sieht sowohl das grosse Ganze, aber auch das kleinste Detail entgeht ihm nicht. Auch wenn die Maus tausend Meter unter ihm sich bewegt, sieht er das punktgenau, ohne die Übersicht zu verlieren. Diese Gesamtschau ist die Qualität der spirituellen Ebene.

In verschiedenen spirituellen Schulen gibt es eine Übung, die sich «Das Nicht-tun» nennt. Dieses Nicht-tun gibt es in vielen Variationen. Die Übung liegt darin, gerade das zu tun, was man üblicherweise nicht tut oder das Tun vollständig zu unterlassen. Der Mensch im Bewusstsein des Adlers hört auf damit, so zu denken wie er schaut und so zu schauen, wie er denkt.

Auf der Ebene des Adlers sind wir nicht mehr durch das Ego getrieben. Hier zählen keine Gedanken, es geht um das grössere und umfassendere Sein, es geht um das Wohl der gesamten Welt. Es existiert keine Zeit. Existiert keine Zeit, gibt es auch keine Bedrängnisse von irgendwelchen Ereignissen. Es ist die vollständige Abwesenheit der Sorge um sich selbst. Es ist die wahre Freiheit.

Wir können wechseln zwischen den Ebenen

Die bisherigen Ausführungen zeigen nur eines von unzähligen Systemen auf. Ist jetzt die eine oder andere Ebene höher oder besser als die andere? Oder können wir sogar in allen Ebenen gleichzeitig wahrnehmen und agieren?

Unser Ziel sollte sein, je nach Situation die Ebenen zu wechseln. Bin ich irgendwo zu Gast, beurteile ich das Essen nicht aus der Sicht des Jaguars und hinterfrage laufend, ob denn alle Speisen biologisch sind. Ich habe die Freiheit, entweder aus der Sicht der Schlange oder aus der Sicht des Adlers die Speisen zu geniessen.



Wahrnehmung – wie ich sie anstrebe

Das Problem liegt darin, dass wir im Prozess unserer Erziehung lernen, wie es korrekt ist, unsere Welt wahrzunehmen. Es gibt Kinder, die sind hellseherisch. Das wird von den Eltern oftmals nicht zugelassen. Die Hellseherigkeit wird als unrealistisch dargestellt und das Kind hat in der Phase der Sozialisierung gar keine Chance, sich mit dem Gesehenen auseinander zu setzen.

Solange das Kind nichts spricht, steht es ihm frei, welche Realität es wahrnehmen will und es kann diese Wahrnehmung frei interpretieren. Der normal sozialisierte Mensch kennt nur die alltägliche Welt, denn er hat nichts anderes gelernt. Er hat aber auch keine Personen, die in der Lage sind, von einer anderen Welt zu erzählen.

So sind wir Sklaven, da wir nur *eine* Möglichkeit für den Umgang mit unserer Welt haben. Freiheit aber bedeutet, dass der Mensch zumindest aus zwei Möglichkeiten wählen kann.

Ich strebe nach der Wahrnehmung des Unbekannten, und ich habe es bisher nur teilweise geschafft. Ich versuche, die Wahrnehmung zu befreien und den Bereich dessen zu erweitern, was wahrgenommen werden könnte.

Psychologie

Macht es Sinn, sich mit anderen zu vergleichen?

Gerne vergleichen wir uns mit anderen Menschen. Doch macht es wirklich Sinn abzuschätzen, ob der andere viel besser ist als ich selbst? Macht es Sinn zu vergleichen, wer attraktiver, erfolgreicher, stärker und intelligenter ist?

Das Vergleichen und Messen ist sowohl den Tieren als auch dem Menschen angeboren. So geht es bei den Tieren um die Vorherrschaft im Rudel. Dieses Rudelempfinden ist natürlich beim Menschen nicht mehr in der selben Form vorhanden. Trotzdem kämpfen die Jungens, und das ist im Grunde der selbe Trieb wie derjenige bei den Wildtieren, auf dem Pausenplatz um Macht und Ansehen.

Je älter wir werden, desto mehr verschiebt sich dieses Vergleichen auf eine neue Ebene. Wir orientieren uns an den Leistungen, Körperbau, Erfolgen und Boni der anderen. Wir (da sind, wie auf dem Pausenplatz, vorwiegend Männer gemeint) vergleichen die Autos und schielen nach denen, die sich mehr leisten können als wir selbst.

In meiner Arbeit habe ich es immer mehr mit Menschen zu tun, die unter einem angeknacksten Selbstwertgefühl leiden. Einer der Hauptgründe für dieses Problem ist das Vergleichen mit den anderen. Man akzeptiert nicht, dass jeder Mensch ein Individuum mit seinen ganz spezifischen Stärken und Schwächen ist. Mit dem Vergleichen mit denjenigen, die in irgendeiner Disziplin besser sind als sie selbst, werden sie sich unweigerlich mittelmässig bis schlecht vorkommen. Unzufriedenheit wird ihr steter Begleiter sein. Erfolge wird es nicht geben, da doch irgend jemand die Sache besser getan hätte. Die Folgen davon sind Minderwertigkeitsgefühle, Schuldgefühle und Depression.

Da geht es also darum, die Startbedingungen auszublen. Es ist egal welche Grundvoraussetzungen tatsächlich

bestanden haben. Es kommt ganz einfach darauf an, wie die Talente und Fähigkeiten eingesetzt wurden. Selbst bei nicht idealen Bedingungen kann dazugelernt und Verbesserungen des Umfeldes erreicht werden. Immer daran denkend: Jeder Mensch ist einzigartig!

In einem solchen Denksystem hat es keinen Platz für Minderwertigkeitsgefühle. Es ebnet den Weg, um unbeschwert durchs Leben zu gehen. Es interessiert nicht mehr, wo der andere steht. Ein weiteres Resultat ist eine Menge Energie, die so nicht mehr gebunden ist. Energie, die uns hilft, uns selbst zu verwirklichen, ohne eine Kopie eines anderen zu sein.

Sich mit anderen zu vergleichen, ist eine sichere Strategie für Unzufriedenheit mit sich selbst und mit dem Leben. Es gibt einen hervorragenden Boden für Depressionen. Es ist auch das beste Rezept für Misserfolge, wenn die Messlatte zu hoch gelegt wird, indem man sich mit anderen vergleicht.

Das Dilemma: Da kommt das Kind mit einer schlechten Schulnote nach Hause und erklärt, dass der Klassendurchschnitt noch schlechter sei, als diese Note. Da muss ich erwidern, dass es nicht gut ist, sich mit den schlechten Schülern zu vergleichen, die besseren sollen der Ansporn sein. Das widerspricht meinen obgenannten Ausführungen ...

Was ist zu tun? Wenn man sich mit anderen vergleicht, soll man diese Vergleiche positiv nutzen. Es stellen sich beispielsweise die Fragen:

- Was bewundere ich am anderen am meisten?
- Gibt es eine Möglichkeit, diese Sache, Eigenschaft, Fähigkeit oder Leistung sich selbst anzueignen?

Jeder Mensch wünscht sich bestimmte Fähigkeiten und Eigenschaften, für die es ihm an der notwendigen Begabung zu fehlen scheint. Dieser Wunsch bleibt oftmals (oder meistens) unerfüllt, weil das «wissen wie» nicht vorhanden ist.

Doch gibt es tatsächlich Methoden, die die Möglichkeit schaffen, eine Fülle neuer Erkenntnisse, Begabungen und Fertigkeiten auf beschleunigte Weise zu erwerben. Ob dieses Erwerben tatsächlich möglich ist, hängt davon ab, ob wir erkennen, dass es sie gibt. *Denn das ist eines unserer grössten Probleme, dass wir gar nicht erkennen, welche Perlen an Fähigkeiten und Begabungen tatsächlich in uns schlummern.* Diese an die Oberfläche zu bringen, soll unser Ziel sein und damit unseren gefühlten Selbstwert vervollkommen.

Das Buch zur Befreiungstherapie



Das Buch «Befreiungstherapie – Hintergründe und Zusammenhänge» ist, meist gegen Bestellung, im Buchhandel unter der ISBN 3-8334-3175-X erhältlich. Sie können es aber auch direkt bei mir bestellen. Schreiben Sie eine einfache E-Mail mit Ihren Adressangaben. Das Buch wird in wenigen Tagen bei Ihnen sein.

Aufgrund der hohen Porto- und Zahlungskosten ist für Bestellungen von ausserhalb der Schweiz das Internet vorzuziehen. Beispiel: <http://www.amazon.de>