



Einleitung

Grüezi mitenand

Aufgrund meines Alters und der langjährigen Erfahrung in meiner Berufung als Naturphilosoph war ich der Ansicht, den grossen Teil der das Leben betreffenden Fragen analysiert und für mich beantwortet zu haben. Da ist das Erstaunen um so grösser, wenn während einer Diskussion unerwartet eine ungeklärte Frage im persönlichen Denksystem auftaucht.

Am 02. Oktober 2007 anlässlich der Buch-Vernissage «Gesucht: Leader – Der Weg vom Manager zur Führungspersönlichkeit» (ISBN 978-3-905327-36-6) ist das wie oben geschildert, eingetreten. Teilnehmer der Podiumsdiskussion waren neben dem Autor Heinz Kaegi (www.kaegi-empowerment.com), Philippe Merk (CEO Maurice Lacroix) auch Abt Martin Werlen (Kloster Einsiedeln).

Nun hat Abt Martin (das ist gemäss ihm die korrekte Anrede) folgende Aussage gemacht: «*Das Gegenteil von Liebe ist nicht Hass, sondern Gleichgültigkeit*». Nun, so im Nachhinein, ist das ganz logisch. Doch über Jahre habe ich das anders gesehen und habe jetzt ein Problem: Was ist das Gegenteil von Hass? – Falls Sie, liebe Leserinnen und Leser, eine Idee haben, dann lassen Sie es mich bitte wissen. Herzlichen Dank.

Ich wünsche viel Freude beim Lesen dieser Information.
Bis zum nächsten Brief am 15. März 2007.

Sonnige Grüsse / Robert Gruber

Wissenschaft

Drogen im Gehirn

Seit Menschengedenken gehören Drogen zum Alltag. Die mehrsprachige niederländische Seite »Jellinek« schildert die Wirkung von Drogen auf den menschlichen Körper, ohne dabei den moralischen Zeigefinger zu erheben.

In einer ersten Möglichkeit ist eine Sequenz «Wie das Gehirn funktioniert» vorhanden. Die Geschwindigkeit wird mittels Pfeiltasten selbst gesteuert, so dass genügend Zeit besteht, die Informationen zu lesen und zu verarbeiten. Die weiteren Animationen beschränken sich auf die Fragestellung, welche Reaktionen im Körper ablaufen. Die Mahnung zum vorsichtigen Umgang mit gefährlichen Substanzen ergibt sich quasi nebenher aus Nebenwirkungen und Langzeitfolgen, die die Präsentation detailliert schildert. Neben illegalen Drogen berücksichtigt die Seite auch legale wie Alkohol und Nikotin.

Die verheerenden Folgen langfristigen Alkoholmissbrauchs und die daraus resultierenden physiologischen Veränderungen im Gehirn etwa werden schonungslos und präzise dargestellt, sodass einem die Lust auf das Feierabendbier nach dem Studium der Seiten ein wenig vergehen kann.

Diese hervorragend aufgebauten und sehr gut verständlichen Seiten lohnen sich, bei Gelegenheit anzuschauen: <http://www.jellinek.nl/brain> Es ist aus meiner Sicht etwas vom Besten in Bezug auf Informationsgehalt und Einfachheit, das mir seit langer Zeit begegnet ist.

Inhalt, Impressum und Zielgruppen

Inhalt

Einleitung

- Grüezi mitenand

Wissenschaft

- Drogen im Gehirn
- Vogelgrippe (eine weitere Fortsetzung ...)

Spiritualität

- Krafftiere – der Jaguar

Verborgenes Potential entdecken

- Innere Freiheit, heute zum Thema «Aufschieberitis
- Sind ihre Ziele wirklich erstrebenswert?

Ernährung

- Soll man destilliertes Wasser trinken?

Seminare

- Befreiungstherapie

Impressum

Herausgeber

Institut für Naturphilosophie
Innere Freiheit für erwachende Menschen

Robert Gruber

Steinacherstrasse 150, CH-8820 Wädenswil

Telefon: +41 (0) 79 638 08 54

Fax: +41 (0) 86 079 638 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 ihre Energie lieber in ihre Einzigartigkeit investieren möchten anstatt ins Bekämpfen scheinbarer persönlicher Begrenzungen.
- Menschen, die dem Druck von Aussen mit einem Lebenskonzept von Innen begegnen möchten, weil sie begriffen haben, dass das Leben aus mehr besteht, als einfach der Fortführung der Vergangenheit.
- Menschen, die als Unternehmer in Klein-, Mittel- und Grossbetrieben, in Familien und anderen Beziehungsnetzen unter Berücksichtigung von geistigen Gesetzen wachsen und sich entwickeln möchten. – Also Menschen wie Sie und ich, die ihre Visionen erkennen und verwirklichen werden.



Vogelgrippe (eine weitere Fortsetzung ...)

Nachdem das Gesundheitsamt alle Schweizer dazu aufgefordert hat, Gripeschutzmasken zu kaufen, um sich vor einer Vogelgrippe-Pandemie zu schützen, stürmten viele treue Bürger die Apotheken, um sowohl Apotheker als auch die Erfinder der Gripeschutzmasken-Erfinder zu bereichern. Ganz Europa hatte monatelang auf diese Pandemie gewartet, die mehr als 10 Millionen (!) Todesopfer hätte verursachen können. Die pseudowissenschaftliche Vereinigung hat bestätigt, dass man auf der Suche nach einem geeigneten Impfstoff ist, um diesem Problem entgegenzutreten. Einem Problem, welches bis heute weltweit etwas mehr als hundert Todesopfer gebracht hat (Weltbevölkerung mehr als 6 Milliarden). Nachdem wir soviel Unsinn miterleben mussten, haben die Experten offiziell mitgeteilt, dass «die Vogelgrippe in Europa nicht mehr existiert.» Die Gefahr besteht «nur» für Tiere. Um uns im Glauben zu lassen, dass die Verursacher – die zum Grossteil durch Steuergelder bezahlt werden – ihren Arbeitsplatz behalten müssen, wurden wir informiert, dass das Problem für die Menschen doch ernst ist. In Indonesien.

Quelle: Orizzonti, Jahrgang XXX Nr. 112 Sept. 07

Spiritualität

Krafttiere – der Jaguar

Nachdem ich das letzte Mal in kurzen Worten den Adler beschrieben habe, widme ich hier ein paar Gedanken dem Jaguar. Weshalb gerade der Jaguar? Dieses Tier gehört neben dem Adler, der Schlange und dem Kolibri zu den vier wesentlichen Geisttiere der Ureinwohner Amerikas. Natürlich ist zu beachten, dass je nach Gebiet Amerikas und der Stämme der Schamanen andere Tiere genannt werden. Doch sind insbesondere der Adler und der Jaguar vom Norden bis in den Süden in den Überlieferungen der Ureinwohner anzutreffen.

Der Jaguar verkörpert die Kraft der Transformation und fordert dich auf, den Sprung in die Traumwelt zu wagen. Die Jaguarenergie hat ein grosses Veränderungspotenzial. So kann sie nicht nur einen Menschen, sondern auch ganze Organisationen (in der Überlieferung handelte es sich um ganze Dörfer) erneuern. Erneuern heisst in diesem Fall aber auch, neu erschaffen. Die Jaguar-Energie schafft es, den Menschen durch das Gefühlchaos und die Unklarheit zu führen, da er sich nicht täuschen lässt und die Unterscheidung zwischen Schein und Sein in sich trägt.

Wer sich mit Krafttieren beschäftigt hat, sieht hier auch Parallelen zu Panther und Leopard. Der Unterschied liegt hauptsächlich im Vorkommen. Sie sind eher in Afrika und im fernen Osten domiziliert. Energetisch gesehen haben sie grosse Ähnlichkeit mit dem Jaguar. Der Unterschied besteht vor allem in der Mystik, dabei insbesondere natürlich beim «schwarzen» Panther.

Das Ziel dieses Beitrages liegt ein weiteres Mal darin, die Leser aufzurütteln und sie zu motivieren, auch auf dieser Ebene an ihrer Persönlichkeit zu arbeiten. Um sich selbst zu erkennen, ist die Krafttier-Philosophie äusserst geeignet. Stellen sie sich einen Menschen vor, der im täglichen Wirken an sich selbst einen Mangel an Selbstwert beobachtet und an sich zwei-

felt und identifiziert sich in seinen Träumen und Gedanken mit einem Jaguar? Das sind positive Ressourcen, an die er sich erinnern soll um diese Energie in seinem Wirken zu manifestieren.

Ernährung

Soll man destilliertes Wasser trinken?

Viele Menschen machen sich Sorgen über das belastete Trinkwasser, wie es aus der Leitung kommt oder wie wir es in Flaschen kaufen. Die Vorstellung, dass Mineralwasser die optimale Flüssigkeitszufuhr darstellt und wir uns durch Wasser lebensnotwendige Mineralstoffe zuführen müssen, ist sehr umstritten. Es gibt Meinungen die sagen, dass die im Wasser enthaltenen Mineralstoffe anorganisch seien und nur zu gesundheitsschädigenden Ablagerungen in Gefässen und Geweben führen. So wird empfohlen, frisch gepresste Gemüse- und Fruchtsäfte oder destilliertes Wasser zu trinken, um ungesunde anorganische Mineralstoffablagerungen auszuschwemmen..

Doch sind da auch die anders Denkenden die sagen, dass das Trinken von destilliertem Wasser gefährlich ist und sogar zum Tod führen kann. Die Begründung liegt darin, dass durch den osmotischen Druck die Körperzellen platzen können. Wie so häufig, steckt in dieser reisserischen Behauptung ein Körnchen Wahrheit: Legt man einzelne Körperzellen in destilliertes Wasser, platzen sie wirklich, weil sie sich durch die Osmose mit Wasser vollsaugen.

Aber die Destillatsphobiker beachten nicht, dass das destillierte Wasser nicht in die Venen gespritzt wird, sondern über den Magen aufgenommen wird. Dort vermischt es sich mit Magensäure und dem Nahrungsbrei, wird im Verdauen also wieder mit Salzen angereichert.

Ob normales oder destilliertes Wasser – auch für das lebensspendende Nass gilt Paracelsus' Diktum, dass die Menge das Gift macht. Wer beispielsweise den durch Schwitzen verursachten Wasserverlust mit dem Genuss von zu viel Trinkwasser überkompensiert, läuft Gefahr, in seinem Blut durch Verdünnung ein Natriumdefizit hervorzurufen. Dann können Hirnzellen anschwellen und dies kann zu Übelkeit, Schwindelgefühlen und Erbrechen führen.

Verborgenes Potential entdecken

Innere Freiheit, heute zum Thema «Aufschieberitis»

Kennen Sie den Ausdruck «Aufschieberitis»? Das ist ein nicht ganz ernstgemeinter Fachbegriff, für die Veranlagung, alles und jedes aufzuschieben. So wurde in vielen wissenschaftlichen Studien bewiesen, dass alles an Schrecken verliert, das irgendwo in der Zukunft liegt. Doch dieses Verhalten des Aufschiebens führt unweigerlich zu Stress, sobald sich der entscheidende Ablieferungstermin naht.

Um dem Druck auszuweichen, bleibt den Betroffenen offenbar nur die Möglichkeit,

- Ja zu sagen, um zeitraubende Konflikte zu umgehen
- Die Arbeit selber zu erledigen um nichts erklären zu müssen und damit keine Zeit zu verlieren
- Unangenehmes zu vertagen, um Zeit zu gewinnen



Dieses Verhalten macht sich auf die Dauer nicht bezahlt. Die Anforderungen steigen und die Zeit wird immer knapper. Dieses Verhalten zu ändern benötigt jedoch Zeit. Es ist ein Prozess, bei dem neue Verhaltensweisen wachsen müssen. Dies entspricht natürlich nicht den Zeitmanagement-Technik-Verkäufern, die das alles so einfach zu erreichen darstellen. Es braucht persönliche Disziplin, Planung und allenfalls eine entsprechende Begleitung.

Für eine Veränderung der Verhaltensweise sind nur ein paar wenige Grundsätze zu beachten:

- Eine Liste führen, bei der die einzelnen Aufgaben beschrieben sind
- Die Dauer der Erledigung schätzen und nach ihrer Wichtigkeit ordnen
- Genügend Zeit einplanen, um für Unvorhergesehenes gewappnet zu sein
- Immer wieder die aktuelle Situation beobachten und allenfalls Korrekturen in der Prioritätenliste vornehmen.

Von «Aufschieberitis» sind sehr viele Menschen betroffen. Oft werden sie jahre- oder jahrzehntelang von dieser Verhaltensweise geplagt. Die Erfolge meiner Kunden zeigen: es lohnt sich auf alle Fälle! Das Resultat ist weniger Stress und mehr innere Freiheit!

Sind Ihre Ziele wirklich erstrebenswert?

Im Zusammenhang mit der persönlichen Entwicklung sind im Bereich des Coaching und der persönlichen Bewusstwerdung (Self-Realization) die Zielfindungsprozesse ein ganz wesentlicher Bestandteil der Ausbildungen. In hervorragenden Seminaren wird das Erkennen und das Festlegen von Zielen geübt und die entsprechenden Regeln und Mechanismen zur sinnvollen Zielbestimmung an die Lernenden weitergegeben.

Im Laufe meiner persönlichen Weiterentwicklung habe ich mir die Frage gestellt, wie erkannt werden kann, ob ein Ziel überhaupt erstrebenswert ist oder einfach nur «nice to have». Der Aspekt des Sinngehalts wird oftmals vernachlässigt, was wiederum nicht überrascht, denn jeder, der einen bewussten Zielfindungsprozess mitmacht, der Normalität des ziellosen Dahinlebens weit voraus ist.

Ein wichtiges in den mir bekannten Schulungen berücksichtigtes Kriterium ist die persönliche Mission. Die ins Auge gefassten Ziele müssen im Einklang mit der persönlichen Mission sein. Doch genügt dies? Aus meiner Sicht ist ein Ziel nur sinnvoll, wenn es beim Erreichen *das Leben verändert*. Wenn ein Ziel nichts Neues in mein Leben bringt, weshalb soll sich denn der Aufwand lohnen? Sicher ist es angenehm, wenn materielle Ziele wie beispielsweise ein neues Auto oder ein neuer Computer erreicht werden. Kurze Zeit danach wird das Fahrzeug nicht mehr neu sein, der Computer veraltet und die früher definierten Ziele damit wertlos.

Also ziehen Sie das Argument der Nachhaltigkeit bei Ihrer Zielfindung in Betracht. Ob Sie ein Instrument lernen, eine Sprache lernen oder sich an einem Seminar oder durch Selbststudium weiterentwickeln wollen, das spielt im Grunde keine Rolle. Wichtig ist, dass beim Erreichen des Zieles oder der Teilziele sich Ihr Leben in Bezug auf die Sinnhaftigkeit verändert.

Seminare

Befreiungstherapie

Seminartermin

Das nächste Seminar findet vom 08. bis 10. Februar 2008 im Hotel Kreuz, CH-6072 Sachseln statt.

Verlangen Sie das ausführliche Programm telefonisch oder mittels E-Mail bei der Adresse auf Seite 1 dieser Schrift. Für Fragen und Auskünfte stehe ich ihnen gerne zur Verfügung.

Anmeldung

Die Anmeldung kann über Telefax, Brief, E-Mail oder telefonisch erfolgen und ist verbindlich. Die limitierte Teilnehmerzahl entspricht dem qualitativen Anspruch der Seminare. Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt und brieflich bestätigt.

Das Buch zum Seminar

Das Buch «Befreiungstherapie – Hintergründe und Zusammenhänge» vermittelt sowohl interessierten Laien als auch Fachleuten neue Denkansätze für den Zugang zur geistigen Welt. Anhand von Fallbeispielen aus seiner täglichen Arbeit beschreibt Robert Gruber Möglichkeiten und Grenzen sowohl der von ihm entwickelten Befreiungs- als auch der Reinkarnationstherapie. Separate ausführliche Kapitel über Wiedergeburt, Gedankenformen, Magie sowie Möglichkeiten des Sich-Schützens erklären und vertiefen dieses Denksystem, welches letztlich eben zur Loslösung dient.

Dieses Buch gibt Auskunft über nicht erfahrbare und erkennbare Gründe und Zusammenhänge des Seins. Es ist wohl-tuend unspektakulär und sorgfältig im Umgang mit divergenten Lehrmeinungen. Der Erfahrungsschatz einer langen Forscher- und Therapeutenzeit wurde allgemein verständlich niedergeschrieben. Die Kostbarkeit liegt nicht nur in der Fülle der Information, sondern auch in Robert Grubers Sprache, die den Leser und die Leserin etwas von der gemeinten Befreiung erahnen und spüren lässt.

aus einer Rezension von Dieter Lüdin, CH-4118 Rodersdorf



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>