

Wenn der Mensch glücklich und zufrieden werden will ...

**Ein Buch für den Menschen, der unglücklich
und unzufrieden ist und dem die gesunde
Selbstliebe,
der innere Frieden sowie
die innere Freiheit und Harmonie fehlen**

Dieses Werk ist ein Lehrbuch, das einzig für Menschen geschrieben ist, die unter jenen sehr vielen sind, die ohne Selbstliebe in sich unglücklich, unzufrieden, friedlos, unfrei und disharmonisch einhergehen und das Leben als Risiko sowie als ungerecht und gefährlich sehen, weil sie durch ihre eigenen falschen und lebensfeindlichen Gedanken und Gefühle mit sich selbst nicht zurechtkommen, sich Leid und Schmerz schaffen, in Angst und psychische Not verfallen sind und ständig und unnötigerweise einen harten und fortschrittlosen Lebenskampf führen.

Als Lehrbuch kommt es in diesem Werk nicht anhin, dass gewisse Fakten immer und immer wieder wiederholt werden müssen, denn nur dadurch, dass Wiederholungen auftreten, lernt der Mensch, sich mit einer Materie eingehend auseinanderzusetzen, sie zu erlernen und im Leben umzusetzen. Es kann also in einem Lehrbuch, und zwar ganz egal, um welche Lehre es sich handelt, eine Lehre nicht nur einmal angesprochen werden; geschieht das aber trotzdem, dann ist das aus einem Buch oder Lehrgang zu Erlernende nutzlos, wenn das, was erlernt werden soll, nicht mehrfach angesprochen und nicht wiederholt und damit nicht immer wieder in Erinnerung gerufen wird. Und das ist so mit jedem Lehrbuch, und zwar ganz gleich, um welchen Lehrstoff und Lernstoff es sich handelt, denn effective Wahrheit ist, dass der Mensch nur im Zug von Wiederholungen tatsächlich lernt und das Gelernte im Leben umsetzen kann. Dies zu bestreiten ist irrig und zeugt davon, dass der betreffende Mensch, der dieser Irrung verfallen ist, keinerlei Ahnung, keine Kenntnis und kein Verstehen in bezug auf die menschliche Psychologie hat und folglich nur dumm und besserwisserisch daherredet.

Einzig durch Wiederholungen eines Stoffes lernt der Mensch, und zwar in jeder erdenklichen Beziehung, sei es in bezug auf das Auswendiglernen eines Gedichtes, eines Artikels, eines Spruches oder eines Befehls, eines Gesangstextes oder eines Theaterstückes usw. usf. Nur durch das mehrfache Wiederholen eines bestimmten wortmässigen Stoffes ist es dem Menschen möglich, etwas bewusst zu lernen und es auch gedächtnismässig festzuhalten und es sich zu eigen zu machen. Gleichermassen gilt das auch hinsichtlich handwerklicher Tätigkeiten usw., denn auch in dieser Beziehung sind die Tätigkeitswiederholungen notwendig, wenn eine Fertigkeit des zu Erlernenden zustande kommen und letztendlich ein Produkt usw. daraus hervorgehen soll. Das Bestreiten dieser Tatsache zeugt zweifelsohne von mangelnder Intelligenz, Besserwisserei und gar Dummheit.

Der Menschen Gedanken, Gefühle, Worte und die Meditation

Die Gedanken und deren Gefühle sowie die gesprochenen Worte sind eine unsichtbare Macht voller Energien und Kräfte, die der Mensch ständig aussendet. Und die Gedanken, Gefühle und Worte sind der Stoff, woraus er sich seine Wirklichkeit erschafft. Es fragt sich nun aber, ob er die Welt und die täglichen Gegebenheiten so sieht, wie sie effectiv sind, oder ob er sie ausschliesslich durch den Blick seiner Annahmen, Einstellungen und Erfahrungen, durch seine festen Muster, Vorstellungen und Wertungen betrachtet.

Der um die effective Wahrheit in bezug auf Gedanken und Gefühle wissende Mensch ist sich der Tatsache bewusst, dass sich in seinem Kopf beinahe ununterbrochen ein innerer Dialog mit laufenden Gedanken abspielt und dass daraus Gefühle und Worte entstehen. Durch Verstand und Vernunft ist er ständig damit beschäftigt, mit sich selbst zu reden. Er gibt sich selbst durch die eigenen Gedanken unaufhörlich endlose Erklärungen über das Leben ab und formt damit die Welt seiner Gefühle, Ängste, Probleme, Sorgen und die Meinungen über andere Menschen usw. Er denkt jeden Tag Zigtausende Gedanken und formt demgemäss gleichermassen unzählige Gefühle in vielerlei Variationen, die ihn durchströmen. Eine sehr grosse Anzahl der Gedanken, Gefühle und Worte sind wie Tonbandaufnahmen alter Muster, die ihn das ganze Leben hindurch begleitet haben; alte selbstgewählte Programmierun-

gen, die sich teils schon lebenslang und teils aus neuerer Zeit immer und immer wieder im Menschen abspulen und sein Gedächtnis anregen. Das Ganze all dieser Gedanken, Gefühle und Worte erzeugt des Menschen äussere Umstände, was bedeutet, dass er alle seine Lebensumstände selbst erschafft. Folgedem ergibt sich, dass das, was der Mensch heute aus seinen Gedanken, Gefühlen und Worten aussät, er schon am nächsten Tag oder sonstwie in der Zukunft als Ergebnis erntet, denn er ist der eigene Schöpfer seines Lebens.

Je gemäss dem, wie und was der Mensch denkt, welche Gefühle er sich schafft und welche Worte er ausspricht, beeinflusst er damit seine Gesundheit, sein Leben, seine Moral, Psyche und sein allgemeines Wohlbefinden. Die Mitmenschen, mit denen er eng oder lose zusammenlebt, arbeitet oder die ihn einfach nah oder weiter umgeben, wie auch seine alltäglich vielfältigen Situationen, dienen ihm als Spiegel seines Zustandes, den er selbst erschafft und nach aussen freigibt. Gedanken, die gehegt, Gefühle, die geformt, und Worte, die ausgesprochen oder zurückgehalten werden, zeitigen stets ihre Wirkung. Sie sind als Gedanken unsichtbare, als Gefühlsregungen sichtbare und als Worte hörbare oder unausgesprochen unhörbare Botschaften, die pausenlos verschickt werden. Jeder Gedanke, jedes Gefühl und jedes Wort, sei es im Positiven oder im Negativen, ist eine vom Menschen selbstgeschaffene Schöpfung, die als solche alles in Bewegung setzt und sich in irgendeiner Art und Weise manifestiert. Und wenn der Mensch bewusst meditiert, dann weiss er genau, wie sehr schwierig es sein kann, die Gedanken und Gefühle resp. das innere Sprechen im Kopf und die daraus entstehenden Gefühle sowie die Worte verstummen zu lassen, um mit tiefsinnigen, vernunftträchtigen und weisen Intuitionen in Kontakt zu kommen. Und wenn die Meditation betrachtet wird, dann ist zu erkennen, dass diese es ist, die eine gute Möglichkeit dazu bietet, dass sich der Mensch bewusst wird, welche Art von Gedanken und Gefühlen er für gewöhnlich hat und welche Worte er wirklich ausspricht. Die Meditation lässt den Menschen die Macht des Karussells der Gedanken, Gefühle und Worte erkennen, wie auch die Möglichkeit, dass er sich von all deren negativen Formen befreien und sich dem Besten, Guten und Positiven zuwenden kann.

*SSSC, 6. Juni 2014, 12.49 h
Billy*