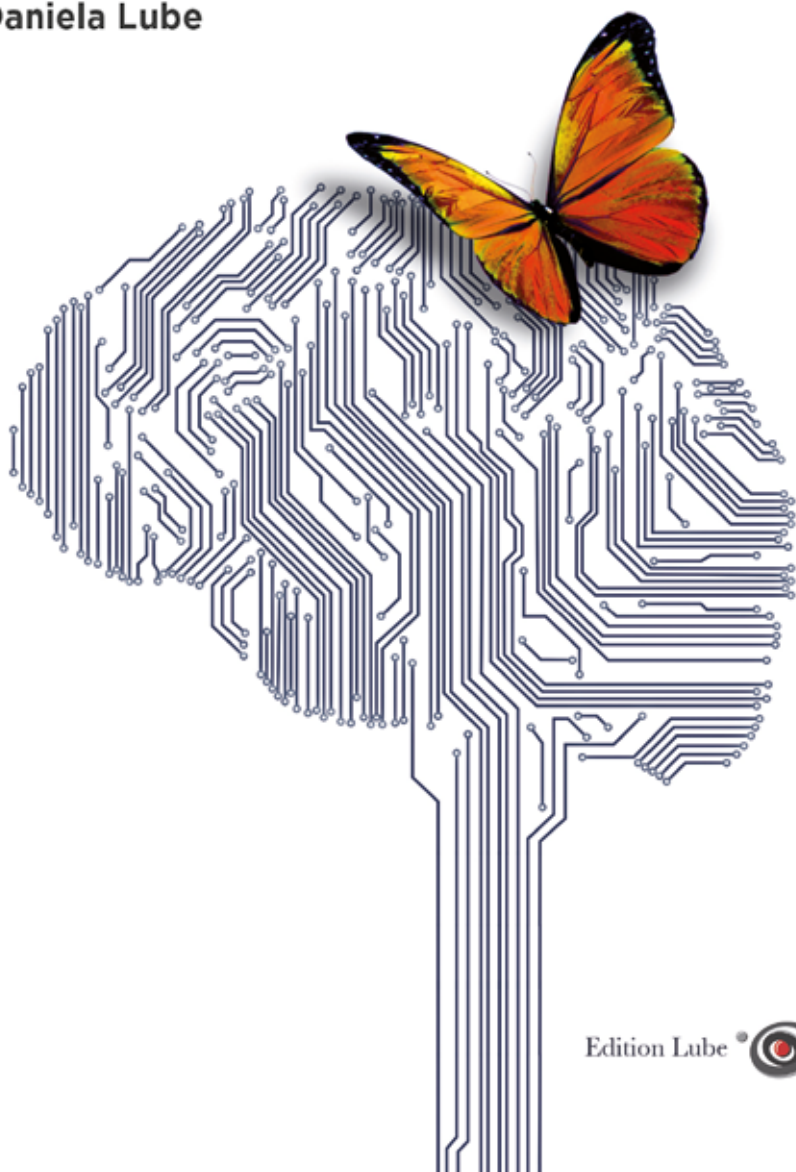


VOM TROTTEL ZUM GENIE

Geheimnis unserer Inspiration

Daniela Lube



Edition Lube



Daniela Lube

VOM **TROTTEL**
ZUM **GENIE**

Geheimnis unserer Inspiration

Daniela Lube

Die Kindheit verbrachte Daniela Lube in Afrika. Im Jahr 1994 absolvierte sie das Studium der Sozial- und Wirtschaftswissenschaften in Österreich und spezialisierte sich auf Controlling, Qualitätsmanagement und Unternehmensberatung. Seit Jahren begeistert Daniela Lube ihre KlientInnen mit Business Coaching, Teambildung und Persönlichkeitsentwicklung.

www.daniela-lube.com

Edition Lube

Inhalt

Vorwort	6
---------	---

Teil 1 Im Trott des Alltags	13
------------------------------------	-----------

1. Der kollektive Wahnsinn	14
2. Individuelle Muster	20

Teil 2 Geheimnis des Lebens	29
------------------------------------	-----------

1. Tiefsinnig fragen	34
2. Ruhe im Jetzt	70
3. Aktiv sein mit Humor	82

Teil 3 Inspiration als Elixier	113
---------------------------------------	------------

Entdecke das Genie in Dir	114
---------------------------	-----

Nachwort	150
----------	-----

Literatur	156
-----------	-----

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

© 2016 Daniela Lube
www.daniela-lube.com

Cover Gestaltung: Alice Burger Grafik+Typografie, Klagenfurt
Herstellung und Verlag: BoD – Books on Demand, Norderstedt

ISBN: 978-3-8448-0898-8

Vorwort

In diesem Buch wird dargelegt, wovon intuitive Impulse und Inspiration abhängen. Mit Sicherheit werden Sie neue Erkenntnisse und Einsichten ganz ungewöhnlicher Art und Weise gewinnen. Machen Sie sich bereit, um zu lernen, Ihr inneres Potential zu entdecken. Wahrscheinlich werden Sie aus einer völlig ungewöhnlichen Perspektive Ihr Leben anders betrachten.

.....
Jede Investition in die eigene Persönlichkeit
wirkt sich unmittelbar auf das eigene Glücksgefühl aus.
.....

Dieses Buch regt Sie an, essentielle Fragen zu stellen, Ihre Träume zu definieren und Ihr Leben aus der Kraft der Inspiration zu führen. Es vermittelt Klarheit, Mut und Tatendrang und möchte Sie inspirieren. Ein fundamentaler Wandel im Privat- und Berufsleben kann ausgelöst werden. Verlassen Sie Denkgewohnheiten, filtern Sie Ihre Erfahrungen durch eine neue Brille der Selbstliebe, und finden Sie Ihre eigene Mitte.

.....
Inspiration ist Sauerstoff für die Seele.
.....

Inspiration ist das Thema, das alle Aspekte unseres Lebens betrifft. Es ist ein Grundbedürfnis des menschlichen Geistes, inspiriert zu sein und andere zu inspirieren. Inspiration ist unser wahres Lebenselixier. Eine inspirierte Lebensaufgabe gleicht einem Herzenswunsch. In uns schwingt ein Lebenstraum, der erfüllt werden möchte.

Eine große Aufgabe packt uns und lässt uns eine Gänsehaut spüren. Eine inspirierte Aufgabe macht uns Mut, uns wieder in die Gegenwart zu verlieben, weil sie ein klares, zauberhaftes, erhebendes Bild von unserem Weg in die Zukunft malt.

- *Was mache ich aus meinem Leben?*
- *Was ist der höhere Zweck meines Daseins?*
- *Welche Leidenschaft brennt in mir?*
- *Wofür will ich leben?*
- *Wer bin ich?*

Inspiration kommt aus dem klaren Wissen, was unsere Bestimmung ist. Wir brauchen ein tiefes Gefühl davon, wer wir sind. Es geht um die Erforschung unserer Einzigartigkeit. Wenn wir unseren einzigartigen Weg zu Lebensglück erkennen, werden wir deutlich sehen, dass wir ihn seit frühesten Momenten unseres Lebens bereits gewusst oder geahnt haben. Wir hatten unsere Bestimmung vergessen. Wir erwachen und erinnern uns der Inspiration.

Der intuitive Geist ist ein heiliges Geschenk,
und der rationale Geist ist ein treuer Diener.
Wir haben eine Gesellschaft geschaffen,
die den Diener ehrt und das Geschenk vergisst.

Albert Einstein

Spirit der Begeisterung

Inspirierte Menschen sind „be-geistert“. Sie sind vom Spirit erfasst. Spüren wir „Be-geisterung“, dann entfacht ein Feuer in uns. Wir fühlen uns „in-spiriert“ und voller Energie. Unsere Augen strahlen, das Herz hüpfet vor Freude, Gedanken sind fokussiert, und unser Leib ist voller Tatkraft. Inspiration ist eine innere Gewissheit. Inspiration ist jener Moment, in dem wir Zugang zu einer unbeschreiblichen Erfahrung des Geistes in uns haben. Sie ist unsere Muse, unsere kreative Lust, sie ist die Liebe und Leidenschaft und Freude, die aus unserem Herzen hervorbricht.

Wenn Du begeisterungsfähig bist,
kannst Du alles schaffen.
Begeisterung ist die Hefe,
die Deine Hoffnung himmelwärts treibt.

Begeisterung ist das Blitzen in Deinen Augen,
der Schwung Deines Schrittes,
der Griff Deiner Hand,
die unwiderstehliche Willenskraft und
Energie der Ausführung Deiner Ideen.

Begeisterte sind Kämpfer,
sie haben Seelenkräfte,
sie besitzen Standfestigkeit.

Begeisterung ist die Grundlage allen Fortschritts.
Mit ihr gelingen Leistungen –
ohne sie höchstens Ausreden.

Henry Ford

Spirit der Stille

Gehen wir in die Natur, und machen wir eine Wanderung, dann fühlen wir die Essenz unserer Natürlichkeit. Es dürstet uns nach der Kraft der Stille. Wir setzen uns nieder, schließen die Augen und spüren unendliche Ruhe in uns. Stille dehnt sich in uns aus. Allmählich fühlen wir uns eins mit der Natur. Wir fühlen uns erfrischt, belebt, gestärkt und voller Energie. Die Stille „in-spiriert“ uns, schenkt uns Kraft und das Gefühl von Verbundenheit. Untrennbar sind wir mit der Natur verbunden. Wir fühlen uns wundervoll bereichert. Durch unsere intuitive Intelligenz sind wir mit allem, mit anderen Menschen, Tieren und dem gesamten Kosmos eins. Im Grunde unseres Wesens sind wir eins mit allen Erscheinungsformen des Universums.

Spirit der Intelligenz

Jeder Mensch ahnt, dass er mehr ist als sein Gedanke, Gefühl und Körper. Im Alltag redet zwar nahezu niemand von der spirituellen Intelligenz, und doch kennt jeder seine „eigene innere Stimme“. Meistens ist es die Stimme unseres Verstandes, es sind Gedanken und logische Schlussfolgerungen, es sind Monologe im Gehirn. Trotzdem kennt jeder von uns noch eine „andere innere Stimme“, diese Impulse kommen eben nicht aus dem Gehirn, sie entstehen spontan aus einem Bauchgefühl heraus. Es ist unsere einzigartige innere Stimme. Sie ist der Spirit unserer Intelligenz, es sind Impulse aus der Tiefe unserer Seele.

Intention dieses Buches

Scheinbar fällt es uns gar nicht so leicht, unsere innere Stimme wahrzunehmen. Wir können Inspiration weder erzeugen noch kontrollieren. Sehr wohl können wir die Basis dafür schaffen, damit Inspiration geschehen kann. Das Lauschen unserer inneren Stimme ist scheinbar ein Mysterium. In diesem Buch wird dargelegt, dass Inspiration das Natürlichste auf der Welt ist. Wir sind spirituell intelligent, wir haben es nur vergessen. Es ist uns einfach nicht bewusst, wie wir im Geiste der Inspiration entscheiden, handeln und leben können. Wir tragen das Potential in uns, aus dem „Ganzen“ zu schöpfen und jeden Augenblick als magischen Moment zu erkennen.

Viele berühmte Künstler, geniale Wissenschaftler und kreative Erfinder schöpfen aus ihrer Inspiration. Ohne intuitive Impulse wären niemals ihre beeindruckenden Werke entstanden. Genies befinden sich während den kreativen Phasen in einem Flow-Zustand, sie tauchen in einen inspirierenden Energiefluss ein und verschmelzen vollkommen in ihrem Schaffensakt. Sie verbinden sich mit der Kraft übersinnlicher Intelligenz. Genies sind inspiriert, sie manifestieren innere Bewegungen und Einsichten zu sichtbaren Ergebnissen: Kompositionen, Gemälde, Forschungsergebnisse, Dichtungen, philosophische Weisheiten, Erfindungen.

Das Anliegen dieses Buches ist die Bewusstmachung, dass wahrlich jeder Mensch das Potential besitzt, den Reichtum seiner Seele zu entdecken und zu zeigen. Nicht nur große Dichter, Komponisten oder Erfinder können schöpferisch tätig sein. Jeder Mensch IST ein Genie. Es ist die Vielfalt, die bei uns Menschen in Erscheinung tritt. Wir haben unser geniales Potential einfach nur verdeckt, verschattet, versteckt.

Wir können uns unseres Potentials erinnern und unsere Besonderheit wieder zur Entfaltung bringen. Die bewusste Entfaltung unserer grandiosen Einzigartigkeit ist wohl das größte Geheimnis. Es erscheint schwierig, mystisch, unerreichbar. Und doch ist es ein klarer Weg: Selbsterforschung und Selbsterkenntnis.

Leben wir aus unserer eigenen Mitte, dann erfassen wir die Impulse unserer inneren Stimme. Wir sind inspiriert. Jeden Augenblick gestatten wir es uns selbst, Neues zu erleben und zu entdecken. Wir gehen mutig in das Leben neuer Erfahrungen und unvorstellbarer Intensität. Unsere mentale, emotionale und physische Intelligenz arbeiten Hand in Hand unter der Führung unserer spirituellen Intelligenz zusammen. Kreativität und Genialität realisieren sich in unserem Leben. Statt in Gewohnheiten gefangen zu sein, erleben wir die unendliche Fülle der Existenz. Wir lieben das Leben und spüren tiefe Begeisterung.

.....
Enthusiasmus ist die Quelle unserer Lebendigkeit.
.....

Enthusiasmus hat höchste schöpferische Kraft. Sobald wir voller Freude sind, leben wir zugleich vollkommen eins mit dem gegenwärtigen Augenblick. Begeisterung sorgt für eine Woge kreativer Energie, wir geben uns dem Lebensfluss hin und leben in den Wellen der Intuition.

Inspiration ist unser Lebenselixier.



Teil 1

**Im Trott
des Alltags**

Der kollektive Wahnsinn

Der Mensch hat sich ein falsches Bild von sich selbst und der Welt gemacht.

Auf Erden herrscht ein emsiges Treiben. Wir alle versuchen, irgendwie zurechtzukommen. Das, was uns als so erstrebenswert suggeriert wird (z.B. Macht, Geld, Konsum, Image, Ruhm) ist im Grunde völlig unsinnig, weil es mit unseren wahren Bedürfnissen nach Frieden, Erfüllung, Liebe und menschlicher Wärme nichts zu tun hat.

Mit dieser Welt stimmt etwas Grundsätzliches nicht. Personen in Regierung, Militär, Medizin, Finanzen, Medien, Bildung, Wissenschaft und Religion definieren unsere Verhaltensweisen, Lebensumstände und Glaubenssysteme. Seit Jahrtausenden werden wir programmiert zu glauben, wir seien schwache Spielfiguren, willenlose Geschöpfe, die hin- und hergeschoben werden können. Das menschliche Potential ist zugeschüttet mit widersprüchlichen Informationen, verwirrenden Glaubenssätzen, krankhaft-perversen Vorstellungen über Liebe, materialistischen Sehnsüchte des Besitzen- und Habenwollens.

Sind vorherrschende Strukturen widernatürlich?

- Zerstören Ärzte die Gesundheit?
- Zerstören Industrielle unsere Lebensmittel?
- Zerstören Schulen und Universitäten Wissen?
- Zerstören Regierungen unsere Freiheit?
- Zerstören Massenmedien Information?
- Zerstören Anwälte die Gerechtigkeit?
- Zerstören Religionen Spiritualität?

Politiker, Religionsführer, Werbebotschafter, Erfolgspersonlichkeiten, Industrielle, Wissenschaftler geben uns Anleitungen, wie wir reich, gesund und glücklich werden können. Wertvorstellungen und Sichtweisen werden uns oktroyiert. Hochmut, Geiz, Wollust, Zorn, Maßlosigkeit, Neid und Trägheit sind Kräfte, die bewusst geschürt und aufrecht gehalten werden.

Unser Verstand ist überfordert durch die Fülle an Informationen, die nicht nur widersprüchlich, sondern oft sogar falsch sind. Scheinbar reagieren wir alle gemäß unserer Programmierung und gehorchen den Wenigen, die als eigenmächtige Akteure auftreten. Korruption, Profitgier und das Geschäft mit unserer Gesundheit machen uns ohnmächtig.

Die Genialität und grenzenlose Intelligenz eines Menschen sind völlig überlagert von selbstschädigenden Informationen. Das Weltgeschehen besteht aus Perversionen von Sachverhalten, die mit klarem Verstand und reinem Herzen ganz anders aussehen. Jeder Mensch ist gefordert, in die Eigenverantwortung zu gehen und sein Leben bewusst zu führen. Keiner kommt um seine persönliche Eigenleistung herum.

Trotz widriger Umstände ist die Lösung einfach. Wir können unsere Umstände und deren Auswirkungen auf unser Wohlbefinden lernen zu verstehen.

Wissen löst.
Informiere dich.

Beschäftige deine Gedanken
mit dem Sinn deines Lebens.
Stelle tiefsinnige Fragen.
Dringe in den Kern vor. Erfasse die Essenz.

Nach dem morgendlichen Erwachen müssen wir uns täglich erneut in der Welt zurechtfinden. Wir sammeln und erinnern uns, was gestern noch unser Leben war. Wir orientieren uns an dem Gestern und machen heute dort weiter, wo wir aufgehört haben. Das Leben erscheint sodann als Abfolge unveränderbarer Ereignisse. Heute werden wir wieder das Beste daraus machen. Vielleicht. Oder auch nicht.

Obwohl vom Schlaf erwacht, vegetieren Menschen in einem dauerschlafähnlichen Zustand und fristen ein kärglich-kümmertes Dasein. Marionettenhaft wird auf einströmende Impulse reagiert. Ist das Leid unerträglich, und sind wir zu heftig aus dem inneren Gleichgewicht geraten, dann versagen unsere Kräfte. Wir werfen uns aus gewohnten Tagesabläufen.

Zivilisationserkrankung. Burnout. Psychosomatische Symptome. Unerklärbare Krankheitsverläufe. Geistige Verwirrung. Alkohol- und Drogenmissbrauch. Ausartende Affekthandlungen. Selbstzerstörung. Interessanterweise sind wir nahezu alle betroffen. Daher gelten diese Reaktionen als normal. Wer durchschaut die krankhafte Entwicklung unserer Gesellschaft?

Der kollektive Wahnsinn ist zur Normalität geworden. Seit jeher weisen Philosophen auf „Sein“ und „Schein“ hin. Obwohl es so naheliegend ist und jeder damit konfrontiert ist, stecken wir alle massiv in der Scheinwelt fest und erfassen den Humbug nicht.

Das materialistische Weltbild gerät zunehmend ins Wanken. Das Wissen um die Wirkkräfte des Lebens wird in dieser Zeit stark erweitert. Unsichtbare Phänomene und Wirkungsweisen von Energien werden erforscht. Neue wissenschaftliche Erkenntnisse der Natur- und Geisteswissenschaften werden veröffentlicht. In der populärwissenschaftlichen Literatur werden diese Themen dem sogenannten Laien verständlich vermittelt. Forschungsergebnisse finden bereits in der Praxis ihre Anwendung.

Zwei massive Themen bestimmen das Weltgeschehen:

- Die erste Bedrohung ist, dass es auf der Erde zu viel Gewalt gibt: häusliche Gewalt, verbale Gewalt, Feindseligkeit, Wut und Krieg. Wenn wir nicht lernen, unser eigenes aggressives Verhalten zu erforschen und uns der Essenz der Liebe zuzuwenden, werden wir unseren Planeten und seine Bewohner zerstören.
- Die zweite Bedrohung ist, dass unser Leben auf Erden nicht fortbestehen wird, wenn wir weiter maßlos konsumieren, alles ausbeuten und zerstören. Wir werden die Mittel vernichten und unsere Spezies wird nicht überleben.

In Anbetracht des Weltgeschehens kann es leicht passieren, dass wir resignierend unsere Hände in den Schoß legen und in eine Apathie verfallen. Vielleicht verspüren wir den Drang,

uns in unserer eigenen heilen Welt zu verschanzen und die Augen vor den offensichtlichen Bedrohungen zu verschließen. In diesem Falle unterliegen wir unserer Opfermentalität und Hilflosigkeit. Wir können das Offensichtliche nicht ertragen und schauen ganz einfach weg. Auch spektakuläre magische Schutzrituale sind nichts anderes als Anzeichen unserer Angst.

Eine andere Strategie wäre es, Geschehnisse aus der Sicht unserer Helferperspektive zu betrachten. Wir verspüren vielleicht den Drang, uns um widrige Angelegenheiten und Menschen zu kümmern. Wir versuchen vielleicht irdische Bedrohungen zu heilen, indem wir ihnen unsere „Heilenergie“ schicken und sie "frei-lieben" versuchen. Somit kümmern wir uns um Symptome und setzen den Hebel nicht an der effektivsten Stelle an.

Die dritte Variante wäre, dass wir gegen die Verursacher des Leides zu kämpfen beginnen. Wir versuchen, die Übeltäter zu entlarven und begegnen ihnen letztendlich mit Aggressionen. Widerstand oder Wut lösen niemals das Dilemma, denn es sind typische Bestandteile des Manipulationsprogramms. Wenn wir mit Hass auf die sogenannten Feinde losgehen, sind wir direkt in die Falle der Matrix gestolpert. Das Chaos wird dadurch verstärkt.

Letztlich ist es die Wahl jedes einzelnen Menschen. Wir können weiterhin gewalttätig, selbstsüchtig und fremdgesteuert alles ausbeuten, oder wir können die Aufmerksamkeit auf uns selbst legen. Uns ist es scheinbar nicht bewusst, wie groß der Einfluss jedes einzelnen Menschen auf das Weltgeschehen ist. Würden wir erkennen, wie wesentlich die Evolution unseres eigenen Bewusstseins ist, dann würden wir augenblicklich eine Kehrtwendung in unserem Leben vornehmen.

Möglichkeiten, wie wir an diese Herausforderung herangehen können:

- Wir können beklagen, dass die Dinge so sind, wie sie sind.
 - Wir können uns anpassen und die Gefahren für die Erde ignorieren oder jenen Themen und Beziehungen aus dem Weg gehen, die wir schmerzhaft oder unbefriedigend finden.
 - Wir können etwas Besseres tun: Ärmel hochkrempeln und die Evolution unseres Bewusstseins fördern.
-

Die Bedrohungen auf der Erde und unsere momentane Welt-situation sind ein unvorstellbar umfassendes Geschehen. Statt unsere Aufmerksamkeit auf Symptome zu lenken, können wir an den Wurzeln des Übels ansetzen. Es bedarf unseres Paradigmenwechsels.

Die Transzendenz, die wir anstreben, ist nicht durch Angriff, Flucht oder Vermeidung zu erreichen (Funktion unseres Reptiliengehirns). Wirkliche Befreiung ist nicht mit den Waffen, Werkzeugen und Methoden der Antagonisten zu bewirken. Der Versuch, dies zu tun, ersetzt lediglich ein Kontrollsystem durch ein anderes. Darum sind alle menschlichen Revolutionen, sozialen Experimente und utopischen Versuche bis dato gescheitert, weil sie grundlegende Probleme ignoriert haben.

Der einzige Weg, in einem manipulierten Spiel zu gewinnen, besteht darin, mit neuen Regeln zu spielen.
Widerstandslosigkeit zündet die Kraft des Bewusstseins.

Individuelle Muster

2

Das Leben erscheint uns wie
ein endloses Warten oder Hetzen.

Die Welt gleicht einer großen Bühne: Immer wieder erzählen wir uns selbst oder anderen unsere Lebens- und Leidensgeschichten. Wir erzählen Geschichten über unsere Überzeugungen, unseren Charakter, unsere guten und schlechten Seiten. Es gibt Seiten an uns, auf die wir stolz sind und für die wir uns schämen. Manchmal sehen wir unser Leben als Geschichte des Aufstiegs von der Unschuld hin zur Erfahrung, vom Bösen zum Guten, vom Naiven hin zur Erfahrung. Das Leben belohnte uns, und doch gab es immer wieder Schmerz. Wir erzählen Geschichten unserer Resignation, des Abstiegs, des Reichtums, dem Vergessen unserer Träume, dem Verfall der Gesundheit, vom Älterwerden und unserer Figur.

Jeder erzählt Geschichten über sein Leben: Das Leben sei wundervoll, zauberhaft, zermürend, aussichtslos, unfair, ungerecht, göttlich, tragisch, komisch, langweilig, stressig. Jede Geschichte ist ein Mix aus Tollem und Schrecklichem.

Manchmal überwiegt das eine, manchmal das andere. „Denke positiv!“ heißt die Devise, also wird in allem das Gute gesucht. Hindernisse sind keine Probleme sondern Herausforderungen. Doch letztendlich sind Geschichten immer die Wiederholung von Höhen und Tiefen. Durch Geschichten definiert sich der Mensch als eigenständige Person, durch Geschichten identifizieren wir uns laufend mit unseren Überzeugungen, Wertvorstellungen und Verhaltensweisen. Stolz präsentieren wir der Welt immer wieder Reproduktionen von Altbekanntem.

Wie ein roter Faden zieht sich das Leiden durch die Geschichten eines jeden Menschen. Der Mensch fühlt sich ständig getrieben, besser, klüger, reicher, schöner und erleuchteter zu sein. Das Leben verläuft zyklisch. Geraume Zeit geht es uns gut, wir erleben Augenblicke voller Liebe, Erfolg, Gesundheit und Ekstase. Es gibt immer wieder schöne Momente des vollen Genusses, der Glückseligkeit und des Friedens. Nach dieser Phase des Hochs kommt unwillkürlich die Phase des Tiefs. Wir fallen wieder in ein tiefes Loch der Krankheit, Misserfolge, Ängste und Einsamkeit. Unterschwellig existiert stets die Angst, nie dauerhaft Frieden zu finden. Das Gefühl von latentem Unbehagen bleibt. Die tiefe Sehnsucht nach Glück scheint nie befriedigt zu werden. Ungestillt bleibt das Verlangen nach Freiheit und Liebe.

Sehnsucht
brennt in jedem Herzen

Wenn alle Möglichkeiten ausgeschöpft scheinen, hadert der Mensch letztendlich mit dem Leben als Ganzes, mit Gott und der Sinnhaftigkeit des Daseins. Was soll das Ganze? Der Mensch gibt auf und versinkt in den Abgrund der Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung.

Wer bin ich? 1. Muster

Ein leidvolles Selbstbild?

Scheinbar sind wir von einem perversen Virus bzw. Parasit befallen. Unaufhörlich verfolgt uns ein Hirngespinnst, dass wir wertlose Geschöpfe seien: „Du bist ein Nichts. Du kannst dich anstrengen wie du willst. Du wirst niemals gut genug sein. Du bist total unwichtig. Du bist dumm und komplett wertlos. Du bist böse und schlecht. Du wirst es nie schaffen...“

Jeder von uns hört diese oder ähnliche Stimmen in seinem Kopf. Wirklich jeder! Paradoxerweise leben wir in der Illusion, etwas werden zu wollen und zu müssen. Wie ein Hamster im Rad müssen wir beweisen, wie wertvoll wir sind. Unbehagen, Ruhelosigkeit, Langeweile, Angst und Unzufriedenheit sind die Folge ungestillten Verlangens.

- Wir sollen besser, reicher, schöner, entspannter, dünner, gesünder, erfolgreicher, prominenter, stärker etc. werden.
- Wir sollen böse Triebe überwinden, uns den göttlichen Gesetzen zuwenden, sühnen und Buse tun, den Weg der Erleuchtung gehen und uns verbessern.

Diese konditionierten Wunschbilder drängen uns in das Gefängnis von Sein- und Habenwollen. Wir werden angespornt, unseren Selbstwert aus Dingen zu beziehen: Luxusgegenstände werden zu Objekten der eigenen Persönlichkeit: „mein Bungalow auf Hawaii, mein Ferrari, mein Partner, mein Job...“ Image wird zum höchsten Ideal erhoben. Wir unterliegen einer Illusion, erst durch Dinge einen persönlichen Wert zu bekommen und entwickeln daraus ein Identitätsgefühl.

Bei manchen Menschen ist das Selbstwertgefühl eng mit körperlicher Kraft, gutem Aussehen, Fitness und einem außergewöhnlichen Erscheinungsbild verknüpft.

Gerade dieser Zwang, dass wir uns ändern und Dinge anschaffen müssten, widerspricht unserem natürlichen Bedürfnis nach Zufriedenheit. Selbstzweifel und mangelnde Selbstliebe zerstören jegliche Selbstachtung. Deshalb wird unser Verhalten oftmals lieblos, arrogant, neidisch, machtgerig, aggressiv und verlogen.

Wer bin ich?

Denke ich? Oder werde ich gedacht?

Fühle ich? Oder werde ich gefühlt?

Handle ich? Oder werde ich **gehandelt**?

Was will ich?

2. Muster

Unfähig zur **Entscheidung?**

Medien, soziale Netzwerke und sonstige Veröffentlichungen überlasten uns mit Daten. Wir sind überinformiert, falsch informiert, desinformiert. Widersprüchliche, irrelevante, unwahre Informationen bombardieren unseren Verstand. Unsere mentale Intelligenz ist völlig überfordert. Infolge der Reizüberflutung sind wir nicht mehr imstande, klare Entscheidungen zu treffen. Unser Verstand strebt danach, Daten miteinander zu vergleichen, zu speichern und korrekte Schlussfolgerungen zu ziehen. Wir möchten uns „richtig“ entscheiden. Jeder bemüht sich ständig, sein Leben so sicher wie möglich zu gestalten. Große Anstrengung wird unternommen, um Ängste und Schmerzen zu vermeiden.

Sind wir an die Grenze unserer Entscheidungsfähigkeit angekommen, fühlen wir uns ausgeliefert und überfordert. Wir können einfach nicht mehr klar sehen. Um dieser Verzweiflung und Hilflosigkeit nicht ganz zu unterliegen, suchen wir in gewohnten Verhaltensweisen unsere Sicherheit. Angst ist Schatten der Liebe und Feind der Inspiration. Wir leben in einer Zeit, in der Angst unser ganzes Wesen ergreift. Wir haben Angst vor Gesundheitsrisiken, Angst um unsere persönliche Sicherheit, Angst vor Armut, vor Jobverlust, vor der Regierung und anderen Institutionen, vor Radikalismus, vor Rassismus, Isolation und Gewalt – die Liste der Ängste erscheint endlos. Wir können uns der Angst stellen. Wir können unsere Persönlichkeitsmuster erforschen. Wir können zur Ruhe kommen und inneren Frieden finden.

Der Schlüssel liegt in der Selbsterkenntnis.

Die

3. Muster

Macht der **Gewohnheit?**

Meiner Beobachtung nach reagieren wir ständig nach stereotypischen Rollenmustern. Das Funktionieren einer Gesellschaft basiert auf Überlieferungen, Wertvorstellungen, Weltanschauungen und Verhaltenskodizes. Unaufhörlich werden Überzeugungen – zumeist im guten Glauben – an nächste Generationen weitergegeben. Durch diese gesellschaftlichen Vorgaben entwickeln wir völlig automatisch typisches Rollenverhalten. Bereits als Kind lernen wir uns den Eltern und somit der Welt anzupassen. Jedes Kind fürchtet sich vor Zurückweisung und präsentiert der Umgebung eine Maske, um akzeptiert, geliebt und sicher zu sein. Jeder versucht Erwartungen der Bezugspersonen zu entsprechen, dementsprechend handeln wir manchmal „richtig“ und dann wieder „falsch“. Jeder fühlt sich somit entweder „gut“ oder „böse“. Somit sind wir es auch gewöhnt, jegliches Verhalten unserer Mitmenschen ständig zu beobachten, zu bewerten und zu beurteilen.

Bereits früh im Leben lernen wir, wie man handeln, fühlen und denken sollte. Mit zunehmendem Alter wird diese Maske weiter ausgebaut. Jeder bemüht sich sodann, sein Leben so sicher wie möglich zu gestalten und keine riskanten Dinge auszuprobieren. Wir haben es lieber etwas zu langweilig als zu aufregend. Rollenmuster und die Maske geben uns ein gewisses Maß an persönlicher Stabilität und Vertrautheit. Der Alltag wird erträglich, da er im Rhythmus der Routine schwingt.

.....
Lebe, als müsstest Du morgen sterben.

Aber lerne, als könntest Du ewig leben.

Mahatma Gandhi
.....

Weit mehr als 95 Prozent unseres Verhaltens, Denkens und Fühlens sind Wiederholungen. Unbemerkt entscheiden wir uns immer wieder für das Gleiche. Wir werden regelrecht süchtig nach gleichen Gefühlen, Gedanken, körperlichen Reizen und Erfahrungen. Wir reagieren unmündig gegen unser eigenes Lebensglück, denn viele unserer Verhaltensweisen sind selbstschädigend und krankmachend.

Monoton wiederholen wir alltägliche Abläufe und vegetieren in einem dauerschlafähnlichen Zustand. Alte Muster wiederholen und verstärken sich ständig. Zumeist sind wir uns nicht bewusst, was jetzt gerade geschieht. Wir schlummern dahin, ohne bewusst in das Leben einzutauchen. Manche hetzen dahin, andere verfallen in Lethargie. Reizüberflutung und Stress überfordern uns ständig. Völlig überlastet funktionieren wir in unserer Welt. Wir können nie Neues erschaffen, wenn unser Denken, Fühlen und Verhalten im Alten stecken bleibt. Wir können keine anderen Entscheidungen treffen. Die Zukunft ist vorhersehbar.

Typisches Rollenverhalten

- **Ich-will-haben-Mentalität**

Die meisten Menschen setzen sich – ob bewusst oder unbewusst – aktiv für die Erhaltung dessen ein, was sie schätzen (Jugendlichkeit, Gesundheit, Annehmlichkeiten, Reichtum, Macht, Liebe, Glück, Weltfrieden etc.). Diese erstrebenswerten Werte halten sie fest. Gleichzeitig versuchen sie das von sich fernzuhalten, was ihnen missfällt (Alter, Krankheit, Hilflosigkeit, Traurigkeit, Einsamkeit, Armut, Sorgen, Elend etc.). Somit streben wir danach, unseren Selbstwert aus Dingen oder sonstigen Errungenschaften zu beziehen:

Luxusgegenstände, Erfolgsgeschichten, materieller Reichtum, Erleuchtung, netter Familienkreis, tolles Erscheinungsbild, Freundschaft mit prominenten Personen etc. Ständig treibt uns diese „Ich-will-haben-Mentalität“ an. Letztlich fragt man sich, ob diese Ziele wirklich erstrebenswert sind und ob sie aus dem eigenen Herzen stammen. Woher kommen eigentlich unsere Werte, Träume und Sehnsüchte des Besitzanspruches?

- **Opfer-Mentalität**

Das zweite typische Rollenverhalten ist das Klagen. Jede Klage ist eine kleine Geschichte. Es sind immer die anderen, die uns etwas antun. Somit rutscht man automatisch in die Opferrolle. Die Opferrolle ist nichts anderes als Ausdruck unserer Feigheit und Faulheit. Oftmals sind wir einfach zu faul, etwas Anstrengendes anzugehen. Wir wüssten sehr gut, was wir tun müssten und was gut für uns wäre. Aber die Umsetzung erfordert Energie. Viel lieber verwenden wir unsere Energie darauf, altbekannte Symptome zu pflegen und unsere Situation zu beklagen. Gewöhnlich sind wir kaum bereit, Grenzen unserer Komfortzone zu überwinden.

Wir geben uns dem Glauben hin, nichts an unserem Leben ändern zu können und fühlen uns den Umständen ausgeliefert. Das Leben erscheint uns fahl, grau und freudlos. Viele haben resigniert. Zu groß erscheint das Risiko und zu mächtig das System. Wir glauben daran, ohnmächtig ausgeliefert zu sein und verharren in der Vorstellung, keinen wirklichen Einfluss auf unser Leben zu haben. Tief sitzt in uns die Angst vor dem Ausgeliefertsein. Nur wenn wir den Feigheits-Stier beherrscht und mutig an den Hörnern packen, können wir in den Genuss kommen, Kräfte zu spüren und in produktive Richtungen zu lenken. Können wir nichts gegen den empfundenen Zwang machen? Sind wir wirklich dem Leben ausgeliefert?



Teil 2

**Geheimnis
des Lebens**

Alltag schwingt im Rhythmus der Routine

Den größten Teil des Tages ist der Mensch von Ideen, Wünschen, Sehnsüchten, Sorgen und Ängsten in Anspruch genommen. Selten leben wir völlig präsent, fast immer folgen wir automatisch Reaktionsmustern. Obgleich wahrscheinlich jeder von uns ein Selbstbild in sich trägt, er sei wertlos, klein, unwichtig, dumm, einsam und vor allem minderwertig, so trage ich die Gewissheit in mir, dass sich das ganze Leben durch Selbstverantwortung wandeln kann. Bin ich nämlich bereit, mein Leben in die Hand zu nehmen, dann werde ich jene Taten setzen, die mich glücklich machen und mein Herz erfreuen. Die meisten Menschen sind jemand anders.

Ihre Gedanken sind die Meinung anderer,
ihre Leben sind Anpassung,
ihre Leidenschaften ein Zitat.

Oscar Wilde

Obwohl wir alle ein immenses Potential in uns tragen, verharren wir in gelernte Denk- und Verhaltensmuster. Scheinbar sind wir nur mehr das Produkt von Konditionierungen. Die Wurzel unserer Leidensgeschichte hat eine Ursache: Wir sind uns nicht unserer wahren Natur bewusst. Die einzige Art, den Teufelskreislauf zu durchbrechen, ist die Selbsterkenntnis. Wir können das Rätsel lösen und das Geheimnis lüften, indem wir erfassen, wie wir gespielt werden. Statt Spielball des Umfeldes zu sein, können wir unser Leben aktiv gestalten. Statt unser Leben auf „Autopilot“ zu schalten, können wir das Ruder fest in unsere Hand nehmen und unser Leben bewusst führen.

Der Mensch ist hochintelligent

Durch die Beschäftigung mit der eigenen Persönlichkeit befinden wir uns auf einer Entdeckungsreise in die geheimnisvollen Tiefen unserer Identität. Die Befreiung von unserem Leiden liegt in der Selbst-Erkennntnis. Mit tiefer Gewissheit erfassen wir das Potential, das in uns steckt. Allmählich öffnen wir uns unserer wahren Natur. Wir finden zur eigenen Mitte. Die Identität wird flexibler und transparenter. Sie steuert nicht mehr unser Leben, sondern steht uns zur Seite. Statt im Reaktionsmuster zu stecken, entdecken wir die Faszination von Inspiration.

Es ist unser Geburtsrecht und unser natürliches Sein, liebevoll und großzügig, weise und edel zu sein, uns selbst und andere tief zu schätzen, kreativ und wandlungsfähig zu sein, am Leben intensiv teilzuhaben, Mut und Selbstvertrauen zu haben, fröhlich, unbeschwert, stark und glücklich zu sein, innere Ruhe zu genießen und der Offenbarung des Geheimnisses des Lebens beizuwohnen. Wir sind Zeuge unserer Erlebnisse. Wir sind Beobachter unserer Umstände. Egal, was in oder um uns geschieht – ohne Kommentar oder Beurteilung haben wir die Wahl, Geschehnisse zu beobachten. Das ist Freiheit, das ist Leben, das ist Liebe.

Sei wagemutig, sei anders,
sei unpraktisch. Sei alles,
was die Integrität von Sinn und
phantasievoller Vision behauptet gegen jene,
die immer auf Nummer sicher gehen,
gegen die Geschöpfe des Allgemeinplatzes,
die Sklaven des Gewöhnlichen.

Sir Cecil Beaton

Mit Inspiration zum Erfolg

Es geht um die Beantwortung essentieller Fragen:

- *Wie bringe ich meine spirituelle Intelligenz zur Entfaltung?*
- *Wie komme ich in Kontakt mit meiner eigenen inneren Stimme?*
- *Wodurch wird Inspiration möglich?*
- *Wann können intuitive Impulse wahrgenommen werden?*
- *Basis, Voraussetzung, Grundbedingung?*

Die Basis jeglicher Inspiration wird in den folgenden Kapiteln beschrieben:

Besinnung

- Tiefsinnig fragen
- Ruhe im Jetzt
- Aktiv sein mit Humor



Wir alle tragen das Potential zum Genie in uns. Wie große Komponisten, Schriftsteller und Erfinder besitzen auch wir schöpferische Kräfte, die wir jederzeit wecken können. Das Geheimnis lautet: Inspiration! Sie ist unser wahres Lebenselixier. Sie „geschieht“ dann, wenn wir aus unserer Mitte leben.

Dieses Buch erzählt von der Bedeutung der spirituellen Intelligenz (SQ) – jener weisen, inneren Stimme, die unsere mentale (IQ), emotionale (EQ) und physische (PQ) Intelligenz lenkt. Wir erfahren, wie wir Zugang zu unserer spirituellen Intelligenz finden, wie wir sie zur Entfaltung bringen und pure Lebensenergie in unseren Alltag holen können.

Ein Buch für alle, die das Leben einmal aus einer neuen, ungewohnten Perspektive betrachten wollen. Es ermuntert, durch Selbstforschung Inspiration geschehen zu lassen.

www.daniela-lube.com

Edition Lube 



9 783844 808988