Dienstag, 11. April 2023, 13:00 Uhr
~8 Minuten Lesezeit

Die Macht der Aufmerksamkeit

Das, worauf wir uns fokussieren, formt unseren Geist — umso wichtiger ist, dass wir nicht andere über die Inhalte unseres Bewusstseins bestimmen lassen.

von Andrea Wolf-Schuler
Foto: Zambri Zakaria/Shutterstock.com

Wir können es alle: wahrnehmen. Unsere Aufmerksamkeit ausrichten. Wir tun es ständig in

diesem pulsierenden, interagierenden Universum. Im Idealfall sind wir dabei vollkommen selbstbestimmt. Wir konzentrieren uns bewusst auf etwas, daraus entstehen Gedanken und Gefühle und langfristig eine Weltanschauung. Agieren wir dagegen unbewusst, sind wir manipulierbar, werden zu Werkzeugen anderer, die bestimmen, was wir denken, fühlen und glauben. Doch wir können uns entscheiden, bewusst zu handeln und uns auszurichten auf das, was uns wichtig ist. Und so das Jetzt gestalten — für uns und andere.

Nichts ist endgültig entschieden. Die Wahlmöglichkeit besteht zu jedem Augenblick. Und dies gilt gerade in dieser so unglaublich aufregend-spannenden Zeit der Offenlegung — nicht Offenbarung, denn es ist ja da, das Wissen ist und war in jedem Menschen und wird überall sein, die Frage ist nur: Greife ich darauf zu? Nehme ich es wahr? Spüre ich hin?...! Selbst jetzt, selbst wir, die wir uns konditionieren ließen auf die Abspaltung von der uns umgebenden Natur und von unserer eigenen Natur, die im Kern identisch sind, die wir uns ablenken ließen und lassen, uns hineintreiben lassen in eine künstliche, *von anderen* als uns selbst und doch *für uns* geschaffenen Scheinwelt.

> ***Selbst jetzt haben wir jederzeit die freie Wahl der Entscheidung, welchen Weg wir gehen, ob wir auf uns selber vertrauen oder weiter im Käfig bleiben und das Spiel von anderen spielen, fremdbestimmt, kontrolliert, dominiert, wie gefügige, unterwürfige, gehorsame, unselbstständige Kinder.***

Und auch, „nicht aktiv eine Wahl zu treffen“, ist eine Entscheidung. So entscheiden wir alle, ich, du, jederzeit, in jedem Moment, bei

jeder Handlung und bei jedem Gedanken. Dabei kann es hilfreich sein, mal „daneben zu treten“, aus dem Gewohnten, dem Käfig?, heraus, und sich umzublicken. Was sehe ich, was spüre ich? Wie sieht es von diesem anderen Standpunkt aus? Was fühle ich beim Betrachten? Was erkenne ich?

Ist es das, was ich will?

Morphogenetisches Feld, Quanten, Protonen, Elektronen, Quarks, Higgs, Spins, Heisenbergsche Unschärferelation und der Dualismus von Licht als Welle oder Teilchen – je nach Fragestellung des Betrachters —, die Untrennbarkeit von Beobachter und Beobachtungsobjekt, Wahrscheinlichkeitswolken und Potenziale, Relativität von Zeit und Raum, kosmische Informationsspeicher außerhalb des Einzel-Ichs, holografisches Universum, Gedankenkraft, Resonanz, Bewusstheit, Bewusstseinsfeld, Geist, der Materie erschafft und formt, der Mensch als un?bewusstes Schöpferwesen und Gestalter des Universums …

Das mechanistische Weltbild, die Newtonsche Physik, ist längst überholt. Die „Alten“ haben es gewusst. Klar, lebten sie doch nicht so isoliert wie der „moderne zivilisierte West-Mensch“, der sich selber abgespalten hat vom Sein, von der kosmischen Intelligenz, vom überall-verfügbaren All-Wissen. Getrennt auch durch die Abspaltung seines Selbst und seines Ichs von seiner ur-eigenen Wahrnehmung.

Ich habe das Gefühl, dass die vergangenen Jahre, Jahrzehnte, Jahrhunderte… auf eine Klimax zusteuerten: eine Klimax der Selbst-Verleugnung, der Abkehr vom Sein, ein Abstumpfen, eine Degeneration der Sinne, eine Perversion und gelebte Paradoxie. Manche reden von „satanischer Umkehr“, in jedem Fall erkenne ich darin eine Verdrehung von natürlichen Werten und Prinzipien, eine Umkehrung der Verbundenheit und der Kooperation allen Seins im durchwebten Kosmos und in der sich entfaltenden, kooperativen

Um- und Miteinander-Welt interagierender Lebewesen.

Wenn es stimmt, was die Alten sagen, die Überlieferungen der indigenen Völker, Mythen und Märchen, und was uns die aktuellen Erkenntnisse der modernen Physik — kongruent zu Philosophie und Mysterientradition — lehren, dann ist alles Sein im Universum miteinander verbunden. Dann hat jede Handlung, jeder Gedanke, jede Entscheidung sowohl auf der Mikroebene als auch auf der Makroebene Einfluss auf alles andere Sein. Jede neue Information wird eingespeist in den universalen Informationsspeicher und kann nun von jedem anderen befähigten Sein abgerufen werden, und zwar sowohl jetzt als auch rückwärts und vorwärts in der Zeit.

> ***Die unendliche Komplexität eines auf solche Weise interagierenden Kosmos übersteigt unsere rationale Vorstellungskraft. Es spielt aber keine Rolle, dass wir dies alles mit unserem Verstand nicht fassen können. Es genügt, dass wir es FÜHLEN.***

Ich brauche keinen Guru, kein spirituelles Oberhaupt, keinen Meister und keine institutionalisierte Religion, um auf das universelle Wissen zugreifen zu können: Mein Geist, mein Bewusstsein ist aktiver Teil des Speichers, ist Bestandteil und das Werkzeug, das darauf zugreift. Ich bin zugleich der Beobachter, der fragt und erkennt.

Sind Religionen also „sinnlos“?

Wohl nicht, denn in der menschlichen Gesellschaft geben sie Orientierung und Halt. Sie formen und hegen die Vorstellungswelt der Gläubigen, sind Vermittler, Übersetzer der nicht-sichtbaren Welt, formulieren und verbreiten Ideen und Normen. Sie sind aktive Schöpfer, welche die erfahrbare Wirklichkeit begrenzen, und haben Funktionen im Gesellschaftlichen wie im Wirtschaftlichen. Sie bieten Abkürzungen, was dem Menschen entgegenkommt, ist er

doch — meist? — bestrebt, Energie und Kapazitäten einzusparen, sich nicht unnötig zu bemühen. Gerade daraus erwächst die dunkle, gefährliche Seite von Religion, ihr Verführungs-, Zerstörungs- und Missbrauchspotenzial. Wird dies erspürt, erwächst daraus wieder ein Anreiz zur überwindenden Entwicklung, zur Reflexion und zur stärkeren Bewusstheit.

Es bedeutet, wir, ich, Du, erschaffen aktiv. Unsere Gedanken und Vorstellungen dienen — ganz gleich, ob bewusst oder unbewusst! — als Mittel zur Manifestation, zur Schöpfung von Materie und Sein. Wir bringen qua unserer Aufmerksamkeit und Vorstellungskraft das nur Virtuelle ins Materielle, ins Leben. Wir sind somit aber auch Werkzeuge: dann nämlich, wenn uns etwas vorgegeben wird.

So wie die Bilder in den Nachrichten im Fernsehen, bei YouTube, bei Telegram, in den sozialen Medien. Wir sind Werkzeuge, sobald wir uns etwas ansehen und mental mitgehen, egal, ob wir es gut oder schlecht finden, uns daran erfreuen oder aufregen, uns ängstigen, zustimmen oder uns davon distanzieren wollen. Sobald wir unsere Aufmerksamkeit hinwenden und, mehr noch, etwas damit tun, mit anderen darüber reden, darüber nachdenken ..., verändern wir die „Wahrscheinlichkeitswolke“, erhöhen die Wahrscheinlichkeit der Manifestation dieser Bilder, verändern das Ergebnis und Objekt unserer Betrachtung und kreieren so Realität.

Würde jemand, der diese Mechanismen kennt, uns dazu be-nutzen wollen, seine eigene Vorstellungswelt zu manifestieren, müsste er unsere Aufmerksamkeit auf seine Intention richten. Die Aufmerksamkeit vieler mit Bewusstsein und Schöpferkraft ausgestatteter Menschen, in hoher Konzentration, Intensität und Frequenz.

Das digitale Sein. Die Ersatzwelt. Der süchtig machende, allzeit griffbereite Zeitfresser, selbstverständlicher Begleiter und zentraler Bezugspunkt unserer Aufmerksamkeit: das eingeschaltete

Smartphone mit seinen ein- und ausgehenden Meldungen. Eine allgegenwärtige, emotionalisierende visuelle Informationsflut, welche das Bild zeichnet von der Unzulänglichkeit und der unberechenbaren Gefährlichkeit und Toxizität der natürlichen Welt und von deren unvermeidlichem zeitnahen Zugrundegehen. Und das Bild, dass ihr Ersatz durch eine sterile, kontrollierte Kunstwelt unsere einzige Rettung und daher alternativlos-unausweichlich sei.

Im Dienst einer möglichst erfolgreichen Manipulation wäre es sinnvoll, unser aller Fähigkeit, auf das universelle Wissen zuzugreifen, mitzudenken. Es wäre klug, nicht plötzlich etwas völlig Neues zu kreieren, das unabhängig ist von unserem intuitiven All-Wissen. Manipulation müsste, um unauffällig und effektiv zu sein, von einem wahren Kern ausgehend diesen schleichend pervertieren.

Optimalerweise würde diese sukzessiv veränderte Interpretation in einer positiv-assoziierten Form, zum Beispiel weiblich, jung und schön statt männlich, alt, autoritär, dargeboten werden, verstärkt durch Musik und Emotionalisierung, und beständig wiederholt in unverdächtigen, regelmäßig konsumierten Formaten, beispielsweise in Filmen, Videos, Computerspielen, um wirksam in den Vorstellungswelten der Adressaten implementiert und verfestigt zu werden. Weiter sollte parallel zur Überschreibung mit der neuen Version eine Löschung — oder zumindest Degradierung — der ursprünglichen intuitiven Inhalte erfolgen. Eine starke Kriminalisierung von manipulationsresistenten Verfechtern der Ursprungsversion könnte benutzt werden, um einer unerwünschten Ansteckung der Konsumenten entgegenzuwirken.

> ***Wenn wir uns bewusst werden, können wir uns dazu entscheiden, uns nicht manipulieren zu lassen, sondern stattdessen unserer eigenen Wahrnehmung zu folgen. Wir können uns von der dystopischen Fremdvision abgrenzen.***

Das allein wird noch nicht ausreichen, denn: Wir sind *jederzeit* kreativ in den Schöpfungsprozess eingebunden.

Wir sollten *unsere* eigene Vision entwickeln; diese ins Universum geben, sie denken und fühlen, diskutieren, weitergeben und leben.

Wir sollten uns dazu bewusst miteinander vernetzen.

Es kann hilfreich sein, mental leer zu werden, Gedankenbilder des Vorgegebenen loszulassen, in Meditation und Achtsamkeit das pure Sein als Solches wieder wahrzunehmen. Zu lernen, uns selber wieder zu spüren, und in uns zu vertrauen.

Atme ein und atme aus. Aufnehmen und Loslassen. Integriere dabei reflektierend und bewusst, was integriert werden will und entscheide. Bewusst und klar. Schöpfe, kommunikativ, verbunden. Jede Handlung, jeder Impuls, jeder Gedanke, jeder Moment der Stille und jeder Moment der fokussierten Aufmerksamkeit zählt. Denn jede Bewegung, jede neue Information im Universum beeinflusst alles andere.

Mal wieder unendlich dankbar hier zu sein, atmend, in dieser aufregend erhellenden, bewegungsreichen, intensiven Zeit der sich öffnenden, entfaltenden Welten — auf dem Weg in die souveräne Verantwortung!

Quellen und Anmerkungen:

Beispiel für eine solche Verdrehung unter Nutzung ursprünglich konstruktiv-intuitiver, ganzheitlicher Vorstellungen und Konzepte ist der moderne „Grüne Neo-Ökofeminismus“ im Sinne eines „New

Green Deals“ und „Great Reset“; in Pervertierung des Ökofeminismus im Sinne von Vandana Shiva.

Bücher:

- Dieter Broers: Gedanken erschaffen Realität: Die Gesetze des Bewusstseins. Trinity Verlag, 2010
- Bruce Lipton & Steve Bhaerman: Spontane Evolution - Unsere positive Zukunft und wie wir sie erreichen. KOHA Verlag, 2014
- Rupert Sheldrake: Das schöpferische Universum. Ullstein Taschenbuch, 2009
- Vandana Shiva: Eine andere Welt ist möglich: Aufforderung zum zivilen Ungehorsam, oekom, 2019
- Vandana Shiva: Eine Erde für alle! – Einssein versus das 1 %: Aufstehen gegen die Monokultur von Wirtschaft und Weltsicht. Neue Erde Verlag, 2021

Projekte, Vernetzung und Visionen:

- HeartMath Institute: **https://www.heartmath.org/** (https://www.heartmath.org/)
- Lichtnetz: **https://www.netoflight.org/de/** (https://www.netoflight.org/de/)
- Navdanya international: **https://navdanyainternational.org/?fbclid=IwAR1y5XMqvsmIC_KZqBLHMcHf5sW9cYGg-qCRZK7u1EBuaJuY-k1bYQW5kDY** (https://navdanyainternational.org/?fbclid=IwAR1y5XMqvsmIC_KZqBLHMcHf5sW9cYGg-qCRZK7u1EBuaJuY-k1bYQW5kDY)
- TheNewEarthManifesto: **https://thenewearthmanifesto.com/ueber-das-manifest/** (https://thenewearthmanifesto.com/ueber-das-manifest/)

Andrea Wolf-Schuler, Jahrgang 1979, studierte Vor-und Frühgeschichte und arbeitete anschließend als selbstständige Archäologin an Forschungsprojekten in Bulgarien und in Deutschland mit. Ab 2009 begann sie ein zweites Studium der Psychologie und arbeitete anschließend mehrere Jahre als Stationspsychologin angebunden an eine Klinik. Seit 2021 ist sie selbstständige Therapeutin und begleitet Menschen bei Ihrem Weg in die Eigenverantwortung, während sie sich bewusst vom starren Schubladen- und Hierarchiendenken ab- und einem offenen, empathischen Miteinander zuwendet.