

Dipl.-Ing. Peter Christof  
Lerchenstraße 7  
90537 Feucht  
[bewusstsein@oleco.net](mailto:bewusstsein@oleco.net)

## Gedanken

Jedes Element besteht aus Atomen / Molekülen. Nicht nur das kreisende Elektron beweist die kinetische ( elektrische ) Energie als Basis allen Stofflichen – auch von Gegenständen, Tieren und Menschen – d.h. alles besteht aus Energie, die sich beständig ( teilw. sehr langsam ) ändert.

Sind wir nicht, was das Leben aus uns macht ?

Wir können nicht die Wege des Schicksals bestimmen, doch die Entscheidung, wie wir mit unserem Leben umgehen, nimmt uns niemand ab – jeder muss sie für sich allein treffen.

Wenn das Schicksal uns Steine in den Weg legt, so können wir uns dem Selbstmitleid hingeben oder wir können uns der Herausforderung stellen und daran wachsen – daher gibt es kein gutes oder böses Schicksal.

*Glück ist kein Zufall, es ist das Ergebnis von Arbeit an sich selbst.*

Die Steine, die das Schicksal dem Reichen in den Weg legt, sind die Lüge und die Bequemlichkeit – als (fast) unüberwindliche Berge liegen sie vor ihm und quälen mit unsäglicher Langeweile.

*Das Leben duldet keinen Stillstand, das ist das Gesetz der Kraft.  
wer aus der Vergangenheit nicht(s) lernt, ist gezwungen sie zu wiederholen*

Versuche nie aus Menschen etwas zu machen, was sie nicht sind ( d.h. man kann Menschen nicht ändern); "Es bringt nichts, ein Wesen entgegen seiner Art zu zwingen, sich anders zu verhalten; Änderungen können nur von demjenigen selbst, von innen heraus und freiwillig (dauerhaft & erfolgreich) erfolgen". Alles was man wahrnimmt, ist das Wirken der Kraft dieser Welt – dieses kann als Zeichen gedeutet werden, nach denen man handeln & sich auch wehren muss, denn niemand hat das Recht, Schaden anzurichten.

Jeder muss seinen / den vorbildlichen Weg ( der Weg, auf dem man sich weiter entwickelt ) unbeirrbar verfolgen und dafür seine gesamte Kraft aufwenden – von diesem Weg abzuweichen, bedeutet Energie zu vergeuden / verlieren ( der falsche Weg kostet Kraft, führt zu Krankheit und vorzeitigem Tod ).

Vorwürfe sollen den Anderen in eine Rechtfertigungs- = anti-offensive also völlig defensive Verteidigungshaltung zwingen, um sich nicht den eigenen Fehlern stellen zu müssen und dem Anderen keine Chance zu geben, den Fehlern / Schuldanteil zu sehen, die man selbst machte.

"man kann nicht töten (einen Menschen, der durch seine Taten & Verhalten zum Monster wurde), ohne selbst ein Monster zu werden" - oder: "man kann nicht genauso unmenschlich handeln, ohne selbst ein Unmensch / Monster zu werden"

" unsere körperliche Gesundheit wird von geistigen Vorgängen bestimmt – was wir über das Leben und uns selbst bewusst und unbewusst denken !

Albert Schweizer: Der Mensch ist, was er denkt:

Alle gewöhnliche Gewalt beschränkt sich selber; denn sie erzeugt Gegengewalt, die ihr früher oder später ebenbürtig wird und sogar überlegen. Die Güte aber wirkt einfach und stetig. Sie erzeugt keine Spannungen, die sie beeinträchtigen. Höflichkeit ist keine Regel, die man drillt, sondern eine innere Haltung und damit den anderen das Leben erleichternd. Nur wer auf förmlich Autorität verzichtet, gewinnt an persönlicher Autorität.

## **Die zehn Regeln des Menschseins (nach Chérie Carter-Scott)**

### **Regel Nr. 1: Jeder Mensch erhält einen**

Zu Beginn des Lebens erhält jeder Mensch einen Körper. Auf die Auswahl dieses Körpers haben Sie keinerlei Einfluss. Sie können Ihren Körper mögen oder nicht mögen - Sie werden ihn in jedem Fall für die Dauer Ihres Lebens behalten. Diese Körper wird ermöglichen, er ist deshalb sehr wertvoll. Sie können ihn vernachlässigen und Sie können ihn gut pflegen. Je mehr Sie für Ihren Körper tun, desto mehr wird mit ihm möglich sein.

### **Regel 2: Sie werden Lektionen**

Von Beginn Ihrer Existenz an sind Sie in einem Vollzeit-Kurs der Schule des Lebens eingetragen. Sie bekommen jeden Tag erneut die Chance, in dieser Schule bestimmte Lektionen zu lernen. Die Lehrer und die Lernsituationen variieren ständig. Sie können die Lektionen gut finden oder nicht - was Sie zu lernen haben, entscheidet die Schule des Lebens.

### **Regel 3: Es gibt keine Fehler, sondern nur Lektionen**

In der Schule des Lebens können Sie keine "Fehler" machen. Der Lebenskurs zielt auf Wachstum und Entwicklung ab und dieser Prozess wird vor allem durch Versuch und Irrtum vorangetrieben. Alles, was Sie tun, bringt Sie weiter, wenn Sie bereit sind, die Lektionen zu erkennen und anzunehmen. Es ist ratsam, nicht ständig "mehr vom Gleichen", sondern besser verschiedene Strategien auszuprobieren.

### **Regel 4: Eine Lektion wird solange wiederholt, bis sie gelernt wird**

Die Schule des Lebens setzt Ihnen eine Lektion so lange vor, bis Sie sie erlernen. Dafür wählt die Schule des Lebens unter Umständen vollkommen unterschiedliche Herausforderungen für Sie aus - aber die Lektion ist dieselbe, bis Sie sie beherrschen. Je mehr Sie sich gegen eine Lektion wehren, desto länger wird es dauern, sie zu erlernen. Deshalb ist es in der Regel besser, eine Lektion anzunehmen.

### **Regel Nr. 5: Das Lernen von Lektionen hört nie auf**

Es gibt in der Schule des Lebens keinen Bereich, der ohne Lektionen ist und Ihre Teilnahme am Lebenskurs ist lebenslang. Alles im Leben dient dazu, dass Sie etwas lernen. So lange Sie lebendig sind, werden die Lektionen, die es für Sie zu erlernen gibt, nicht aufhören

### **Regel Nr. 6: "Dort" ist nicht besser als "hier"**

Leben findet immer "hier" statt. Häufig sieht jedoch ein "dort" besser aus als das "hier" und das Leben scheint dort einfacher zu sein als hier. Das ist eine Illusion. Jedes "dort" kann für Sie zwar zu einem "hier" werden, aber es wird dann ein weiteres "dort" wieder besser aussehen als das "hier".

### **Regel 7: Andere Menschen sind Ihre Spiegel**

Ihre Mitmenschen sind nichts als Spiegel Ihrer selbst. Was immer Sie an anderen Menschen wahrnehmen, hat etwas mit Ihnen zu tun und kann Ihnen dazu dienen, etwas über sich selbst zu lernen. Nutzen Sie diese Möglichkeit.

### **Regel Nr. 8: Was Sie aus Ihrem Leben machen, liegt bei Ihnen**

Sie bekommen alles, was Sie für Ihr Leben brauchen - alle Ressourcen, Fähigkeiten u.ä. - bereits mitgeliefert. Es liegt allein an Ihnen, was Sie daraus machen. Ihr Leben kann und wird kein anderer für Sie leben. Deshalb sollten Sie Ihr Leben als Chance sehen und nutzen.

### **Regel Nr. 9: Alle Antworten liegen in Ihnen selbst**

Alle Antworten auf Ihre Fragen liegen in Ihnen selbst. Sie müssen Sie nur finden. Sie können andere Menschen, die Umstände oder was auch immer befragen, aber die Antworten finden Sie letztlich immer nur in sich selbst. Es bedarf viel Mut, sich selbst die Fragen zu stellen, die einem auf der Seele brennen und es bedarf auch viel Mut, sich die Antworten anzuhören.

### **Regel Nr. 10: Sie werden alle diese Regeln vergessen haben**

Die letzte Regel ist bitter: Wir haben all diese Regeln vergessen und müssen sie uns mühsam immer wieder selbst erarbeiten. Vielleicht helfen Ihnen ja diese Zeilen dabei.

**Hippocrates:** "There is no authority except facts. Facts are obtained by accurate observation. Deductations are to be made only from facts."

Ich kann nur Menschen achten, welche in Respekt und Achtung vor Anderen ihr Leben gestalten.  
=> gelesenes:

Es gibt nur 2 Arten von Menschen / Seelen: von Liebe motiviert < = > von Angst getrieben

Liebe < = > Egoismus

Allgemein: man zieht immer die Menschen an, welche der eigenen Erwartungshaltung entsprechen, wodurch <als Teufelskreis> man sich in der negativen Erwartungshaltung bestätigt sieht und zumeist die Widersprüche bzw. Menschen, welche der negativen Erwartungshaltung nicht entsprechen, ablehnt ( beispielsweise durch die Formulierung „war eine Ausnahme“ ). Dabei ist der Wert / die Menschlichkeit unabhängig davon, ob dieser von Liebe motiviert oder von Angst getrieben ist.

Seelen, welche der Angst unterliegen, erobern, um zu dominieren und ihre Sichtweise den Menschen aufzudrängen - mit gleichzeitigem Entzug der (Lebens-)Energie den Besiegten. So raubt der „Einschüchterer“ den Mitmenschen ihre Energie, begründet bzw. rechtfertigt dieses gegenüber sich selbst mit der „Annahme“, dass er sich gegenüber den ausnutzenden Mitmenschen verteidigen muß und zieht die Menschen an, welche sich einschüchtern lassen. Ohne diese Mitmenschen würde der „Einschüchterer“ seine Energiequelle verlieren - also muß er diese Rolle unter allen Umständen aufrechterhalten <= furchtsame Menschen wollen andere kontrollieren. Deshalb soll man sich ihnen ( auch Gruppen, Staaten & Sekten mit ihren „eigenen Realitäten“ ) anschließen und sich ihrer Autorität unterwerfen ( Energiedynamik ); man neigt dazu diesem Druck nachzugeben und sie ( Gruppe etc. ) als überlegen anzunehmen.

Menschen identifizieren sich mit den Dramen ihres Lebens ( <verinnerlichte> Kontrolldramen ) & Gewohnheiten, um die Unsicherheiten des Lebens zu verdrängen ( eine Reaktion auf Furcht - wenn man beispielsweise gelähmt ist vor Angst ) und wiederholen diese, ihnen bekannten Dramen & Strategien; dieses geschieht u.a. durch selbst erzeugte Illusionen, ohne jede Reflexion.

Bei den Drogensüchtigen ( künstlich erzeugte <drogen/sex/...> Euphorien benötigen wegen Gewöhnung / körperliche Abwehrreaktion immer höhere Dosen ) ist die passive „Arme-Ich-Haltung“ so ausgeprägt, dass die Realitätsflucht damit gerechtfertigt wird, indem der Umgebung ausschließlich Grausamkeit unterstellt wird => durch derlei Illusionen selbst erzeugte Hölle. Die Herausforderungen des Lebens führen immer wieder zum Zusammenbruch routinierter Verhaltensformen / Kontrollen <-dramen>, wodurch die unterdrückten Ängste zu Tage treten und man dann meint: „man ist am Ende“ - anstatt zu erkennen, dass es Zeit ist, sich den unterdrückten Ängsten zu stellen und diese zu beheben; zumeist wird jedoch das alt bekannte Kontrolldrama wiederholt. Diese Ängste dürften auch der Grund für bizarre Verhaltensformen / Verbrechen / egoistische Triebe / negative Gewohnheiten sein, mit denen versucht wird, die Ängste abzuschütteln / die Angstgefühle zu „übertünchen“ <= dies ändert nichts an der Verantwortung, die nur wir für unser Verhalten haben.

- ängstliche Menschen haben ein Kontrollbedürfnis ( jemanden wie mich durch Dein / das Wissen meiner Ängste & Schwächen - somit durch bzw. über Schmerzen – zu kontrollieren ! ), da diese Ängste es nicht zulassen, dass ihre eigene (kleine) Welt von ihnen unkontrolliert existiert.

Mangelnde Erfahrung lässt einen stolpern; lernen bestimmt unser Handeln, doch sind es Taten, die zählen, denn Handlungen allein prüfen unser Wissen und rücken es an den angemessenen Platz. Alle Weisheit ( / angelesenes Wissen ) der Welt nützt einem / Dir nichts, wenn Du sie nicht anwenden kannst; dazu musst Du dieses nicht nur verstehen, sondern auch verinnerlichen.