

Zurück zu

Leichtigkeit und Freiheit

Wie man den
Kopf frei
bekommt und
leichter
lebt

Impressum

Lothar Ernst Paul Miethé
Just For Life Coach (Einzelunternehmer)
Unterer Kirchwiesenweg 3
60437 Frankfurt

Kontakt

Telefon: +49 163 6569769
E-Mail: info@lothar-miethe.coach
Website: www.lothar-miethe-coach.de

WAS ZUM TEUFEL WISSEN WIR WIRKLICH?

Was geht in den Köpfen der Menschen vor? Was bewegt und was motiviert uns? Wie funktioniert unser Gehirn wirklich? Was sagen unsere Wissenschaftler dazu – nähern sie sich einer wichtigen Erkenntnis?

Schließlich kann man nicht behaupten, dass sich niemand darüber Gedanken macht. Unzählige kluge Menschen brüten Tag für Tag an ihren Schreibtischen und verfassen Bücher mit vielversprechenden Titeln über das Leben und wie wir es besser bewältigen können. Coaches versprechen uns Glück und Erfolg ihrer Strategie.

Heute erzähle ich Ihnen die Geschichte von Paul, der sich fest vornahm, besser und bewusster zu leben. Er besuchte so viele Seminare und lernte seine Lektionen über das richtige Mindset, er meditierte und übte sich in Achtsamkeit. Es klang alles so gut und so richtig. Er nahm sich fest vor, diese klugen Dinge in seinem Leben zu integrieren.

Er lernte ein wenig über die Funktionsweise der rechten und linken Gehirnhälfte und darüber, wie unser soziales Leben uns prägt. Er erfuhr, dass wir loslassen sollten und wie wichtig es ist, positiv zu denken. Ja, es klingt alles ganz gut, und es klingt logisch. Er ließ sich coachen, meditierte und fand, dass es ihn ein wenig weiterbringt. Als bewusster Mensch wollte er sich auch vernünftig ernähren und versuchen, auf Dinge zu verzichten, die ihm nicht guttun. Denn klar – du bist, was du isst. Achtsamkeit, immer schön positiv bleiben und mit anderen Menschen umgehen gehört dazu. Und bei all dem auch unser eigenes Wohl im Fokus behalten und dabei immer schön authentisch bleiben.



Aber manchmal hält er inne: „Was wurde aus meinen Träumen und Idealen? Habe ich das Leben gelebt, das ich wirklich wollte? Welche Lehren habe ich aus der Vergangenheit gezogen? Bin ich weitergekommen, oder habe ich mich im Kreis bewegt?“

Und während er noch über sein Leben sinniert, schlägt er die Zeitung auf und wird wieder einmal mit der brutalen Realität konfrontiert. Mordanschläge, Terror, Krieg – wie furchtbar. Wie können Menschen nur zu solchen Monstern werden? Immer noch fassungslos versucht er, sich auf andere Gedanken zu bringen und blättert weiter in der Zeitung. Es folgen die aktuellen Angebote der Discounter und die Wettervorhersage.

Das Leben ist manchmal schon zynisch. Ihm wird wieder einmal klar, wie wenig der Mensch doch wenig der Mensch doch über sich selbst, über sein eigenes Dasein weiß. Wir wissen, wie unser Stoffwechsel funktioniert und wie wir eine Erkältung behandeln können. Aber warum verhalten sich Menschen ihren Artgenossen gegenüber oft so aggressiv wie wohl keine andere Spezies? Was steckt hinter selbstzerstörerischem Verhalten wie Drogenmissbrauch? Gibt es darauf eine wirkliche Antwort, oder nur Vermutungen, die ihrerseits wieder weitere Fragen hervorbringen? Wie kann es sein, dass eine Lebensform, die zum Mond fliegt, keine eindeutigen Antworten über ihr eigenes Denken zustande bringt? Aus der Sicht eines außerirdischen Besuchers wäre dies sicherlich sehr befremdlich.

F FAKTOR X – WAS ZIEHT UNS RUNTER?

Ein Computer ist für uns kein Hexenwerk, denn wir haben ja eine Vorstellung davon, wie er funktioniert und wie wir ihn nutzen können. Einen Zeitreisenden aus dem Mittelalter, der noch nicht einmal Elektrizität versteht, würde dieser teuflische Zauberkasten wohl in panische Angst versetzen. Für uns ist es ein Gebrauchsgegenstand wie jeder andere auch.

Der entscheidende Unterschied besteht darin, dass wir wissen, was in diesem „magischen Kasten“ vor sich geht. Wir kennen in etwa die Funktionsweise unseres PCs. Wir wissen jedenfalls genug, um ihn bedienen zu können. Es sei denn, ein krimineller Hacker hat sich daran zu schaffen gemacht und einen Virus eingeschleust. In diesem Fall wissen wir, was zu tun ist, damit unsere persönlichen Daten nicht missbraucht werden: Ein Antivirenprogramm fängt die Viren ein und macht sie unschädlich.

Das Prinzip ist einfach. Wir verstehen, was Computerviren sind und wie wir sie unschädlich machen können. Wir können also sagen, dass man die Dinge bewältigen kann, die wir verstehen.

DER MENSCH UND SEIN VERSTAND – EIN SUPERCOMPUTER

Stellen Sie sich Ihren Verstand als einen Hochleistungsrechner vor. Er zeichnet jeden Augenblick Ihres Lebens visuell und mit allen Wahrnehmungen auf, um dann bei Bedarf auf diese Bilder und Daten zuzugreifen. Auch alle Gedanken und Beschlüsse sind thematisch sortiert und abrufbar. Wenn Sie sich jetzt daran erinnern, wie Sie heute früh aufgestanden sind und was Sie gefrühstückt haben, sehen Sie diese Szene bildhaft vor sich, richtig? Auf die gleiche Weise sind auch frühe Erinnerungen aus der Kindheit abrufbereit in Ihrem Verstand gespeichert.



Der Verstand kann als ein Netzwerk von Bildern verstanden werden, die von unseren Erfahrungen und Wahrnehmungen geprägt und sorgfältig gespeichert werden, um bei Bedarf verwendet zu werden. Der Verstand kann mit modernen Computersystemen verglichen werden, da beide ähnliche Funktionen haben, jedoch ist unser Verstand weitaus komplexer.

Der Verstand hat unendlich viele Speicherplätze für verschiedene Themen und Wahrnehmungen, wie z.B. ein Autofahrer hat spezielle "Ordner" für Autogeräusche, Verkehrssituationen und Geschwindigkeit.

Alle gesammelten Daten und Erfahrungen sind Teil unseres Verstandes und beeinflussen unsere Schlussfolgerungen. Hat er beispielsweise eine Autopanne, rattert er blitzschnell alle bekannten Lösungen herunter: „Rechts ran, Warndreieck aufstellen, ADAC anrufen, Oma Bescheid sagen, dass wir später kommen.“

Unser Verstand arbeitet also mit den Daten, die er zur Verfügung hat und „berechnet“ die bestmögliche Antwort für die gegenwärtige Situation. Diese erstaunlichen Supercomputer bezeichnen wir auch als den analytischen Verstand.

Der analytische Verstand, auch bewusster Verstand genannt, ist das zentrale Werkzeug für das Lernen und das bewusste Handeln. Ohne ihn würden wir vermutlich immer noch wie wilde Tiere leben. Er verbindet Wahrnehmungen der Gegenwart mit Erinnerungen und schätzt sie ein, um Lösungen für die Zukunft zu entwickeln. Eine überlegte Handlung setzt also einen Denkprozess voraus, bei dem der analytische Verstand Daten verwendet und umsetzt.

DER REAKTIVE VERSTAND

Der analytische Verstand ist also unser cleverer Verwalter, der die Probleme des Alltags intelligent und differenziert löst. Er macht seine Sache richtig gut, sehr gewissenhaft und mit einer nachvollziehbaren Logik. Es sei denn, er wird sich plötzlich an ein schmerzliches Erlebnis aus der Vergangenheit erinnert. Wir kennen diese Reaktion vom Zahnarztbesuch: Allein die typischen Gerüche und das grässlich hohe Surren des Bohrers sorgen für eine Gänsehaut. Auf einmal ist alles anders, das Kopfkino zeigt in rasendem Tempo furchtbare Bilder und das war's mit dem logischen Denken. Der frühere Schmerz und alles, was damit zusammenhängt, lähmt also den analytischen Verstand. Und dabei wissen wir oft nicht einmal, dass wir vom reaktiven Verstand getriggert werden, denn – er ist reaktiv!

Die Reaktion auf den Reiz Erinnerung an die unangenehmen Gefühle und den Schmerz erscheint blitzartig und löst sofort eine aus. Das Prinzip des reaktiven Verstands ist "Überleben", jedoch nicht auf der Ebene der Vernunft, sondern auf einer animalischen Weise, die uns natürlich nicht bewusst ist. Darum sprechen wir auch von einem Reiz-Reaktionsmechanismus des reaktiven Verstands. Wenn das Individuum eine Überlastung an Stress und Belastung erlebt, schaltet sich der analytische Verstand in einem bestimmten Grad ab und der reaktive Verstand übernimmt die Kontrolle. Er zeichnet das Geschehnis auf und speichert es als „schmerzliche Erfahrung“ ab. Zu einem späteren Zeitpunkt kann dieses Trauma wieder aktiviert werden, ohne dass die Person sich darüber bewusst ist und ihm Beschwerden verursachen. Vermutlich wird sie nach einer Erklärung für ihr seltsames Verhalten suchen. Beispiel: Paul gerät beim Schwimmen im See in Panik, weil er mit dem Fuß einige Algen berührt.



Wovor Pauls reaktiver Verstand ihn schützen will, wissen wir natürlich nicht, und er selbst schon gar nicht. Tatsache ist, dass Paul im Baggersee von Waldorf-Mörfelden badet und nicht im Pazifik. Während Paul noch kreidebleich nach Worten ringt, werden gut gemeinte Ratschläge hier kaum nützen. Denn Paul wird von seinem reaktiven Verstand gelenkt und diese Versuche, ihn durch gutes Zureden zur Vernunft zu bringen, sind vergebens. Eine geschulte Person würde erkennen, dass Paul unter dem Einfluss des reaktiven Verstands steht.

Der reaktive Verstand denkt nicht, er reagiert nur auf äußere Reize. Ist Paul als Kind einmal von einem Hund gebissen worden, wird ihr reaktiver Verstand in der Gegenwart eines Hundes „Gefahr! Hunde beißen!“ signalisieren. Ihm wird dies sehr wahrscheinlich nicht bewusst sein, denn es ist ja eine rein reaktive Handlung. Paul spürt nur, dass er sich unwohl in der Nähe von Hunden fühlt und dass ihr Arm manchmal schmerzt. Diese Reaktionen sind ein Hinweis darauf, dass es ein Geschehnis gibt, das mit Dianetik gehandhabt werden könnte.

Der reaktive Verstand zwingt der Person also unerwünschtes Verhalten oder Reaktionen auf, die sie nicht kontrollieren kann. Dies kann zu Zuständen oder Verhaltensmustern führen, für die es scheinbar keine Erklärung gibt:

- Ängste
- Gewalttätigkeit
- Panikattacken
- Schlaflosigkeit
- Wutanfälle
- Sorgen vor der Zukunft
- Unerträgliche Eifersucht
- Gefühlskälte
- Gedächtnisverlust
- Schuldgefühle
- Unerklärliche Schmerzen
- Das Gefühl, unfähig zu sein
- Zwanghafte schädliche Handlungen
- Selbstvorwürfe

D DIANETIK AUDITING – VIEL MEHR ALS NUR EINE THERAPIE

Sicherlich haben Sie schon einmal festgestellt, wie gut es tut, sich einen guten Zuhörer anzuvertrauen, um sich den Kummer von der Seele zu reden. Man kann sagen, dass alles, was unangenehm oder schmerzlich ist, leichter wird, sobald es gegenüber mit einer verständnisvollen Person besprochen wird. In einer Dianetik Sitzung ist es ähnlich: Sie haben eine ausgebildete Person vor sich, deren Aufgabe darin besteht, Fragen zu stellen und zuzuhören. Diese Fragen beziehen sich meistens auf die Vergangenheit oder das Leben des Klienten. Auf diese Weise kommen die belastenden Erlebnisse langsam und auf sanfte Weise an die Oberfläche. an heranzukommen und hört geduldig zu. In den meisten Fällen fällt es ihm sehr leicht, zu früheren Ereignissen der Vergangenheit zurückzukehren. Denn der Verstand arbeitet erstaunlich bereitwillig mit und fördert auch Erlebnisse aus frühester Kindheit zutage, an die man sich normalerweise nicht erinnern würde. Dianetik Auditing ist eine neue, moderne Methodik, um unerwünschte Reaktionen, Zwänge und Emotionen auf sanfte Weise zu behandeln. In der Regel fühlen Sie sich dabei entspannt wie bei einem Spaziergang durch Ihre eigene Vergangenheit. Sie nähern sich in einer angenehmen Distanz und in kleinen, sicheren Schritten an die schmerzlichen Erlebnisse an und

bewältigen sie in dabei aus eigener Kraft. Ihr Dianetik Auditor bleibt dabei immer an Ihrer Seite und hilft Ihnen weiter, wenn Sie es brauchen.

Der Zweck von Auditing ist es, die Fähigkeiten des Klienten wieder herzustellen. Es ist ein Verfahren, durch das ein Individuum seine Selbstbestimmung zurückgewinnt. (L. Ron Hubbard)

WIE SIE IHRE LEBENSENERGIE WIEDERGEWINNEN

Stellen Sie sich vor, Sie hätten zu Beginn Ihres Lebens insgesamt hundert Energieeinheiten, die Ihnen für Ihre Arbeit, Freizeit und zum Erreichen Ihrer Ziele zur Verfügung stünden. Mit jeder negativen oder traumatischen Erfahrung nimmt Ihr „Energiekonto“ ab, so dass Ihnen im Alter von 40 Jahren nur noch wenige Energieeinheiten zur Verfügung stehen. Wie würden Sie sich fühlen? Hätten Sie noch Kraft und Zeit für die Menschen, die Sie lieben? Könnten Sie die schönen Seiten des Lebens genießen? Denken Sie daran, dass solche nicht gespeicherten, traumatischen Ereignisse immer wieder durch das Leben getriggert werden.



Sobald sie jedoch aufgearbeitet sind, verspürt die Person eine gesteigerte Kraft und Lebensfreude. Aus jedem verarbeiteten Stück Ihres reaktiven Verstands erhalten Sie positive Lebensenergie zurück. Mit jeder einzelnen Sitzung entladen Sie die negative Energie, die in diesen Erlebnissen gespeichert ist. Und somit steht nun wieder für das Leben hier und jetzt zur Verfügung. Klienten berichten, dass sie mit ihrem Leben aufräumen. Sie entrümpeln ihren Keller und melden sich bei früheren Freunden. Andere haben endlich wieder die Energie, um Joggen zu gehen und sie tun es auch. Oder sie kündigen ihren öden Job und verwirklichen ihren Traum vom eigenen Café."

STARTEN SIE DAS ABENTEUER IHRES LEBENS!

Dianetik Auditing ist heutzutage überall auf der Welt zu bezahlbaren Preisen erhältlich. Sie machen eine Abenteuerreise in die Vergangenheit, von der Sie jedes Mal noch erholter zurückkommen als bei letzten Mal. Doch anders als nach einem herkömmlichen Urlaub kehren Sie nicht mehr in die alte Routine zurück. Denn Sie werfen in jeder Sitzung seelischem Ballast ab und genießen die neue Leichtigkeit. Und dafür gewinnen Sie ein wenig mehr Freude zurück. "



Mit diesen Seiten haben Sie eine kurze Einführung in die Dianetik nach L. Ron Hubbard erhalten. Möchten Sie mehr über dieses spannende Wissensgebiet erfahren? Ich wünsche Ihnen von Herzen viel Erfolg damit!

B BUCHEMPFEHLUNG

Dianetik – Die Entwicklung einer Wissenschaft



Im Mai 1950, als Dianetik erstmals der Öffentlichkeit präsentiert wurde, wurde schnell die immense Bedeutung dieser bahnbrechenden Entdeckung erkannt. Die New York Times formulierte es folgendermaßen: *"Wie es bei bedeutenden Büchern oft der Fall ist, wird die enorme Wirkung von Dianetik die Welt für immer verändern. Es entstand eine Art Wettlauf zwischen Dianetik und drohenden Katastrophen, den sie gewinnen wird, wenn genügend Menschen rechtzeitig dazu ermutigt werden, sie zu verstehen."*

Begleiten Sie L. Ron Hubbard auf seiner Reise durch Forschung und Entwicklung, und Sie werden erfahren, wie alles seinen Anfang nahm! Ab 1937 begann Ron, sich intensiv mit verschiedenen Theorien auseinanderzusetzen.

Er erforschte die Arbeiten von Jung, Adler und Pawlow und tauchte in Themen wie Telepathie, Dämonen, Hypnoanalyse und Mystik ein.

"In meinem Leben, das mich an viele Orte geführt hat, habe ich viele ungewöhnliche Beobachtungen gemacht: den Medizinmann des Goldi-Volkes in der Mandschurei, Schamanen in Nord-Borneo, Sioux-Medizinmänner, die Kulte von Los Angeles und die moderne Psychologie.

Unter den Menschen, die ich über das Dasein befragt habe, befanden sich ein Magier, dessen Vorfahren am Hofe Kublai Khans gedient hatten, und ein Hindu, der Katzen hypnotisieren konnte. Der Mystizismus wurde umfassend erforscht, und Daten von der Mythologie bis zum Spiritismus wurden analysiert. Es handelte sich um eine Sammlung von ungewöhnlichen Fragmenten und endlosem Detailwissen."

Doch was kennzeichnet eine wahre Wissenschaft?

Als Ingenieur legte Hubbard großen Wert darauf, messbare Ergebnisse zu erzielen. Es gibt zahlreiche Methoden, die gelegentlich Erfolg zeigen, aber von einer modernen Wissenschaft wird mehr erwartet als nur die Hoffnung auf Erfolg.

Ein Wissensbereich, der lediglich auf den Notizen einer vermeintlichen Autorität beruht, kann nicht als echte

Wissenschaft betrachtet werden. Solche Theorien geraten schnell ins Straucheln, wenn die Ergebnisse ausbleiben. Eine echte Wissenschaft basiert auf Axiomen, die sich immer wieder bewähren müssen und überzeugende Ergebnisse liefern. Doch das ist nicht alles. Sie sollte auch dazu beitragen, unser Verständnis und unsere Anwendungsmöglichkeiten ständig zu erweitern.

"Die Wissenschaft der Dianetik ist, gemäß ihrem heutigen Stand, eine Ingenieurwissenschaft, die auf bewährten Axiomen beruht und ihre Ergebnisse sind ebenso nachweisbar wie die Tatsache, dass Wasser bei 100 Grad Celsius unter einem Druck von 760 Torr kocht. Sie funktioniert, und das ist das Einzige, was von Dianetik und Chemie erwartet wird. Und sie erfüllen diese Erwartungen. Dianetik und Chemie funktionieren in der realen Welt ohne Ausnahme."

Die Bedeutung von Dianetik im Jahr 2023

Heute, 73 Jahre nach der Entdeckung von Dianetik, können wir mit Dankbarkeit auf ihre Erfolgsgeschichte zurückblicken. Tausende von Menschen haben ihren Wert erkannt, sie studiert und erfolgreich angewandt. Und wer einmal Dianetik kennengelernt hat, integriert dieses wertvolle Wissen in sein eigenes Leben und lebt dadurch besser und erfolgreicher!

Dieses Buch, leicht verständlich und in wenigen Stunden zu lesen, wird Ihnen neue Horizonte eröffnen und Ihre Sichtweise auf das Leben bereichern!

Laden Sie Ihr Exemplar hier kostenlos herunter:

https://www.ronsorg.ch/_files/ugd/39431a_1b776001b6394f65911205282b8f4e9f.pdf

Hier können Sie Ihr gebundenes Buch bestellen:

<https://www.rons-org.de/shop/dianetik-die-entwicklung-einer-wissenschaft/>