

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



## **Neues Denken braucht das Land**

Warum ist unsere Welt so wie sie ist? Eine Menge Menschen fragen sich: „Warum ist unsere Welt in zahlreichen Bereichen in Aufuhr und in große Krisen geraten?“ Es gibt sogar eine Rangliste der schlimmsten Probleme. Dazu gehören zum Beispiel:

- Großräumige Konflikte und Kriege.
- Religiöse Konflikte.
- Armut.
- Fehlende Transparenz und Korruption der Regierung.
- Sicherheit und Wohlbefinden.
- Sicherstellung von Lebensmitteln und Wasserversorgung.
- Fehlende Berufschancen/Arbeitslosigkeit usw.

Wie können wir jetzt diese Welt verbessern? Müssen wir die Welt verbessern – wenn ja – wie könnte das aussehen? Welche Möglichkeiten stehen uns zur Verfügung?

Menschen sind mutlos, da sie der Meinung sind, sie selbst können an diesen Umständen nichts verändern. Sie fühlen sich klein, sie richten ihren Blick immer wieder nach außen und fragen sich: „Was kann ich allein schon dagegen tun?“ Schon sinkt der Mut, und z. B. die **Armut** kann weiter bestehen.

Was wäre, wenn die Welt ein Spiegelbild unsere eigenen Gedanken, Überzeugungen und Emotionen ist?

Wie könnte diese Welt aussehen, wenn jeder Mensch bewusst seine Gedanken überprüft, um neue kreative Gedanken und Überzeugungen in die Welt zu senden.

Es sind die Gedanken, Glaubenssätze und Überzeugungen, die zuerst unser eigenes Bewusstsein prägen und so unsere persönliche und auch die kollektive Lebenswirklichkeit erzeugen. Eckhard Tolle nennt das: „Den kollektiven Wahnsinn!“ oder „Die kollektive Geisteskrankheit!“, die auf vielen unterschiedlichen Lebens Bühnen dargestellt wird. Es ist der Spiegel unserer eigenen Schöpfung, den wir im Außen sehen. Jeder einzelne von uns kann seine Gedanken, Überzeugungen und Konditionieren hinterfragen, ordnen und neu aufstellen. Jeder Mensch ist ein kreativer Künstler und Schöpfer. Wir brauchen ein neues, sich selbst begreifendes Denken, denn wir wachsen gewöhnlich mit einer veralteten Denkweise auf, welche die Aufgaben und Probleme der Gegenwart nicht zu lösen vermag. Bei unserem Denken sind wir wie ein Kapitän ohne Kompass. Wir senden unsere alten Gedanken und unsere alte Kommunikationsmuster unbewusst in die Welt und erschaffen damit immer wieder aufs Neue die gleichen Umstände. Zitate von Herrn Einstein:

**Die einzigen wirklichen Feinde eines Menschen sind seine eigenen negativen Gedanken**

und

**Die Definition von Wahnsinn ist, immer wieder das Gleiche zu tun und andere Ergebnisse zu erwarten.**

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



...sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Wir gestalten unsere Realität besonders dadurch, dass wir gelernt haben, allein im Außen die Umstände verändern zu können. Noch ist es die Minderzahl, die weiß, dass die Welt besser funktioniert, wenn wir bei uns selbst anfangen und unsere Sichtweisen oder Einstellungen verändern. Ein lebhaftes Beispiel aus einer Alltagssituation bietet uns die Chance, das gleich einmal zu versuchen:

Wir fahren mit unserem Auto im Straßenverkehr. Es ist sehr viel Verkehr. Wir sind spät dran und haben einen wichtigen Termin. Normalerweise ist es bei vielen Menschen so, **sie hupen und versuchen dadurch, den Verkehr zu beschleunigen.**

Was wäre, wenn wir in dieser Situation, in uns **einfach zulassen** würden, dass es für den Verkehr ganz in Ordnung ist, wenn er so fließt?

Wir fahren in unserem Auto und lassen dem Verkehr seinen eigenen Fluss und fließen einfach mit. Jetzt wird sich diese Situation durch unser neues Denken nicht sofort verändern, der Verkehr ist tatsächlich langsamer, als wir es uns wünschen. Wir bleiben im Fluss des Lebens, wenn wir uns dafür entscheiden, ohne „wenn“ und „aber“ einfach mitzufließen. Was der Verkehr macht, ist, dass er sich stetig bewegt und wir bewegen uns mit ihm voran in Richtung unseres Ziels – nur eben langsamer.

### **Welche wichtige Botschaft steckt für uns in dem Spiegel des langsamen Verkehrs?**

Wir selbst sind in Stress, Hektik und Leistungsdruck unterwegs. Unser innerer Antreiber befiehlt: „Los, hupe jetzt, du hast es eilig, du musst pünktlich sein!“

Kannst du deinen inneren Antreiber spüren?

Niemand von außen setzt dich unter Druck, du machst es selbst und bist nicht mehr im Fluss.

Die Botschaft ist für alle, die in der oben beschriebenen Verkehrsschlange stecken:

**„Entschleunigt euer Leben, es ist für euren Körper nicht gesund, wenn ihr euch ständig unter Druck setzt! Es ist gesund, im Fluss des Lebens mitzufließen!“**

Ihr **drückt** ärgerlich auf die Hupe, um die anderen Verkehrsteilnehmer unter **Druck** zu setzen, um schneller an euer Ziel zu kommen. Ihr manipuliert im Außen und spürt nicht, dass es euer eigener Druck ist, der hier wirkt.

**Kommt wieder in einen gesunden Fluss des Lebens und dann normalisiert sich sogar der Bluthochdruck!**

Der Verkehr bewegt sich stetig, und wir können uns in Richtung Ziel voran bewegen. Das kann ein schönes Erlebnis für uns sein, wenn wir uns dem Fluss des Lebens anpassen, weil wir in dieser Situation die Wahl haben, wenn wir bewusst sind:

1. Möchte ich einen Zustand des Unfriedens und Krieg?
2. Oder versetze ich mich innerlich in einen neuen Zustand der Ruhe und des Friedens?

Sind wir uns bewusst, dass wir diese Wahlmöglichkeit auch in vielen anderen Situationen unseres Lebens haben?

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



...sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Bevor wir uns über den Krieg in der Welt „**beschweren**“, schauen wir uns doch erst einmal den Unfrieden und die Kriege in unserem eigenen Umfeld an und ganz besonders den Krieg in uns selbst. Wir können uns entscheiden, **nicht** zu versuchen, etwas zu erreichen, sondern einfach zulassen, was sich gerade zeigt:

Der stockende Verkehr ist eine gute Übung, um bewusst zu entscheiden: „Drücke ich auf die Hupe – oder bleibe ich im Fluss?“

**Nicht versuchen, sondern zulassen – nicht erzwingen, sondern zulassen**

Mit dieser Methode haben wir unser Denken schon verändert und kreieren im Außen friedlichere Stimmungen. So gibt es unendliche weitere Möglichkeiten, im Alltag den Antreiber zu erkennen und eine bewusste Wahl zu treffen:

- An der Kasse im Supermarkt.
- Auf der Autobahn beim Überholvorgang.
- Beim Einsteigen in den Bus oder in den Zug.
- Beim Bestellen im Restaurant.
- Beim Einparken auf dem Parkplatz.
- An der Verkaufstheke in der Bäckerei usw.

Finde den inneren Antreiber in dir, der dich zum Krieg motiviert. Wenn du ihn alleine nicht findest, finde jemand, der dir beim Suchen hilft – **Jetzt**.