

Der Schöpfungsprozess:

# SEIN-TUN-HABEN

Sind wir in einem bestimmten Seins-Zustand, z.B. glücklich, verliebt, mitfühlend etc., handeln wir hieraus in einer bestimmten Art und Weise, wodurch die Dinge, die wir schon immer haben wollten, zu uns kommen.

Wir Menschen glauben, daß wir, wenn wir ein Ding (mehr Zeit, Geld, Liebe - was auch immer) haben, endlich etwas tun können (ein Buch schreiben, einem Hobby nachgehen, Urlaub machen, eine Beziehung eingehen), was uns dann erlaubt, etwas zu sein (glücklich, friedlich, zufrieden, verliebt).

In Wahrheit drehen wir das Paradigma vom SEIN-TUN-HABEN um. Im wirklichen Universum (nicht in dem unserer Vorstellung) produziert Haben nicht Sein, sondern gerade umgekehrt. Erst sind wir ein Ding, das man glücklich oder wissend oder weise oder mitfühlend nennt, dann fangen wir an, von diesem Seinsort aus Dinge zu tun - und entdecken bald darauf, daß dieses Tun uns schließlich die Dinge bringt, die wir immer haben wollten.

Wenn wir diesen schöpferischen Prozeß - und darum handelt es sich - in Gang setzen wollen, müssen wir uns erst anschauen, was wir haben wollen, und uns fragen, was wir unserer Ansicht nach sein würden, wenn wir es hätten, und uns dann direkt auf dieses Sein verlegen.

Auf diese Weise drehen wir unsere übliche Anwendung des Paradigmas von Sein-Tun-Haben um - wenden es richtig an - und arbeiten mit der schöpferischen Kraft des Universums statt gegen sie.

Zusammengefaßt läßt sich das Prinzip folgendermaßen ausdrücken: **Im Leben brauchen wir nicht irgend etwas zu tun. Es ist alles eine Frage dessen, was wir sind.**

Stellen wir uns nun mal eine Person vor, die weiß, daß sie, wenn sie nur ein bißchen mehr Zeit, ein bißchen mehr Geld oder ein bißchen mehr Liebe hätte, wirklich glücklich wäre. Sie begreift nicht den Zusammenhang, der zwischen ihrem Gefühl, nicht sehr glücklich zu sein, und der Tatsache, nicht die Zeit, das Geld oder die Liebe zu haben, die sie sich wünscht, besteht.

Dagegen scheint die Person, die glücklich ist, die Zeit zu haben, um alles wirklich Wichtige tun zu können, alles nötige Geld

zu haben und genügend Liebe, daß es für ein ganzes Leben reicht. Sie stellt fest, daß sie alles Nötige hat, um glücklich zu sein... indem sie von Anfang an glücklich ist!

**Die im voraus getroffene Entscheidung, was zu sein wir wählen, erzeugt eben dies in unserer Erfahrungswelt.**

Sein oder Nichtsein, das ist hier die Frage! Glück ist ein Geisteszustand und reproduziert sich wie alle Geisteszustände in physischer Form.

Aber wie können wir von Anfang an glücklich oder irgend etwas, das wir sein möchten, sein - wohlhabender oder mehr geliebt, zum Beispiel - wenn wir nicht haben, was wir unserer Meinung nach brauchen, um es zu sein? Ganz einfach:

**Handle so als wärest du es, und du wirst es anziehen.**

Wir werden das, was wir durch unser Handeln, als ob wir es seien, zum Ausdruck bringen. Mit anderen Worten: Täusche es vor, bis es Wirklichkeit wird.

So ähnlich funktioniert es. Nur können wir dieses Sein nicht vortäuschen. Wir müssen in unserem Handeln lauter und ehrlich sein. Alles was wir tun, muß der Lauterkeit und Ehrlichkeit entspringen, oder die Früchte unseres Handelns gehen verloren.

Das ist nicht deshalb so, weil Gott - das Universum, der Schöpfer, das All-Eine - uns nicht belohnen würde. Gott belohnt und bestraft nicht. Aber das Naturgesetz erfordert, daß Körper, Geist und Seele in Gedanken, Wort und Tat geeint sein müssen, wenn der Schöpfungsprozeß funktionieren soll.

**Wir können unseren Geist nicht übertölpeln**

Er weiß es, wenn wir unaufrichtig sind, und das war's dann. Damit haben wir jede Chance vertan, daß er uns bei diesem Schöpfungsprozess helfen kann.

Wir können natürlich auch ohne unseren Geist etwas erschaffen - es ist nur erheblich



## Info-Script

Kontakt:

**Stefan Scheil**  
Klangschalen-Therapeut

Osterbühlstr. 22  
93158 Teublitz  
Tel 09471- 602380  
[www.ein-klang.net](http://www.ein-klang.net)

**Kopieren & weiterreichen erwünscht** - das spart Kosten für alle!

Es ist alles eine Frage des SEINS!

Wenn wir wissen, was wir haben wollen, und uns fragen, was wir unserer Ansicht nach SEIN würden, wenn wir es hätten, können wir den schöpferischen Prozeß in Gang setzten, wenn wir uns direkt auf dieses SEIN verlegen.

Gib das, was du für dich wählst, einem anderen.

Handle aufrichtig und alle Dinge, die du weggibst, werden dir zukommen.

Das Universum ist eine riesige Kopiermaschine, die unsere Gedanken in physischer Form reproduziert.

Wenn du etwas möchtest, dann gib es weg.

schwieriger. Wir können unseren Körper bitten, etwas zu tun, woran unser Geist nicht glaubt, und wenn unser Körper das lange genug macht, wird unser Geist allmählich seinen vormaligen Gedanken in dieser Sache aufgeben und einen neuen Gedanken erschaffen. Mit diesem neuen Gedanken sind wir schon auf dem Weg, etwas als einen permanenten Aspekt unseres Seins zu erschaffen, statt nur etwas auszuagieren.

Das ist die harte Tour, aber auch in solchen Fällen muß unser Handeln ehrlich sein. Im Gegensatz zu Menschen läßt sich das Universum nicht manipulieren. Wir haben es hier also mit einem sehr empfindlichen Gleichgewicht zu tun. Der Körper tut etwas, woran der Geist nicht glaubt, doch der Geist muß dem Handeln des Körpers das Element der Ehrlichkeit hinzufügen, wenn es funktionieren soll. Dies geschieht, indem er das selbstsüchtige Element des persönlichen Gewinns ausräumt.

Der Geist ist vielleicht nicht imstande, ehrlich zu glauben, daß die Handlungen des Körpers dir bringen können, was du wählst, aber er scheint sich doch sehr klar darüber zu sein, daß Gott durch dich einem anderen Gutes bringt. Gib deshalb das, was du für dich wählst, einem anderen!

Wenn du die Wahl triffst, glücklich zu sein, laß einen anderen glücklich sein. Wenn du die Wahl triffst, erfolgreich zu sein, laß einen anderen erfolgreich sein. Wenn du die Wahl triffst, mehr Liebe in deinem Leben zu haben, laß einen anderen mehr Liebe in seinem Leben haben.

Handle aufrichtig - nicht, weil du den persönlichen Gewinn anstrebst, sondern weil du wirklich willst, daß der andere dies hat - und alle Dinge, die du weggibst, werden dir zukommen.

### Wie funktioniert das?

Unser Akt des Weggebens bewirkt in uns die Erfahrung, daß wir es haben, um es weggeben zu können. Da wir einem anderen nicht etwas geben können, das wir nicht haben, kommt unser Geist zu einer neuen Schlußfolgerung, faßt einen neuen Gedanken - nämlich, daß wir es haben müssen, denn sonst könnten wir es nicht weggeben. Dieser neue Gedanke wird dann unsere Erfahrung. Wir fangen an, es zu sein. Und wenn wir erst einmal anfangen, etwas zu sein, haben wir die machtvollste Erschaffungsmaschinerie des Universums in Gang gesetzt - unser göttliches Selbst.

### Was immer wir sind, das erschaffen wir.

Der Kreis schließt sich, und wir werden mehr und mehr davon in unserem Leben erschaffen. Es wird sich in unserer physischen Erfahrungswelt manifestieren. Das ist das größte Geheimnis des Lebens.

Wenn wir einem anderen etwas mit Hintergedanken geben, weil wir manipulieren und eigentlich uns etwas zukommen lassen möchten, weiß unser Geist das. Damit signalisieren wir ihm nur, daß wir das jetzt nicht haben. Und da das Universum nichts weiter als eine riesige Kopiermaschine ist, die unsere Gedanken in physischer Form reproduziert, wird dies unsere Erfahrung werden. Das heißt, wir werden weiterhin erleben, daß wir es nicht haben - ganz gleich, was wir machen.

Weiterhin wird es auch die Erfahrung der Person sein, der wir es zu geben versuchen. Sie wird merken, daß wir nur danach trachten, etwas zu bekommen, daß wir im Grunde gar nicht anzubieten haben. Unser Geben wird eine leere Geste sein und in ihrer ganzen egoistischen Oberflächlichkeit erkannt werden. Genau das, was wir anzuziehen bestrebt waren, werden wir so von uns wegstoßen.

Doch wenn wir einem anderen etwas mit reinem Herzen geben, weil wir sehen, daß er oder sie es möchte, brauchen oder haben sollte, dann werden wir entdecken, daß wir es haben, um es geben zu können. Und das ist eine großartige Entdeckung.

Wenn du also etwas möchtest, dann gib es weg. Es wird uns dann nicht mehr fehlen. Wir werden sofort erfahren, daß wir es haben.

Letzendlich stellt sich uns immer nur die eine Frage: Wer oder was zu sein wir wählen. Das ändert sich natürlich auch oft - doch ist dies immer die einzig relevante Frage. Und die Antwort auf diese Frage manifestiert sich in unserem Leben, physisch, geistig und emotional.

### Die Ebenen unserer Entscheidungsprozesse

Es ist wichtig zu erkennen, daß wir ein dreieiniges Wesen sind, das aus Körper, Geist und Seele besteht. Das macht unsere Herrlichkeit aus und auch das Wunder.

Nun treffen wir auf allen drei Ebenen zugleich Entscheidungen - die keinesfalls immer in Einklang miteinander stehen. Es ist nicht ungewöhnlich, daß unser Körper das eine

will, unser Geist etwas anderes und unsere Seele ein drittes. Wir müssen lernen zu unterscheiden zwischen dem, was für den Körper nach Vergnügen klingt und was für den Geist Sinn macht - ganz zu schweigen von dem, was die Saiten unserer Seele zum Erklingen bringt.

Wenn unsere Entscheidungen miteinander in Konflikt stehen - wenn Körper, Geist und Seele nicht einheitlich agieren - arbeitet der Schöpfungsprozeß auf allen Ebenen und führt gemischte Resultate herbei. Wenn sich dagegen unser Sein in Harmonie befindet und unsere Entscheidungen einheitlicher Natur sind, können sich erstaunliche Dinge ereignen.

### Die drei geistigen Ebenen

Innerhalb der Ebenen unserer Entscheidungsprozesse existieren noch weitere Ebenen, was vor allem für unseren Geist gilt. Unser Geist kann auf einer von mindestens drei inneren Ebenen eine Wahl treffen und tut es auch: nämlich auf der Ebene der Logik, der Intuition und der Emotion. Manchmal gründet er sich auf alle drei, was das Potential für noch mehr innere Konflikte birgt.

### Die fünf emotionalen Ebenen

Und innerhalb der Ebene der Emotion gibt es noch weitere fünf Ebenen. Das sind die fünf natürlichen Emotionen:

- **Kummer**
- **Ärger**
- **Neid**
- **Angst**
- **Liebe**

Innerhalb dieser existieren zwei endgültige Ebenen:

#### **Liebe und Angst.**

Die fünf natürlichen Emotionen schließen Liebe und Angst mit ein, doch diese beiden bilden das Fundament aller Emotionen. Die anderen drei natürlichen Emotionen gehen aus der Liebe und Angst hervor.

Letztlich speisen sich alle Gedanken aus der Liebe oder der Angst. Das ist die große Polarität. Alles läßt sich auf eines von beiden zurückführen. Auf eines von beiden gründen sich alle Gedanken, Ideen, Vorstellungen, Einsichten, Entscheidungen und Handlungen.

Und am Ende gibt es dann wirklich nur noch eines:

### **Liebe.**

#### **In Wahrheit ist Liebe alles, was es gibt.**

Auch die Angst ist eine Nebenerscheinung der Liebe und bringt, wenn sie effektiv eingesetzt wird, Liebe zum Ausdruck. Alles drückt Liebe aus, sofern es sich um einen Ausdruck in seiner höchsten Form handelt. Drückt die Mutter, die das Kind davor bewahrt, vom Auto überfahren zu werden, Angst oder Liebe aus? Beides: Angst um das Leben des Kindes und Liebe - genug, um zur Rettung des Kindes das eigene Leben zu riskieren.

#### **Hier sehen wir, daß Angst in ihrer höchsten Form zur Liebe wird... sie ist Liebe... als Angst ausgedrückt.**

Ähnlich sind auch die anderen natürlichen Emotionen Kummer, Ärger und Neid, eine Ausdrucksform von Angst, die wiederum letztlich eine Form von Liebe darstellt. Eines führt zum anderen.

Problematisch wird es, wenn eine der fünf natürlichen Emotionen verzerrt wird. Dann werden sie zu etwas Groteskem und sind nicht mehr als eine natürliche Folge der Liebe zu erkennen, geschweige denn als ein Ausdruck Gottes, der die absolute Liebe ist.

#### **Die fünf natürlichen Emotionen:**

##### **Kummer**

ist eine natürliche Emotion. Er ist der Teil von uns, der uns Abschied zu nehmen erlaubt, wenn wir es gar nicht möchten. Es läßt uns die innere Traurigkeit über die Erfahrung irgendeines Verlustes zum Ausdruck bringen, herausdrängen, herausstoßen. Dabei kann es sich um den Verlust einer geliebten Person oder auch einer Kontaktlinse handeln.

Wenn wir unseren Kummer zum Ausdruck bringen dürfen, werden wir ihn los. Kinder, die traurig sein dürfen, wenn sie traurig sind, haben als Erwachsene ein gesundes Verhältnis zur Traurigkeit und durchlaufen im allgemeinen ihre Kummerphasen sehr rasch.

Kinder, die ermahnt werden, nicht zu weinen, tun sich als Erwachsenen mit dem Weinen schwer. Schließlich wurde ihnen ihr ganzes Leben lang gesagt, daß sie das nicht tun sollen, sie unterdrücken daher ihren Kummer.

Ständig unterdrückter Kummer wird zur chronischen Depression, eine sehr unnatürliche Emotion. Menschen haben wegen chronischer Depression getötet, Kriege wurden

Wenn Körper, Geist und Seele einheitlich agieren, arbeitet der Schöpfungsprozeß auf allen Ebenen in Harmonie und führt erstaunliche Resultate herbei.

Liebe und Angst bilden das Fundament aller Emotionen - sie sind die große Polarität

Die fünf natürlichen Emotionen und ihre Verzerrungen.

begonnen, Nationen gingen unter.

### Ärger

ist eine natürliche Emotion. Er erlaubt uns „Nein danke“ zu sagen. Wir müssen dabei nicht ausfallend werden und brauchen auch nie einem anderen Schaden zuzufügen.

Wenn Kinder ihrem Ärger Luft machen dürfen, haben sie als Erwachsene ein sehr gesundes Verhältnis dazu und durchlaufen daher im allgemeinen Phasen des Ärgers sehr rasch.

Kinder, denen das Gefühl vermittelt wird, daß Ärger etwas Negatives ist - daß es falsch ist, ihm Ausdruck zu geben, ja daß sie ihn nicht einmal verspüren sollten -, werden als Erwachsenen nur schwer mit ihrem Ärger auf angemessene Weise umgehen können.

Aus ständig unterdrücktem Ärger wird rasende Wut, eine sehr unnatürliche Emotion. Menschen haben in rasender Wut getötet, Kriege wurden begonnen, Nationen gingen unter.

### Neid

ist eine natürliche Emotion. Sie läßt den Fünfjährigen wünschen, die Türklinke so erreichen zu können wie seine Schwester - oder dieses Fahrrad zu fahren. Neid ist eine natürliche Emotion, die in uns den Wunsch entstehen läßt, es noch mal zu probieren, uns mehr anzustrengen, nicht nachzulassen, bis wir Erfolg haben. Neidisch zu sein ist sehr gesung und natürlich. Wenn Kinder ihren Neid zum Ausdruck bringen dürfen, haben sie als Erwachsenen eine sehr gesunde Einstellung dazu und durchlaufen deshalb im allgemeinen ihre Neidphasen sehr rasch.

Kinder, denen das Gefühl vermittelt wurde, daß Neid nicht in Ordnung ist - daß es falsch ist, ihm Ausdruck zu geben, ja ihn überhaupt zu verspüren -, werden als Erwachsene nur schwer mit ihrem Neid auf angemessene Weise umgehen können.

Aus ständig unterdrücktem Neid wird Eifersucht, eine sehr unnatürliche Emotion. Menschen haben aus Eifersucht getötet, Kriege wurden begonnen, Nationen gingen unter.

### Angst

ist eine natürliche Emotion. Alle Babys kommen mit nur zwei Ängsten auf die Welt: mit der Angst vor dem Fallen und der Angst vor lauten Geräuschen. Alle anderen Ängste sind erlernte Reaktionen, die dem Kind durch seine Umwelt und Eltern beigebracht werden.

Der Sinn und Zweck der natürlichen Angst ist die Anleitung zu einer gewissen Vorsicht. Vorsicht hilft, den Körper am Leben zu erhalten. Sie ist eine natürliche Folge der Liebe, der Selbst-Liebe.

Kinder, denen das Gefühl vermittelt wird, daß Angst etwas Schlechtes ist - daß es falsch ist, sie zu zeigen, ja daß sie nicht einmal verspürt werden sollte-, werden es als Erwachsene schwer haben, mit ihrer Angst auf angemessene Weise umzugehen.

Aus ständig unterdrückter Angst wird Panik, eine sehr unnatürliche Emotion. Menschen haben aus der Panik heraus getötet, Kriege wurden begonnen, Nationen gingen unter.

### Liebe

ist eine natürliche Emotion. Wenn sie von einem Kind normal und natürlich, ohne Einschränkung oder Vorbedingung, Scham oder Verlegenheit zum Ausdruck gebracht und empfangen werden darf, braucht es nichts weiter. Denn eine solche Liebe ist sich selbst genug. Durch Liebe, die an Bedingungen geknüpft ist, die eingeschränkt, durch Regeln und Vorschriften, Rituale und Restriktionen verbogen, die kontrolliert, manipuliert und zurückgehalten wird, wird unnatürlich.

Kinder, denen das Gefühl vermittelt wird, daß ihre natürliche Liebe nicht in Ordnung ist - daß es falsch ist, sie zum Ausdruck zu bringen, ja sie überhaupt zu verspüren-, werden sich als Erwachsene schwertun, mit der Liebe auf angemessene Weise umzugehen.

Aus ständig unterdrückter Liebe wird Besitzanspruch und Besitzgier. Menschen haben aus Besitzgier getötet, Kriege wurden begonnen, Nationen gingen unter.

Und so kommt es, daß die natürlichen Emotionen, wenn sie unterdrückt werden, unnatürliche Reaktionen bewirken. Und in den meisten Menschen sind die natürlichen Emotionen unterdrückt. Doch sie sind unsere Freunde. Sie sind unsere Gaben. Sie sind unsere göttlichen Werkzeuge, mit deren Hilfe wir unsere Erfahrungen gestalten.

Uns werden diese Werkzeuge mit unserer Geburt an die Hand gegeben. Sie sollen uns beim Umgang mit dem Leben helfen. Deshalb ist es so wichtig, unsere natürlichen Emotionen wieder anzunehmen... nur so können wir sein, wer oder was zu sein wir wählen!

Aus ständig unterdrücktem Ärger wird rasende Wut.

Angst ist eine natürliche Folge der Liebe, der Selbst-Liebe.

Aus ständig unterdrücktem Neid wird Eifersucht

Aus ständig unterdrückter Liebe wird Besitzanspruch und Besitzgier.

Die natürlichen Emotionen sind unsere Freunde - unsere Gaben.