



RECONNECTED

Die Rückverbindung des Menschen
zum Wesen der Natur

Band 2

Bewusstsein entwickeln

Renato Psyk

Renato Psyk

RECONNECTED

**Die Rückverbindung des Menschen
zum Wesen der Natur**

Band 2

Bewusstsein entwickeln



© 2020 Renato Psyk

Autor: Renato Psyk

Umschlaggestaltung: pixelpublic GmbH, Baden-Baden

Titelbild: #55251237 © Iosif Szasz-Fabian / fotolia.com

Verlag und Druck: tredition GmbH

Halenreihe 42, 22359 Hamburg

ISBN Taschenbuch: 978-3-347-02782-4

ISBN Hardcover: 978-3-347-02783-1

ISBN e-Book: 978-3-347-02784-8

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhaltsverzeichnis

Anmerkung des Autors

Der Mensch als bewusstes Lebewesen

Die Macht des Unterbewusstseins

Wo ist dein Fokus?

Die Kraft des kollektiven Bewusstseins

Wie Systeme unser Leben beeinflussen

Technologie bewusster nutzen

Der Sinn des Lebens

Ausblick

Anmerkung des Autors

Die Menschheit ist in eine neue Zeit der Entwicklung des Bewusstseins eingetreten. Viele Menschen spüren die Veränderungen in sich und um sich herum. Frei und unabhängig über sein Leben bestimmen zu können, wird neben dem bewussten Zugang zu den höheren Ebenen des Seins ein entscheidender Faktor für ein erfülltes und glückliches Leben in Harmonie mit allen Geschöpfen der Natur sein. Dies stellt aus meiner Sicht die nächste Stufe der Evolution der Menschheit dar. Die Entwicklung hin zu einem höheren Bewusstsein ist die Grundlage für die Meisterung der bevorstehenden Herausforderungen und zugleich das Handwerkszeug für all diejenigen, welche diese neue Phase der menschlichen Existenz aktiv und bewusst mitgestalten wollen. Die Inhalte der Buchreihe „Reconnected“ können in diesem Entwicklungsprozess als Anregung, Inspiration oder Wegweisen verstanden werden. Sich über die Inhalte eigene Gedanken zu machen, um so zu eigenen Erkenntnissen zu gelangen, ist hierbei eines der wichtigsten Schritte. Je mehr die eigene Bewusstseinsentwicklung voranschreitet, desto freier und unabhängiger kann das persönliche Leben gestaltet werden. Dieser Prozess geht jedoch auch immer mit einem mehr an Verantwortung einher und das trennende Element des eigenen EGO's macht step by step Platz für das Verbindende der höheren Ebenen des Seins.

Genau diese Verbindung aus EGO und Höheres Sein ist eines der Kernelemente des neuen Zeitalters.

Im diesem Band der Buchreihe „Reconnected“ werden wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Bewusstseinsforschung mit den Botschaften der Naturwesen aus dem ersten Band in einer logisch aufeinander aufbauenden Weise so miteinander verknüpft, dass der Weg zu einem höheren Bewusstsein durch fundierte Kenntnisse der wirkenden Mechanismen geebnet werden kann. Die Themenfelder beinhalten komprimiertes Wissen aus dem vor einigen Jahren entwickelten Programm für mehr Achtsamkeit und Bewusstseinsentwicklung, dem „QBBT-Bewusstseinstraining“. Eines der Hauptelemente besteht bei dem QBBT-Konzept darin, Klarheit über universell wirkende Gesetzmäßigkeiten zu erhalten, um somit die Ursachen von den Wirkungen unterscheiden zu können. Statt die Wirkungen zu bekämpfen, sollten die Ursachen selbst gesetzt werden, deren Wirkungen sich gemäß den universellen Gesetzen im persönlichen Umfeld entfalten werden. Aufbauend auf diesen Erkenntnissen hat jeder Mensch die Möglichkeit durch eigene Erfahrungen zu innerem lebendigem Wissen zu gelangen. Im Ergebnis wird dies das eigenverantwortliche Handeln fördern und hierdurch aktiv zur Bewusstseinsentwicklung beitragen. Jeder Mensch ist gleichermaßen auch eingeladen, die vorgestellten Inhalte auf das eigene persönliche Leben zu übertragen, eigene Ideen zu entwickeln und in einer lebensbejahenden Weise im Leben zu integrieren. Durch die Beschäftigung mit den Themenfeldern des Buches werden Entwicklungsimpulse angestoßen, welche neue Türen im Leben öffnen können. An dieser Stelle sei jedoch erwähnt,

dass die Prozesse der Entwicklung und Transformationen einige Zeit dauern können, bis sich die Ergebnisse im eigenen Leben zeigen. Jeder sollte sich auch darüber im Klaren sein, dass die Änderung des eigenen Bewusstseins wesentliche Auswirkungen auf das derzeitige persönliche Lebensumfeld hat. Es wird vorkommen, dass sich bestehende Beziehungen zu anderen Menschen, wie zu Freunden, Arbeitskollegen und Mitgliedern der Familie ändern werden. Vielleicht werden einige dieser Beziehungen auf eine neue Ebene gehoben und andere werden nicht mehr passend zum erreichten Entwicklungsstand sein. Es werden sich neue interessante Begegnungen ergeben, welche zu neuen Freundschaften und Beziehungen führen werden. Die Inhalte dieses Buches sollen daher als Orientierung dienen und die grundlegenden Wirkungsmechanismen aufzeigen. Durch das Wissen der wirkenden Gesetze kann ein jeder Klarheit gewinnen, welche Schritte als nächstes zu gehen sind, um die eigenen Lebensziele mit einem hohen Maß an persönlicher Freiheit bewusst in seinem Leben zu erreichen. Nach jedem Kapitel ist Platz für eigene Gedanken und persönliche Anmerkungen. So hat jeder die Möglichkeit die Inhalte für sich selbst kurz zu reflektieren und eigene Ideen zeitnah aufzuschreiben. Es kann passieren, dass schon während des Lesens gute Ideen oder Gedankenimpulse auftauchen. Diese gilt es dann gleich sofort festzuhalten, da solche Impulse einem in vielen Fällen nur für einen sehr kurzen Moment im Bewusstsein präsent bleiben. Hierdurch können die einzelnen Themenbereiche mit persönlichen Gedanken und Ideen verknüpft werden und als Anregungen für die bewusste Umsetzung im eigenen Leben genutzt werden.

Am Anfang und am Ende dieses Buches sind einige Fragen zu deiner aktuellen Lebenssituation zusammengestellt. Die entsprechenden Antworten kannst du für dich zur Selbstreflexion nutzen. Das konkrete bewusste Formulieren der einzelnen Antworten setzt einen Denk- und Reflexionsprozess in Gang, durch welchen teilweise wesentliche Erkenntnisse über den eigenen Standpunkt im Leben bewusst gemacht werden. Vielleicht hat sich ja am Ende des Buches durch das Lesen und die bewusste Beschäftigung mit den Inhalten schon etwas in deinem Leben im positiven Sinne verändert. 😊

Vervollständige die folgenden Sätze. Überlege möglichst nicht erst lange nach. Schreibe die Gedanken auf, die dir spontan als erstes einfallen.

Die Welt ist voller

.....

Die Menschen sind

.....

Die Natur besteht aus

.....

Wasser und Luft sind für mich

.....

Auf der Erde leben

.....

Schon alleine die Beschäftigung mit den Themen rund um die
Bewusstseinsentwicklung hat einen Einfluss auf dein Leben und

kann deinen Fokus auf positive Aspekte ausrichten. Am Beginn sowie am Ende dieses Buches sind einige Fragen für Dich zusammengestellt, welche die Möglichkeit bieten können, deine aktuelle Situation bewusst zu reflektieren. Bitte schaue dir die Fragen zu den folgenden Lebensbereichen kurz an und beantworte die Fragen möglichst spontan auf der Skale (1-10).

Glück: Wie glücklich bist du mit deiner aktuellen Situation?

Gesundheit: Wie gesund fühlst du dich? Bist du körperlich fit?

Familie: Lebst du in einer erfüllenden liebevollen Beziehung?

Freunde: Hast du gute und authentische Freundschaften?

Wohnung: Wie wohl fühlst du dich in deiner Wohnung?

Ziele und Wünsche: Wie gut kannst du diese umsetzen?

Beruf: Gehst du gerne zur Arbeit und bist du motiviert?

Freizeit: Wie gut schaffst du es Auszeiten zu nehmen?

Natur: Wie ist deine Verbindung mit der Natur?

Geld: Kannst du dir die Dinge leisten, die du möchtest?

Vergangenheit: Wie empfindest du deine Vergangenheit?

Zukunft A: Wie schätzt du die Zukunft allgemein ein?

Zukunft P: Wie schätzt du deine persönliche Zukunft ein?

Aktuelles Datum:

Wie schätzt du auf einer Skala von 1 (schlecht) - 10 (sehr gut) deine aktuelle Situation ein?



Glück:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Gesundheit:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Familie:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Freunde:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Wohnung:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Ziele & Wünsche:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Beruf:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Freizeit:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Natur:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Geld:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Vergangenheit:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Zukunft A:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Zukunft P:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1

5

10

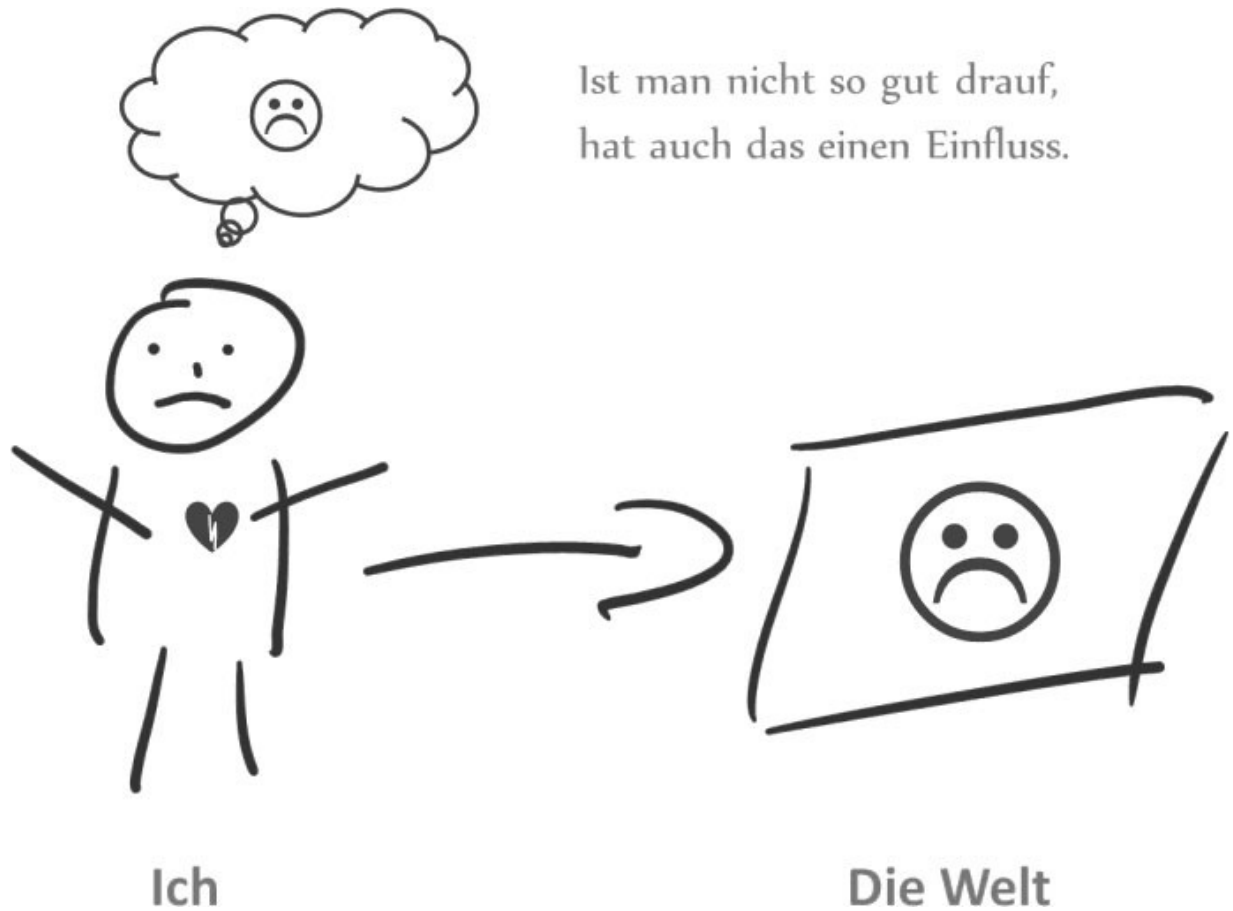


Der Mensch als bewusstes Lebewesen

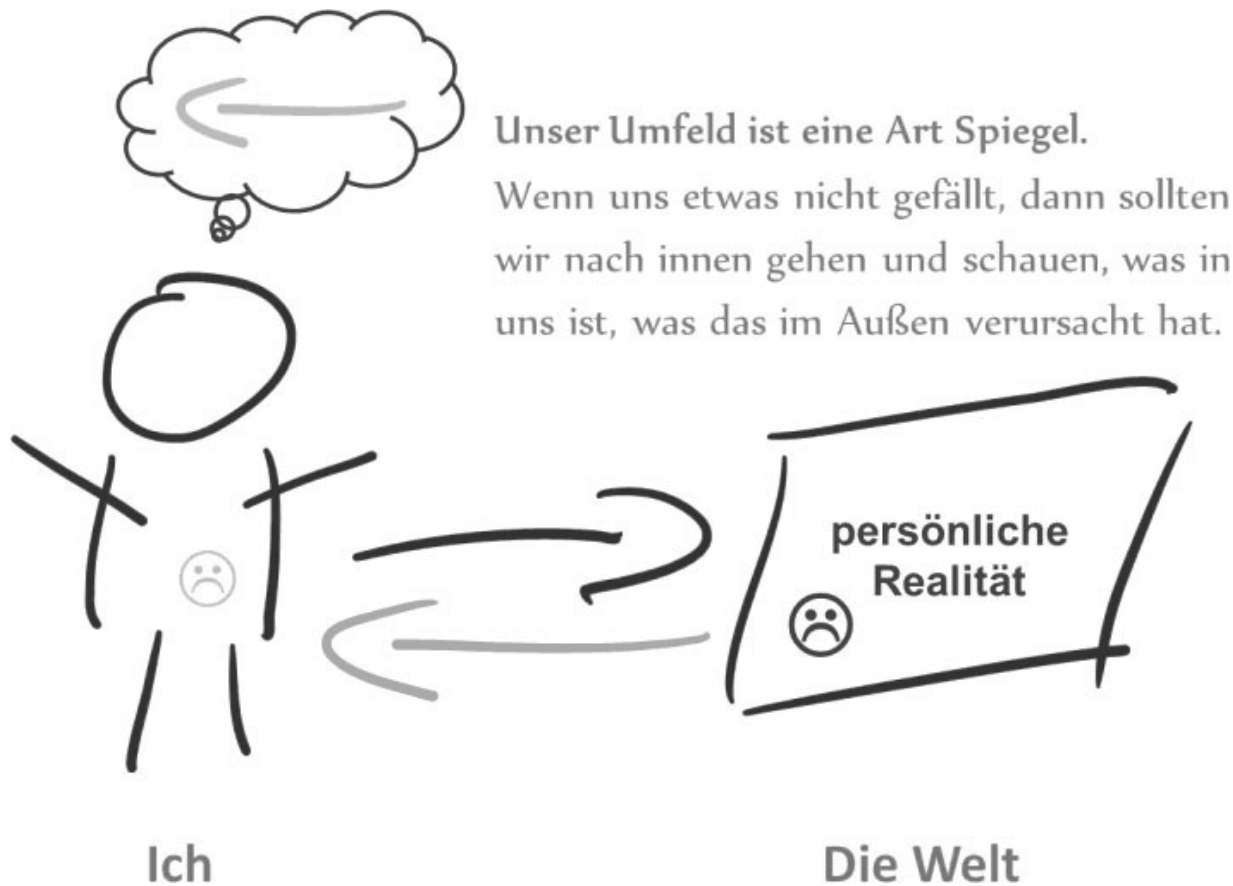
Unser Bewusstsein hat einen wesentlichen Einfluss auf unser aller Leben. Es erschafft Realität und beeinflusst sämtliche persönliche, berufliche sowie gesellschaftliche Lebensbereiche gleichermaßen. Sprichwörter wie zum Beispiel „So, wie du in den Wald hineinrufst, so schallt es auch wieder heraus“, „Was du sähest, das wirst du ernten“ oder „Wer anderen eine Grube gräbt, fällt selbst hinein“ kennen wir alle. All diese Sprichwörter sind aus den Erfahrungen von vielen verschiedenen Menschen entstanden und wurden von Generation zu Generation weitergegeben. Die Inhalte haben über Jahrhunderte bis in die heutige Zeit ihre Gültigkeit behalten. Vielen Menschen ist im Grunde genommen klar was sich hinter diesen Weisheiten verbirgt. Doch wie kann man nun die dahinter wirkenden Gesetze für sich ganz persönlich im Alltag nutzen? Wie funktionieren diese Mechanismen genau? Und worauf sollte man bei der Anwendung besonders achten? Ein erster wichtiger Schritt um hinter das Wissen dieser alten Weisheiten zu gelangen besteht darin, zunächst das Wahrgenommene im eigenen Umfeld erst einmal so anzunehmen, wie es ist. So einfach das auch klingen mag, ist es dennoch eines der schwierigsten Aufgaben. Oft wird im täglichen Leben von vielen Menschen immer noch die „Strategie Strauß“ bevorzugt angewendet. „Kopf in den Sand stecken, nicht hinsehen und dann hoffen, dass sich im Außen etwas ändert.“



Die eigene positive Ausstrahlung beeinflusst das Umfeld auf eine positive Weise, so dass auch die eigene Welt einem fröhlichen Lächeln gleicht.



Menschen, die eher eine negative Ausstrahlung in die Welt senden, erhalten auch hier eine entsprechende Reaktion in ihrer Welt.



Das persönliche Umfeld als Spiegel des inneren Seins zu erkennen, ist eine wichtige Erkenntnis auf dem Weg zu einem erfüllten und glücklichen Leben. Hieraus resultiert jedoch zugleich die eigene Verantwortung für sein persönliches Umfeld und genau dies beinhaltet im Kern die Macht zur Änderung.

Durch die vielen sich geänderten Rahmenbedingungen, wie die zunehmende Vernetzung, Komplexität und verschiedene energetische Komponenten, um nur einige zu nennen, führt die „Strategie Strauß“ immer weniger zum gewünschten Erfolg. Wir sind in einer Zeit der Entwicklung, des kollektiven Zusammenwachsens und des Wachstums hin zu einem höheren Bewusstsein. Diese Prozesse umfassen mittlerweile alle Menschen gleichermaßen. Klarheit und Transparenz sind eines der wichtigsten Grundlagen für Änderungsprozesse. Das Ergebnis können wir mittlerweile alle täglich in den Nachrichten verfolgen. In den Medien wird immer öfters von Enthüllungen berichtet, wie z.B. den Abgasskandal, Doping im Sport, Preisabsprachen von Großkonzernen. Dies alles sind notwendige Schritte hin zu globalen Klärungsprozessen. Entscheidend ist hierbei jedoch, wie du ganz persönlich mit solchen Meldungen umgehst. Interpretierst du diese als Bedrohung für dich oder nimmst du die Dinge so an, wie Sie sind? Neben diesen globalen Entwicklungsprozessen, sind für deine ganz persönliche Weiterentwicklung in erster Linie die Dinge entscheidend, die dich ganz persönlich betreffen und die du direkt beeinflussen kannst. Um für dich Klarheit zu bekommen, helfen dir Fragen, wie z.B. Bin ich wirklich glücklich mit meinem Leben? Lebe ich in einer Partnerschaft, die geprägt ist von Liebe, Wertschätzung und Vertrauen? Habe ich einen Job der mich erfüllt und in dem ich zeigen kann, was in mir steckt? Ist meine Wohnung ein Ort an dem ich mich geborgen fühle und wo ich entspannen kann? Die

Antworten geben dir wichtige Anhaltspunkte wo du gerade stehst oder warum du eventuell gerade nicht so recht weiterkommst. Die Fähigkeit zur Selbstreflexion ist eine der grundlegenden Techniken, die du unbedingt erlernen und im täglichen Leben anwenden solltest. Es ist wichtig einfach das anzunehmen was du in deinem unmittelbaren Umfeld wahrnimmst und zwar genau so wie es ist, ungeschminkt und real. Nur dann hast du eine Chance daraus die richtigen Informationen zu gewinnen, um dein Leben so zu gestalten, wie du es gerne möchtest. Das Wahrgenommene dient dir als erste wichtige Orientierung. Wenn du hier schon anfängst „zu schummeln“, dann hast du bereits beim ersten Schritt die Chance zur persönlichen Weiterentwicklung vertan. Alle weiteren Entscheidungen, die von dir getroffen werden, würden dann auf „geschönten“ Informationen basieren.

Das bedingungslose Annehmen des Wahrgenommenen ist zugegebenermaßen in der Praxis nicht so ganz einfach. Bei einigen Dingen, die uns im Außen begegnen, können wir im ersten Moment keinen so richtig Bezug zu unseren eigenen Handlungen herstellen. Wir können keine für uns nachvollziehbare Ursache-Wirkungskette erkennen. Es erscheint uns dann auf den ersten Blick so auszusehen, als ob wir überhaupt keinen Einfluss auf diese Ereignisse in unserem Leben haben. Auch hierfür gibt es eine Vielzahl von Beispielen aus der Praxis, die sicherlich jeder von uns kennt: „Der Nachbar der uns ständig nervt“, „Die Kinder, die rumschreien“, „Der Arbeitskollege, der schon beim bloßen Anblick den Blutdruck in die Höhe schießen lässt“, „Der arrogante Chef“, „Der Hausmeister, der nie da ist“ Die Liste könnte man endlos

fortführen. Es gibt jedoch auch Situationen in denen wir gar nichts gemacht haben und trotzdem „schießt“ uns jemand an. Wir werden plötzlich beschuldigt gelogen zu haben oder etwas getan zu haben, dessen wir uns gar nicht bewusst sind. Wie können wir also nun Klarheit bekommen, was hier genau vor sich geht? Und wie beeinflussen wir unser Umfeld auf eine so geheimnisvolle Weise, ohne etwas mitzubekommen? Wie können wir ganz konkret unseren eigenen Einfluss stärken und unser Umfeld nach unserem Willen steuern, so dass wir auch das bekommen, was wir wirklich wollen? Auch hierfür gibt es ein sehr schönes Sprichwort, welches uns bei genauerer Betrachtung wieder einen kleinen Hinweis auf die wirkenden Mechanismen geben kann:

**„Man sollte die Dinge so nehmen wie sie kommen,
man sollte jedoch auch dafür sorgen,
dass die Dinge so kommen,
wie man sie nehmen möchte“.**

In diesem Sprichwort liegt viel Weisheit verborgen. Zum einen sollten wir uns nicht gegen den Fluss des Lebens stellen. Zum anderen sollten wir auch selbst die Ursachen dafür setzen, dass die Dinge, die wir haben möchten zu uns kommen können. Wenn du zum Beispiel etwas Neues in deinem Leben haben möchtest, dann solltest du erst einmal Platz dafür machen, damit das Neue auch kommen kann. Wenn du beispielsweise Single bist und einen liebevollen Partner an deiner Seite haben möchtest, dann solltest du dir überlegen, ob du auch bereit bist einen Platz in deinem Leben dafür zu schaffen. Hast du in deiner jetzigen Situation Freiräume und