

Spirituelles Erfahrungslernen

Ich möchte in 2011 eine Vision umsetzen, die sich in letzter Zeit stärker strukturiert hat:

Es ist mir ein Bedürfnis, die seit mehreren hundert Jahren getrennte Wissenschaft und Spiritualität wieder zu verbinden, weil ich diese Zerrissenheit an meinem eigenen Körper gespürt habe ... aber auch, welche Kraft einer neuen, derartigen Verbindung innewohnt bzw. erwächst.

Die Realisierung könnte durch die Gründung einer neuen Schulform erfolgen: Eine Schule für Begegnung und Beziehung, die spirituelles Erfahrungslernen praktiziert und vermittelt, in dem sie Beziehungsdefekte zwischen Verstand und Gefühl (oder mentaler und emotionaler Energie oder wissenschaftlicher und spiritueller Sichtweise) eigenverantwortlich aufspürt und erlöst – und damit die Energieblockaden im Beziehungssystem Mensch bzw. die Bewältigungsstrategien zur vorübergehenden Beruhigung des Gehirnes in seinem Beziehungsgeflecht selbstwirksam durchbricht.

Und nicht zuletzt würde damit der Gewalt im Gehirn begegnet, die solange wirkt (indem sich entweder Mental über Emotional erhebt oder umgekehrt), bis ihr die Grundlage entzogen ist – bis sich das Dilemma durch eine übergeordnete Sichtweise (Emergenz), von ganz allein entstanden und daher stimmig für das ganze System, aufgelöst hat.

Meine Erfahrungen dazu beschreibt der nachfolgende Text, zu dessen Betrachtung ich alle herzlich einlade ... Ich freue mich über ein Feedback.

Tod und Auferstehung

Was ist tot

– etwas, was nicht lebt.

Was definiert Leben?

Leben ist ein Zustand für mich,

wie Liebe auch, zeichnet sich aus durch Kreativität und Freude,

Staunen und Lernen, über das, was mir begegnet

– ähnlich einem kleinen Kind, was die Welt entdeckt...

Und das Kind bewertet diese Welt nicht, die es erfährt durch Berührung oder in Kontaktgehen:

Es schaut sie sich an und lernt.

Doch dabei bleibt es leider nicht ... Die Mitwelt akzeptiert diese Wahrheit des Kindes nicht – im Gegenteil: Sie setzt sich über die Wahrnehmung des Kindes hinweg und legt fest, was richtig ist:

Die Bewertung der Umgebung oder der Familie zeigt dem Kind, wie es sich verhalten muss, um geliebt und anerkannt zu werden.

Illusionen sind geboren, die die eigene Wahrheit zur Lüge diffamieren.

Und vermittelt dem Kind: Das, was Du fühlst, ist nicht richtig, Du bist nicht richtig, Du bist nicht gut genug, nicht klug genug, nicht ordentlich genug, bist nicht clever, alles in Allem: Das, was Du fühlst, passt nicht zu unserem Verständnis von der Welt und dem, wie sie funktioniert.

Und schon ist die erste Gewalt im Leben eines Kindes geboren – die Gewalt der Erziehenden, der Bewertenden, der Masse. Und diese Gewalt wird mit jeder neuen Situation, die so abläuft, im Hirn als „normal“ eingebrannt – der Verstand der Anderen setzt sich über das Gefühl des Kindes oder das Gefühl der Anderen setzt sich über das Gefühl des Kindes und dominiert es ; wenn das Kind vielleicht schon über eigenen Verstand verfügt und sein Gefühl verteidigt, kommt noch eine Moralpredigt von: „Das macht man nicht“, „Solange Du die Füße unter meinen Tisch steckst ...“, „Du bist unverschämt“, „Sei nicht so undankbar ...“ usw.;

es gibt kein Miteinander in beiden Hirnhälften; dies ist für unser Gehirn ein Stresszustand, der möglichst schnell bewältigt werden will ...

Strategien werden erprobt und für gut befunden ... dann stellt sich ein Harmoniegefüge im Hirn ein, was Belohnungs-Botenstoffe freisetzt – das Hirn hat jetzt neu gelernt, wie es mit dem Stress, mit der Gewalt umgeht. Und daran hält es sich dann, weil diese Bewältigung zum Erfolg führt.

Tritt jetzt im Leben eine gleiche oder ähnliche Situation auf, wird aus Bequemlichkeit auf die alte Strategie zurückgegriffen, wenn es keine neue Lern-Erfahrung gibt, die wieder Harmonie herstellt und damit als neue Bewältigungsstrategie hinzugefügt wird. Dabei ist es auch entscheidend, wie oft ich dann diese neue Bewältigungsstrategie anwende, um sie in meinem Hirn dauerhaft zu verankern.

Sicher stimmen Sie mir zu, dass **Gewalt in jeder Form nicht dem Leben dient, es nicht fördert oder unterstützt, sondern es vernichtet.**

Und damit wird klar: Unser Verständnis von Erziehung ist überholt, ist reformationsbedürftig.

Unser Eingreifen in die Erfahrungen der Kinder durch Bewerten und Überstülpen der eigenen Erfahrungen, Sichtweisen, Haltungen, Ängste, Vorstellungen und Regeln auf unsere Kinder, hat fatale Folgen, weil sie eine Form von Gewalt praktiziert, die uns gar nicht bewusst ist, geschweige denn von uns gewollt ist – denn in der Regel wollen Eltern immer nur das Beste für ihre Kinder (wenn sie selbst wenig „Bestes“ erfahren haben, können sie es zudem noch schwerer vermitteln...).

Und somit lernt unser Gehirn frühzeitig mit Gewalt zu paktieren ... aus der Notwendigkeit heraus, zu überleben. Und das ist gut so, sonst wäre unsere Zivilisation schon ausgestorben.

Doch leben wir so wirklich???

Wenn ich meine eigenen Gefühle nicht annehmen und auskosten darf, bin ich dann nicht teilweise von Leben abgeschnitten? Übernehme ich dann nicht etwas, was nicht mir gehört und was ich mir auch nicht selbst erworben habe?

Ist das die Erklärung dafür, dass bei vielen Menschen Mitgefühl ziemlich rar ist? Und dass mir diese „übernommenen“ Erkenntnisse im Leben mit seinen vielfältigen Beziehungen auch nicht weiterhelfen, weil ich ja nicht wirklich etwas gelernt habe ...

Wenn im Hirn von Mitgefühl für eigene Gefühle keine Rede sein kann ... oder wenn die Gefühle sehr stark zum Ausdruck drängen, jedes Mal die Verstandeskeule einsetzt, um diese vermeintliche Gefahr niederzuhalten, weil dies eben der bisher gemachten Erfahrung entspricht.

Und dass ich dann auch nicht über genügend Energie verfüge, um mir mein Leben selbst zu sichern. Damit bin ich gezwungen, mir die Energie von anderen zu rauben ... wieder ein gewaltvoller Vorgang.

Die Lösung

ist ein neues Verständnis für die Zusammenhänge in unserem Gehirn, welches uns die Neurobiologie der letzten Jahrzehnte liefert – **die Umsetzung erfordert neue Erfahrungen, die die alten gewaltsamen Bewältigungen systematisch über-zeugen** durch bessere, friedvollere, kreativere Ansätze (Neu-Schöpfung).

Diese Erfahrungen müssen wir nicht unbedingt in unserem äußeren Umfeld erleben, die Innenwelt bietet sich dafür hervorragend an, weil sie das

repräsentative Abbild meiner neuronalen Verknüpfungen im Gehirn darstellt.

Und alle Ereignisse, die ich in meinem Inneren bearbeite, werden immer sofort (im Jetzt) wirksam, weil das Gehirn keine Zeitqualitäten, wie Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft unterscheidet. Und sie werden auch selbst-wirksam, weil es ja mein Inneres ist, was die Lernerfahrung macht;

durch Betroffenheit (ich schaue in meinem Inneren immer in einen großen Spiegel ... alles bin ich ... alles sind meine Bilder, ... so sieht meine Wahrnehmung von der Welt aus),

wird ein Stück Erstarrtes (ein totes, unbewegliches Bild, was die alte Situation abbildet, in welcher ich meine eigene Wahrheit verleugnen musste)

wieder lebendig und erzeugt ein neues Gefühl;

dadurch bin ich in der Lage, neue Gedanken zu gebären, die mit diesem neuen Gefühl harmonieren, und eine neue Lösung zu kreieren, die damit eine übergeordnete Ebene einnimmt.

Hier spreche ich von Auferstehung.

Der Tod (ist für mich auch gleichbedeutend mit der Opferrolle – den Täter mit eingeschlossen -, die mir eine schöpferische Eigenverantwortung aberkennt) ... **wird überwunden.**

Dies ist ein zutiefst schöpferischer Vorgang, der „unser Gehirn in den Modus einer programmöffnenden Konstruktion versetzt, bei der Lernen durch Erfahrung oberste Priorität besitzt.“ (Ausspruch von Prof. Dr. Gerald Hüther, Neurobiologe, Deutschland).

Eine kontinuierliche Anwendung überschreibt die alten, gewaltgeprägten Strukturen und ersetzt sie durch lebendige und kreative Lösungen.



Christina Barbara Peters 24.01.2011