

# Nicht wollen ist auch wollen

---

Warum ist das, was du ~~nicht~~ willst ein unmittelbarer Befehl an das Leben, dass es in Erscheinung tritt?

Die ganz einfache, essenzielle, simple und klare Antwort auf die Frage: *„Warum das, was du ~~nicht~~ willst ein Befehl an das Leben ist, dass es in Erscheinung tritt.“* ist folgende:

***Das worauf sich die Aufmerksamkeit richtet, wird zur Realität. Immerwährend, ununterbrochen, vollkommen und direkt, egal auf welches Phänomen oder Gegebenheit sich diese bezieht.***

Warum gibt es auf der einen Seite Kettenraucher, die nach 20 Jahren von einem Tag auf den anderen, aufgehört haben zu rauchen und nicht rückfällig werden?

Und wo ist die Logik hinter der Tatsache, dass es auf der anderen Seite bestimmte Menschen gibt, die immer wieder aufs Neue aufhören wollen zu rauchen, die sogar auf das Zigarettenpäckchen drauf schreiben: *„Ich rauche nicht mehr. Ich höre auf zu rauchen.“* und dennoch weiterhin die Zigarette in die Hand nehmen, mitunter sogar noch mehr und öfter als zuvor?

Wie ist das zu verstehen?

Der klassische, in der Psychologie immer wieder verwendete Satz: *„Denke nicht an den rosa Elefanten!“* verdeutlicht den Sachverhalt in diesem Zusammenhang sehr gut und ich möchte diesen hiermit als Beispiel nehmen.

Was erscheint mental bei der Aussage: *„Denke nicht an den rosa Elefanten!“*?

Genau, der ‚rosa Elefant‘.

Und wo wäre der Unterschied, wenn die Aussage folgendermaßen lauten würde:

*„Denke an den rosa Elefanten!“*

Es erscheint der ‚rosa Elefant‘.

Merkst du was?

Genau, in beiden Fällen handelt es sich um eine logische Abfolge eines Phänomens der Ursache und Wirkung, dass durch einen mentalen Gedankenprozess in Erscheinung getreten ist, da sich die Aufmerksamkeit vollkommen auf die Darstellung eines rosa Elefanten gerichtet hat.

Das Wort: ‚~~nicht~~‘ hat dabei keinerlei Relevanz und es existiert an sich nicht, denn in beiden Aussagevarianten handelt es sich um einen Befehl einer Realisation bestimmter Gedanken, die sich sozusagen ‚materialisiert‘ haben bzw. zu dem geworden sind, was mental vor deinem innerem Auge im gegebenen Moment erscheint.

Angenommen du hast eine schlechte Gewohnheit, die du ändern willst, da sie dir und mit dem, was du vom Herzen in der Erscheinung der Welt sein und manifestieren möchtest, nicht im Einklang ist

bzw. dir im Weg steht, dich in deinem höchstmöglichen göttlichen Potenzial zu realisieren, das nur möglich ist.

Bleiben wir doch bei dem Beispiel des Zigarettenrauchens.

Die Variante des Versuchens mit Rauchen aufzuhören, haben wir schon angerissen und beleuchtet:

„Ich möchte ~~nicht~~ mehr rauchen.“ bewirkt weiterhin rauchen od. sogar mehr rauchen zu möchten.

„Ich will ~~nicht~~ rauchen!“ bewirkt weiterhin rauchen zu wollen.

„Ich kann ~~nicht~~ mehr rauchen.“ Ist eine Bestätigung mehr rauchen zu können.

„Ich höre auf zu rauchen!“ Ist ein bewusstes Richten der Aufmerksamkeit auf das Rauchen selbst und bestätigt das Rauchen.

Ist all dies nicht ein Zeugnis der Unbewusstheit, das einen unaufhörlichen, selbstzerstörerischen und leidvollen Teufelskreis mit sich bringt, aus dem es keinen Ausweg zu geben scheint?

Es ist viiiiiiiel simpler und einfacher...

Ja, genau, es erfordert überhaupt keinerlei Anstrengung!

Im Gegenteil. Du musst einfach nur still sein.

Die Antwort warum du immer wieder in deine alten, selbstzerstörerischen Gewohnheiten und Gedankengänge, die zur Realität werden, verfallst, die dich immer wieder aufs Neue klein halten und deine wahre Potenzialentwicklung behindern, ist deine Unbewusstheit und dein scheinbares Vergessen, dessen was du in Wirklichkeit bist: ein göttlicher Schöpfer/in, dem/der das unendliche Potenzial bereitsteht, dich in diesem Moment auf die schönst mögliche Art zu manifestieren.

Über bewusstes Wahrnehmen der mentalen Gedankenvorgänge, das bewusste Wahrnehmen und unvoreingenommenes Beobachten der limitierenden und zerstörerischen Gedanken, Ideen und Konzepten, die du möglicherweise jahrelang unbewusst, teilweise sogar vom Kindesalter an, mitgetragen und gelebt hast, öffnest du dich immer mehr deiner wahren Natur, deiner Göttlichkeit, die keine Störung, kein Problem, keine Abhängigkeit, keine Anhaftung, keine Limitierung kennt.

Immer mehr kommst du durch inneres Anhalten, das Zulassen und bewusstes Beobachten, dessen, was im Verstand passiert, zur Ruhe, Gelassenheit und fortschreitender Gedankenlosigkeit, die automatisch mit dem einhergeht, wonach du dich am meisten sehnst, der totalen Freiheit, dich so zu realisieren, wie deine göttliche Natur es für dich vorgesehen hat.

In der Meditation, dem bloßen Beobachten des Verstandes und seiner Aktivitäten, lösen sich alle dunklen, zerstörerischen Gedankengänge wie im Nichts auf. Gleichzeitig stellt sich der Frieden deiner Natur wieder ein, immerwährend im Einklang des Herzens, der schönst möglichen Art, dich zu realisieren, hier und jetzt so zu leben, wie das was du bist, das Herz, es möchte.