

VOM DENKEN ZUR WAHRNEHMUNG.

DIE WIRKLICHKEIT HINTER DEM SCHEIN ERKENNEN.

Ein wichtiger Schritt in Ihrer "individuellen Evolution" auf dem Weg vom Erwachsenen zum "Erwachten" ist der Schritt vom Denken zur Wahrnehmung, von der Meinung über etwas, zum unmittelbaren Erkennen der Wirklichkeit.

Die Wahrnehmung ist eine natürliche Fähigkeit eines JEDEN Erwachten. Zu erkennen, ob jemand die Wahrheit sagt, oder ob er nur glaubt, dass das so ist, oder ob er genau weiss, dass das falsch ist, was er sagt und WARUM er lügt. Alles das erfassen Sie mit der Wahrnehmung in "Null-Zeit".

Die natürliche Fähigkeit der Wahrnehmung hilft aber auch, die richtige Entscheidung zu "treffen". Nicht nur gelegentlich, oder meistens, sondern IN JEDEM EINZELNEN FALL. Das betrifft die Berufswahl ebenso, wie die Partnerwahl, sodass Sie VORHER schon wissen, OB es die richtige Wahl ist, welche Aufgaben damit verbunden sind und wie man sie optimal löst. Und ALLES erfassen Sie nicht linear, nacheinander, sondern gleichzeitig.

Sobald Sie aber denken, zieht der Verstand die Aufmerksamkeit auf die Gedanken und DIE WAHRNEHMUNG IST BLOCKIERT, weil die "Leitung" besetzt ist. Wahrnehmung findet zwar statt, aber sie kann nicht wahrgenommen werden, weil NUR EIN PROGRAMM empfangen werden KANN.

ALLES was ist, war, oder sein wird, kann wahrgenommen werden, Wahrnehmen ist SEHEN MIT DEN AUGEN DER SEELE. Sobald Sie wahrnehmen, SIND Sie im JETZT und bei Bewusstsein, denn Sie KÖNNEN nicht vorhin wahrnehmen, oder nachher, sondern nur jetzt, aber Sie können JETZT wahrnehmen, was vorhin geschehen ist, oder nachher geschehen wird.

Das Denken entfällt und wird umfassend ersetzt, durch die Wahrnehmung dessen, was geschieht. Worüber sollten Sie auch nach denken, Sie erleben ja "life", was gerade geschieht. Mit dem Denken verschwindet auch die "Illusion des ich" und das "unpersönliche Leben" beginnt, ein Leben in der "Unmittelbarkeit des JETZT".

Der erste Schritt zur Wahrnehmung ist das Herstellen von Gedankenstille. Sie konzentrieren die Vielfalt Ihrer Gedanken auf einen Punkt und beobachten Ihren Atem. Nichts verändern, nur beobachten. Kommt ein anderer Gedanke, sagen Sie: "Jetzt nicht, jetzt beobachte ich nur meinen Atem" bis das Ihr einziger Gedanke ist und Sie der stille Beobachter Ihres Atems sind. Wenn das wirklich Ihr einziger Gedanke ist, lassen Sie auch diesen los und erleben bewusst Gedankenstille. Worauf Sie jetzt Ihr Bewusstsein richten, das nehmen Sie wahr. Dabei kommen Sie in den "Alpha-Zustand", eine Gehirn-stromfrequenz von 7 - 14 Hertz, ein Zustand vollkommener Ruhe und gleichzeitig voller Achtsamkeit und Geistesgegenwart.

Sie können von da an jederzeit durch die "Tor der Gedankenstille" eintreten in die natürliche Fähigkeit der Wahrnehmung und nehmen wahr, worauf Sie Ihr Bewusstsein richten. Sie können so auch Ihre eigene, natürliche Vollkommenheit wahrnehmen und wer Sie WIRKLICH sind. Sie "schauen" mit geschlossenen Augen nach oben, durch Ihre Schädeldecke hindurch und sind in wenigen Sekunden in "Alpha" und in der Wahrnehmung, nehmen Sie eine Situation, eine Beziehung, einen Umstand, oder ein Symptom in Ihr Bewusstsein, während Sie bewegungslos und gedankenstill in Ihrer Mitte ruhen und plötzlich nehmen Sie wahr, wodurch die Situation entstanden ist und was zu tun ist und wenn Sie wollen, BLEIBEN Sie in der Gedankenstille, im JETZT und in der Wahrnehmung und erkennen, das ist Ihr natürlicher Zustand und nehmen STANDIG wahr.

WAHRNEHMEN WAS IST

Eintreten in die natürliche Fähigkeit der Wahrnehmung.

ALLES was ist, war oder sein wird, kann jederzeit wahrgenommen werden. Achtsamkeit ist absolut urteilsfrei und nimmt einfach nur wahr, was IST. Solange Sie aber nicht "bei Bewusstsein" sind, ist Wahrnehmung nicht möglich, sondern der Verstand beobachtet nur den Verstand. Wahrnehmung ist von seiner Natur her umfassend und frei von Fehlern. Es lässt nichts weg und fügt nicht hinzu, sondern nimmt wahr, was IST. Wahrnehmung ist nur möglich in "Gedankenstille" und solange die "Leitung" durch Denken besetzt ist, kann Wahrnehmung nicht stattfinden.

Das heisst, wir nehmen trotzdem STÄNDIG wahr, aber da die Leitung besetzt ist, kann die Wahrnehmung nicht in unser Bewusstsein treten. Sobald Sie wahrnehmen, sind Sie "bei Bewusstsein" und damit im JETZT'. Das Denken entfällt und wird umfassend ersetzt, durch die Wahrnehmung dessen, was geschieht. Worüber sollten Sie auch nachdenken, Sie erleben ja "life", was gerade geschieht.

Mit dem Denken verschwindet auch die "Illusion des ich", das sich anmaste, alles regeln zu müssen, ohne es zu können. Das "unpersönliche Leben" beginnt, frei von einem ständig urteilenden "Ich" und Sie erkennen, das ist Ihr natürlicher Zustand. Es ist ein Leben in der "Unmittelbarkeit des JETZT".

Indem Sie Ihre Aufmerksamkeit auf Ihr Wahres SEIN richten, kommen Sie "zu Bewusstsein" und sind in der Wahrnehmung. Und indem Sie Ihre Aufmerksamkeit auf Ihr Wahres SEIN gerichtet HALTEN, erleben Sie sich als reine Existenz, vollkommenes, ewiges SEIN

Wahrnehmung kurz gefasst:

Ich mache mir bewusst, wer ich wirklich BIN.

Ich gehe in die GEDANKENSTILLE und BEWEGUNGSLOSIGKEIT.

Sie erkennen, dass Wahrnehmung eine natürliche Fähigkeit ist.

Ich richte meine AUFMERKSAMKEIT auf das, was ich wahrnehmen will.

Ich schaue es einfach nur an, und nehme wahr, was "geschieht".

Ich kann auch eine Frage stellen, oder damit "umgehen".

Ich kann auch wahrnehmen, wer ich WIRKLICH bin.

Ich erkenne so die "Wirklichkeit HINTER dem Schein.

Wahrnehmung braucht **Gedankenstille und Bewegungslosigkeit.**

Ich kann nicht über die Erinnerung zur Wahrnehmung kommen.

Wahrnehmen ist, erkennen, was WIRKLICH ist.

Von da an halten Sie Ihre Aufmerksamkeit STÄNDIG gerichtet auf Ihr Wahres SEIN, auf den, der Sie WIRKLICH sind und erleben das Leben unmittelbar. Sie haben keine Verwendung mehr für das Denken, denn worüber sollten Sie nachdenken, Sie erleben ja "life" was gerade geschieht.

Willkommen in der Wirklichkeit.

KURT TEPPERWEIN