

Nicht wertende Wahrnehmung

Von Lisa Renee auf ihrem Blog energeticsynthesis.com; übersetzt von Taygeta

*Dank der lichtvollen Arbeit von spiritscape können wir diesen Beitrag auch als Video anbieten!
Dieses findet ihr am Ende des Beitrages!*

Eine unvoreingenommene Wahrnehmung besteht einfach darin, davon abzusehen, Erfahrungen mit Menschen, Orten oder Dingen automatisch zu katalogisieren und mit Begriffen zu versehen, die positive oder negative Überzeugungen enthalten, wie z.B. etwas mit guten oder schlechten Etiketten, welche Vorurteile, Spaltung und Engstirnigkeit zum Ausdruck bringen, zu versehen. Unsere Lernerfahrungen im Leben manifestieren sich in den grossen Kontrasten, denen wir begegnen, in den katalytischen Bewegungen, die sich zwischen Paaren mit entgegengesetzter Energien abspielen, wenn sie sich im Physischen treffen. Wenn wir diese gegensätzlichen Pole als Natur der Realität akzeptieren, finden wir mehr Akzeptanz für uns selbst, und wir hören auf zu versuchen, andere zu kontrollieren und zu beurteilen. Wir erkennen, dass andere den gleichen Lernprozess wie wir durchmachen, indem wir viele verschiedene Kontraste in den Gegensatzpaaren treffen, die sich im Leben zeigen.



Wenn wir uns durch sehr herausfordernde Umstände bewegen, die viele störende Kontraste in unser Leben bringen, werden wir im Allgemeinen im Nachhinein feststellen, wie viel Potenzial diese schwierigen Situationen hatten, um Selbsterkenntnis und Weisheit zu generieren. Wenn wir solche schwierigen Herausforderungen mit unvoreingenommenem Bewusstsein angehen, finden wir tiefere Einsichten darüber, wer wir wirklich sind, und wir stellen möglicherweise fest, dass uns solche Ereignisse auf völlig neue Bahnen auf unserem Lebensweg geführt haben. Wenn wir zu einem bestimmten Zeitpunkt im Leben eine schmerzhaft oder schwierige Herausforderung ertragen müssen, mögen wir sie während jener Zeit als sehr negativ bezeichnen, um später herauszufinden, wie viel wir wirklich durch die Veränderung, die uns die entsprechende

Erfahrung gebracht hat, gewonnen haben. Es gibt enorme Möglichkeiten für persönliches Wachstum, die sich in den grossen Herausforderungen verbergen, in den vielen Situationen und auch Menschen, die wir zum Zeitpunkt des Geschehens als extrem negativ beurteilt haben. Später können wir den Silberstreifen am Horizont finden, indem wir begreifen, wie diese Erfahrung uns geholfen hat, der stärkere und selbstbewusstere Mensch zu werden, die wir heute sind.

Die Bewusstseinskontrolle durch das negative Ego hat die Menschen dazu gebracht, übermässig wertend zu sein. Und dies fördert die mentale Starrheit, und das emotionale Wachstum wird gehemmt. Es nimmt uns die Möglichkeit, von anderen zu lernen, die abweichende Wahrnehmungen haben. Wenn wir urteilend sind, verengen wir unser Bewusstsein auf kleinere Räume, die Begrenzungen erzeugen und die Selbsterkenntnis blockieren. Sowohl ständige Selbstkritik als auch wertendes Denken wirkt sich negativ auf Körper, Geist und Seele aus, es trübt die Wahrnehmung enorm und richtet Schaden an unserer Entscheidungsfähigkeit an.

Wenn wir unvoreingenommen sind, sind wir aufgeschlossen. Wir erlauben unserem Geist, sich durch die Ideen, Wahrnehmungen und Erfahrungen, die durch andere Linsen weitergegeben werden, zu erweitern. Auf diese Weise gewinnen wir eine viel grössere Perspektive, die mehr Menschen miteinbezieht, und wir gewinnen mehr Wissen über die Welt, in der wir leben. Wenn wir bereit sind, aufgeschlossen zu sein, und wir aufhören, der Angst zu erlauben, unsere Wahrnehmungen zu kontrollieren, gewinnen wir auch eine viel grössere persönliche Unterscheidungsfähigkeit, die die Notwendigkeit ersetzt, Urteile zu fällen. Offenheit und unvoreingenommenes Bewusstsein ermöglichen tiefere Empfindungen des Teilens von sinnvollen Erfahrungen durch das Gefühl der Verbundenheit, durch das Gefühl der Einheit mit anderen. Wenn wir aufgeschlossen sind und danach streben, unsere unvoreingenommene Wahrnehmung zu verbessern, sind wir eher bereit, andere tief zu verstehen und zu tolerieren, weil wir Empathie für sie haben. Wir fangen an, die grössere Perspektive zu sehen und wissen, dass viele Menschen auf der Erde sehr herausfordernde Probleme, vielleicht sogar bittere Armut und Hunger, ertragen haben und daher andere Standpunkte und andere Werte als unsere eigenen vertreten.

Stoppen der wertenden und verurteilenden Verhaltensweisen

Wenn du dich selbst in deinem Selbstgespräch als wertend empfindest oder wertende Ansichten über andere äusserst, besonders in oberflächlicher Weise, und wenn du nichts über die betreffende Person aus direkter Erfahrung weisst, dann beobachte dich selbst genau und halte dich davon ab, den Gedankengang fortzusetzen oder ihn in bösartigen Klatsch einfließen zu lassen. Entscheide dich stattdessen für liebevolle Güte. Indem du dich bemühst, die Wahrnehmungen anderer tiefer zu verstehen und Empathie für sie zu haben, wird das dir helfen, besser zu verstehen, wie sie sich fühlen und warum sie sich so fühlen. Versetze dich in ihre Lage und frage dich, wie du dich in jenen Umständen fühlen würdest, in denen sie sich gerade befinden.



Sei dir der Tatsache bewusst, dass mentale Starrheit ein archontisches Täuschungsverhalten ist, das in unserer Gesellschaft gefördert wird, um die Menschheit dazu zu konditionieren, wertender und engstirniger zu sein, um so die angstbasierten und antimenschlichen Gedankenkontrollstrukturen durchzusetzen, die für die Versklavung der Bevölkerung durch Teilung und Eroberungstaktiken verwendet werden. Das urteilende Denken ist die Ursache für grosse Turbulenzen in unserem inneren Dialog, und so können Urteile sehr zerstörerische Energien sein, die grosse Schwere in Herz und Seele verursachen.

Menschen, die sich auf Glaubenssysteme des Negativen Egos verlassen, die durch die 3D-Kontrollstrukturen eingeführt wurden, neigen dazu, übermässige mentale Starrheit aufzubauen. Sie sind unfähig, geistig flexibel und offen zu sein. Übermässige mentale Starrheit ergibt sich aus der Notwendigkeit, die Umgebung und andere zu kontrollieren, was zu einem Controller-Typ der Persönlichkeit führt und zu mentalen Brüchen und inkohärentem Denken führen kann, wenn es nicht korrigiert wird.

Die Menschen, die werten, denken sehr oberflächlich und neigen dazu, Menschen mit abweichendem Glaubenssystem oder einem anderem sozioökonomischem oder kulturellen Hintergrund nicht zu akzeptieren. Auch suchen wertende Menschen fast nie danach, andere zu verstehen, sondern verbringen stattdessen ihre Freizeit damit, nach Realitätsblasen zu suchen, die ihre Vorurteile bestätigen und verstärken. Sie lieben es möglicherweise, sich an der Verbreitung von Klatsch über andere Menschen, die sie als minderwertig betrachten, zu beteiligen.

Manchmal werden Urteile gebildet, um bestimmten Gefühlen zu entkommen. Denn wir können uns sehr unwohl fühlen mit ungewohnten Gedanken, die von anderen ausgelöst werden. Manchmal weigern sich wertende Menschen, Verantwortung für ihre eigenen Gefühle zu

übernehmen, besonders wenn es ihnen schwer fällt, in emotional aufgeladenen Themen Akzeptanz zu finden. Durch das Praktizieren von wachsender mitfühlender Akzeptanz können wertende Gedanken gestoppt werden. Das bedeutet zu akzeptieren, was man innerlich wirklich fühlt, und zu unterlassen, sich selbst durch diese Gefühle zu definieren. Wir können Emotionen, die wir erfahren, in unserem Körper lokalisieren, und diese anzuerkennen erlaubt es uns, schwierige Gefühle mit Mitgefühl und liebevoller Güte zu umgeben.

Wenn du dich in einem inneren oder äusseren Dialog von Urteil und Kritik befindest, musst du dir das zuerst bewusst machen. Suche nach der Quelle, woher diese Gedanken kommen. Kommen sie aus der Umwelt oder kommen sie aus tief verwurzelten Ängsten und Unsicherheiten? Eine der wichtigsten Kompetenzen im Lebens ist es, darauf zu achten, wie man es zur Kenntnis nimmt, wenn man einer Sache ausgesetzt ist, oder auch nur darauf zu achten, was man denkt, wenn man allein ist. Wenn du negative oder wertende Gedanken bemerkst, kannst du diese Gedanken neu ausrichten zu etwas Positivem, einfach indem du in diesem Moment die Entscheidung triffst, dies zu tun. Die Entscheidung, mitfühlend und freundlich zu sich selbst und anderen zu sein, verschiebt die Negativität sofort, die durch das Urteilen und Kritisieren gebildet wurde. Umgib dich mit Mitgefühl und positiven Menschen, die freundlich und fürsorglich zu anderen sind. Nimm es wahr, wenn es extrem wertende Menschen um dich herum gibt, die immer andere kritisieren oder verurteilen, und lasse ihre Negativität sich nicht auf dein Verhalten abfärben. Barsch kritisierende Leute können negative Energie in einem Raum wie einen Virus verbreiten, also schirme dich ab, um solche Negativität wegzulenken. Verpflichte dich selbst, in jedem Fall eine mitfühlende und freundliche Person zu sein, dann werden die Resultate von übermässiger Negativität neutralisiert. Eine nicht wertende Wahrnehmung durch das Praktizieren des Mitgefühls ist der Schlüssel zum Durchbrechen des Musters, übermässig wertend und kritisch zu sein.

Barmherzigkeit ist eine Tugend der '[Geister Christi](#)', eine in der die emotionalen Fähigkeiten von Empathie und Sympathie (für das Leiden anderer) als Teil der Liebe selbst verstanden werden, und sie ist der Eckpfeiler einer stärkeren sozialen Vernetzung und des Welthumanismus, der den höchsten Prinzipien in Philosophie, Gesellschaft und Persönlichkeit zugrunde liegt.