

Mind Hacking: Kognitive Resonanz vs. kognitive Dissonanz

gefunden auf [Quelle – TheDivineFrequency](#), geschrieben von Teresa Yanaros, übersetzt von Antares



Wenn du diesen Artikel liest, stehen die Chancen gut, dass du eine Affinität bezüglich der Suche nach der Wahrheit der Dinge hast. Du magst diesen Wunsch als ein Feuer innerhalb von dir definieren, das dich konsequent vorantreibt. Wenn du leidenschaftlich daran interessiert bist, deine Sicht der Welt um dich herum alltäglich zu aktualisieren und zu verbessern, wodurch du deine Wahrnehmung der Realität erhöhst und dich mit der ultimativen Energiequelle verbindest, nimmst du aktiv an der Evolution des kollektiven Bewusstseins teil. Auf geht's. (Publikumsapplaus ?)

WUSSTEST DU ...

Spiritueller Hack: Wenn du diese Leidenschaft verspürst, verbindet dich dies mit dem wahren Schöpfer der Quelle, dem, was um dich herum und in dir ist.

Lass uns zuerst einen Schritt zurücktreten.

Was ist kognitive Dissonanz?

Gemäss der Theorie der kognitiven Dissonanz liegt in uns eine Tendenz zugrunde, dass Individuen nach einer Konsistenz zwischen ihren Kognitionen (also Überzeugungen & Meinungen) suchen. Wenn es eine Inkonsistenz zwischen den Einstellungen oder Verhaltensweisen gibt (Dissonanz), muss etwas verändert werden, um diese Dissonanz zu beseitigen. Im Falle einer Diskrepanz zwischen den Einstellungen und dem Verhalten ist es sehr wahrscheinlich, dass sich die Einstellung /Glauben ändert, um dem Verhalten Rechnung zu tragen.

– [Instruktionsdesign](#)

Um es hiermit zusammenzufassen: Der Mensch möchte lieber nicht seine Denkmuster verändern. Stattdessen würde er viel lieber sein Verhalten abändern, um die alten Denkmuster bereits von vornherein zu berücksichtigen, die schon vorhanden sind. Es ist erheblich unwahrscheinlicher, dass er sich sicher und wohl fühlen wird, wenn es darum geht, ein neues Denkmuster zu erschaffen und etwas loszulassen, das seiner Welt nicht länger dient. Es ist viel wahrscheinlicher, dass sich der Mensch weigert, eine neues Stück an Informationen zu akzeptieren, um sein Verständnis der Welt zu verändern und anschliessend ein neues Verhalten zu entwickeln, was auf dem neuen Denkmuster basiert. Sich mit dem Letztgenannten zu beschäftigen ermöglicht eine Erweiterung des Bewusstseins anstelle einer Stasis.

Lass mich ein Beispiel geben.

Jeden Morgen bist du aufgewacht – über 20 Jahre – und hast die Morgennachrichten auf Chanel 777 gesehen. Du hast Eis zum Frühstück gegessen, weil dir beigebracht wurde, dies sei die gesündeste Frühstücksnahrung, die du überhaupt essen kannst.

Eines Morgens wachst du auf und schaltest die Nachrichten ein, und die Nachrichtensprecher sagen dir, Eiscreme sei eigentlich wirklich ungesund, und du mögest sie nie wieder essen. Sie präsentieren umfangreiche Datenmengen, um sie der Beweislast anzufügen. Quellen, die aus der gesamten Welt stammen, gehen an den Start und präsentieren auch Beweise dafür, dass dies wahr ist.

Haftungsausschluss: Dies ist nur der Anfang. Ich unterstütze nicht blindlings, was die Medien uns erzählen. Tatsächlich glaube ich genau das Gegenteil. Wenn neue Datenpunkte in dein Feld eintreten, markiert dies den Beginn des bewussten evolutionären Prozesses. Als nächstes musst du dein eigenes Unterscheidungsvermögen sehr sorgfältig zur Untersuchung der Angaben, die andere geltend machen, abwägen und auch der Ansichten, die du kund tust, usw.. Ok, zurück zum Beispiel.

Siehe da! Die neuen Stückchen von Informationen gelangen in deine Welt.



Dies ist eine Gelegenheit, selbst nachzuforschen und diesen Datenpunkt in dein Repertoire der Weisheit zu integrieren. Erstens, es erfordert ein Umdenken und die Notwendigkeit, deinen ‚Computer‘ mit den Erfahrungen neu zu starten, um dein Leben in einen neuen Kontext zu stellen und diesen neuen Datenpunkt zu integrieren. Du müsstest dich der Tatsache von Angesicht zu Angesicht stellen, dass du 20 Jahre lang jeden Tag Eis zum Frühstück gegessen hast, was eigentlich schädlich für deine Gesundheit war ... und dann müsstest du deine Essgewohnheiten ändern.



Veränderung ist unkomfortabel. Der menschliche Verstand neigt dazu, gegen den „Aufruf zum Handeln“ anzukämpfen und wirft diesen Fällen meist einen Temperamentsturm entgegen. Da diese Art von Informationen kognitive Dissonanzen verursacht, entscheidest du, dass die Nachrichtensprecher davon erfüllt sind und somit falsch liegen *müssen*. Daher veränderst du dein Verhalten, statt dein Denkmuster über die Eiscreme. Du beschließt, Channel 777 nie wieder anzuschauen, und du isst weiterhin jeden Morgen Eiscreme, weil die Nachrichtensprecher mit Sicherheit falsch liegen.



Sich vom neuen Denkmuster abzuwenden, ist viel bequemer, als die Art und Weise zu verändern, wie du denkst, und dann dein Verhalten auf einen neuen Stand anzupassen, um mit diesen neuen Überzeugungen übereinzustimmen.

Seien wir mal ehrlich.

Sich Veränderungen gegenüber offen zu halten und unsere Denkmuster zu erneuern, liegt fast NICHT innerhalb unserer Programmierung. In den meisten Fällen hat unsere Erziehung dieses innere neugierige Kind ausgelöscht und uns stattdessen belehrt, dem Strom zu folgen und die Regeln einzuhalten. Dies hat dazu geführt, dass sich unser Geist in Stasis befindet, einer Periode oder einem Zustand der Inaktivität oder des Gleichgewichts. Es erscheint uns als komfortabel, wenn unsere Umgebung und die Daten, die wir aus unserer Umgebung erhalten, uns bestätigen, was wir bereits als wahr erachten.

Hast du schon jemals von Unaufmerksamkeitsblindheit gehört?

Die Leute vom [Smithsonian Magazine](#) haben 2012 ein Experiment durchgeführt. Schau es dir an:

In unserer bekanntesten Demonstration zeigten wir Leuten ein Video und baten sie zu zählen, wie oft drei Basketballspieler in weissen Hemden sich einen Ball zuspielen. Nach etwa 30 Sekunden schlenderte eine Frau in einem Gorilla-Anzug in die Szene, stellte sich der Kamera, klopfte auf die Brust und geht weg. Die Hälfte der Zuschauer sah sie nicht. Tatsächlich sahen einige Leute den Gorilla direkt an und nahmen ihn nicht wahr. [Anmerkung der Übersetzerin: Ich kenne das Video aus dem Notfalltraining für Reanimationen auf unserer Intensivstation, als ich dort arbeitete ... ich kann diese Angaben über viele der Kollegen berichten ... sie sahen den Gorilla wirklich nicht!]

[Daniel Simmons](#), Smithsonian Magazine

Was bedeutet das?

Nun, man kann folgende Schlussfolgerungen ziehen:

1. Wir haben die Tendenz, die Wahrheit schlicht nicht wahrzunehmen, besonders wenn sie uns direkt ins Gesicht starrt.
2. Um so lauter die Beweise sind, desto fester nehmen wir unsere begrenzten Ansichten der Realität in den Schwitzkasten.

Doch, was würde passieren, wenn ich dir sagen würde, dass das nicht wahr ist?

Spoiler-Alarm: Das ist nicht wahr! Oder besser gesagt, es MUSS nicht sein.

Die Macht der Wahl

Du, als ein göttliches Wesen auf diesem schönen Planeten, wurdest mit der Kraft des *Freien Willens* beschenkt. Du kannst buchstäblich in jedem Moment *wählen*, ob du dich voll und ganz auf deine Erfahrung einlassen willst oder nicht. Wie verbindest du dich mit deiner Wahrnehmung der Realität? Bist du metakognitiv bezüglich der Gedanken, die du hast und warum du sie denkst? (Übrigens, Metakognition ist „das Nachdenken über das Denken“.)

Und hier kommt der Deal.

Die Menschheit *wacht auf*.

Auf einer riesigen und immensen Art und Weise.

Die Menschen lösen all ihre begrenzten Glaubenssysteme wie verrückt aus den alten Schichten heraus. Andere werden in die Tiefen der selbst entworfenen Gefängnisse heruntergezogen. Eine wachsende Gemeinschaft von kraftvollen Führern im neuen Denken organisiert und entscheidet, dieses *Wissen über die Macht der Wahl* zu verbreiten. Du bist in einer Gesellschaft aufgewachsen, die dir sagt, dass du schlafend bleiben sollst. Wirst du dich entscheiden, aufzuwachen? Wirst du dich nun entscheiden, Eingeweihter zu sein oder einer, der sich für den Weg zu einem höheren Bewusstsein entscheidet? Es ist nicht der leichte Weg, wie ich es in diesem Artikel beschrieben habe. Es ist tatsächlich der Weg der Veränderung.

Der Weg der Veränderung

Falls du dich *entscheidest*, dich zu verändern, verdrahtest du dein Gehirn neu, um die Gestaltbarkeit innerhalb deiner Realität zu erlauben. Du behältst dir das Recht vor, deine Meinung zu ändern. Wenn du dich darin übst, solche Gedanken loszulassen, die dich weiterhin unten halten und deinen Geist für die endlosen Möglichkeiten um dich herum öffnest, *wählst* du, in den magischen Bewusstseinszustand zu gehen. Dies ermöglicht es dir, in deinen Flow-Zustand einzutreten oder den Zustand des Geistes, in dem die Zeit aufhört zu existieren und du wie ein Kind der Schöpfer bist mit all den zur Verfügung stehenden Werkzeugen. Niemand kann dir sagen, was die Realität ist, denn du bist tief in den letzten Zügen der Entdeckung deiner selbst! Du bist nicht weiter nur mehr ein passiver Beobachter der Realität, wobei du die Perspektiven anderer Menschen aufnimmst und als deine eigenen nachplapperst.

Du bist der Magier deines Lebens und der Meister deiner Erfahrung.

Überprüfung der Realität

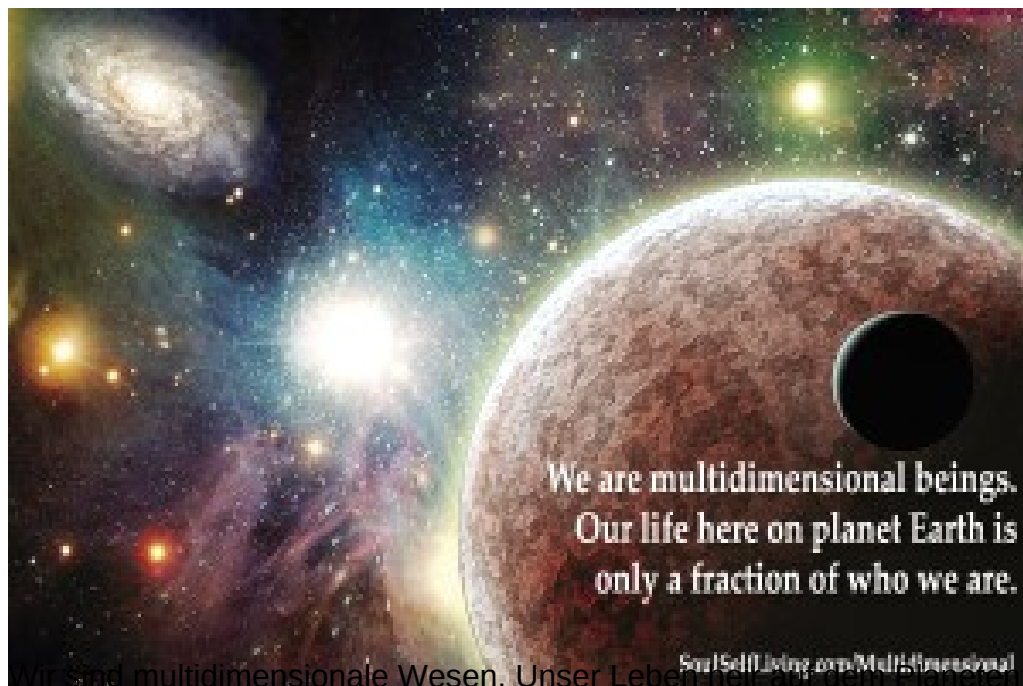
Wenn du [Divine Frequency](#) folgst, hast du vielleicht bemerkt, dass wir eine Tonne fokussierte Inhalte über die aktive Bewegung publizieren, die gerade auf diesem Planeten in Richtung der Bewusstseinsweiterung vor sich geht. In der vergangenen Woche haben wir eine Menge von Perspektiven gebracht, die aus der gesamten Bewegung resultieren, die im Zusammenhang mit der jüngsten Konferenz auf der [ECETI Ranch](#) in Trout Lake, Washington stehen. [Soul Tech](#) war buchstäblich ein Treffen von über 200 Menschen, welches auf dieses Denkmuster ausgerichtet war ... offen für die Veränderungen und die endlosen Möglichkeiten um uns herum zu sein!

Daher lautet die Frage:

Bist du mit der Kognitiven Dissonanz oder der kognitiven Resonanz ausgerichtet?

Wenn du offen für die Möglichkeit bist, dass jederzeit neue Wahrheiten in deine Existenz einfließen, lässt du die Gedankenmuster los, die dich im Zustand Kognitiver Dissonanz oder eben einer statischen Denkweise halten. Du bist offen für die Idee, dass dein Leben immer eine nach aussen fließende spiralförmige Reise ist, und somit lässt du das Bedürfnis los, alles zu wissen. Du bist nicht im Kampf – oder Fluchtmodus. Du bist nicht prädisponiert, um dich in angstbasierten Fallen des Denkens zu verfangen. Du befindest dich in einem ausgewogenen Zustand, in dem du dich ruhig mit deiner Umgebung auseinandersetzt, ohne Widerstand gegen die Gedanken und Umstände, die aufkommen. Du bist zwischen der Weisheit, die du durch deine Lebenserfahrung erlangst, und der Intuition bezüglich der Wahrnehmung deines Körper über deine Umgebung in einer Balance. Dadurch bist du in der Lage, die Fähigkeiten deines Unterscheidungsvermögens aktiv zu nutzen und erfolgreich abzuwägen, wohin du deine Aufmerksamkeit und deine Absicht richten solltest. Du lernst aus den Gezeiten deines Lebens und bringst konsequent deine Erfahrungen auf neue Ebenen. Von diesem ruhigen Ort in deinem Herzen aus manifestierst du eine magische Existenz.

Erinnere dich daran, wer du bist.



Bruchteil dessen, wer wir sind.

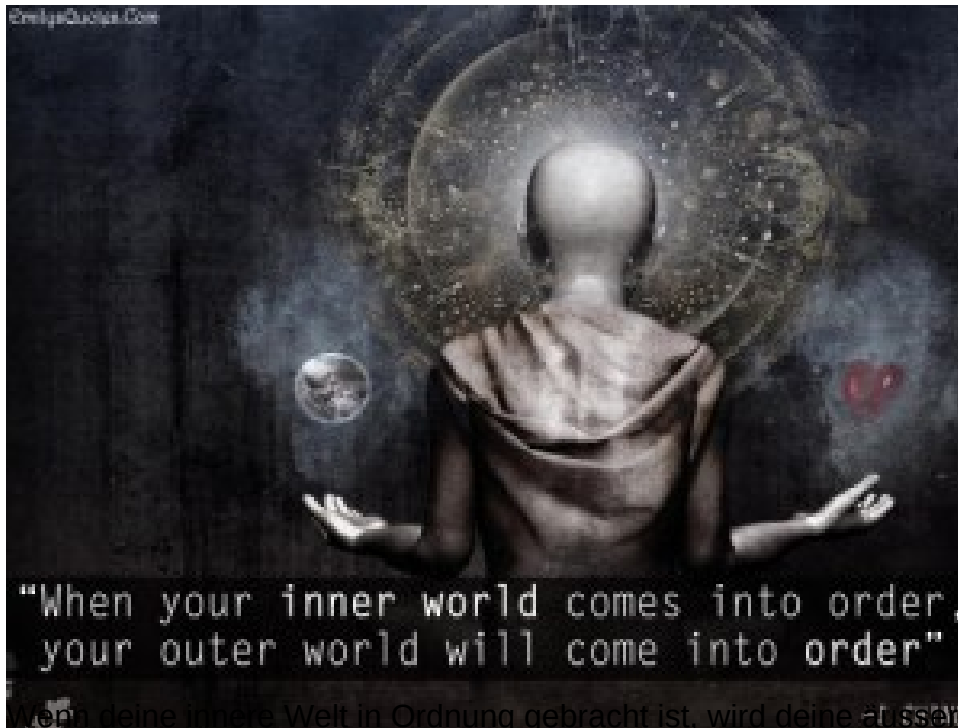
Du kannst dich entscheiden, Eingeweihter zu werden und zu der Realität aufzuwachen, dass du eine multidimensionale Seele bist, die einen physischen Körper bewohnt. Du bist eine endliche Manifestation des Unendlichen, und die Schöpferquelle fließt in dir und um dich herum. Wirst du dich der Bewegung der Menschen anschließen, die zusammenkommen, um eine positive Zukunft für die Menschheit zu erschaffen? Wir bewältigen dies, indem wir in diesem Flow-Zustand des gegenwärtigen Moments existieren, die Angst vertreiben und unsere Herzen für Liebe, Mitgefühl und Vergebung öffnen.

Die Zeit ist jetzt.



Wir verschieben uns in einer immensen Weise in die neue Erde. Jeden Tag entscheiden wir, ob wir die Welt durch Offenheit erneuern oder durch Stasis verkümmern lassen. Wenn du **LIEBE** wählst und dein Herz öffnest, bringst du buchstäblich deinen Körper, Geist und Seele in Resonanz. Achte sorgfältig auf deine Gedanken und Überzeugungen. Wenn du auf neue Informationen triffst, sei empfänglich für das, was du aus der Erfahrung lernen kannst.

Wie innen, so aussen.



Lass dich nicht von äusseren Kräften herumschubsen und dir sagen, wer du seist. Die Antwort liegt in deinem Herzen. Erschaffe aus deinem Inneren heraus und manifestiere ausserhalb von dir. Blockiere die Informationen nicht daran, durch dich und um dich herum zu fliessen. Sei offen für die Veränderungen. Und wisse, dass du sehr intensiv von der Quelle unterstützt wirst, dass du sicherer und geschützter bist, als du es jemals wissen kannst. Verliere dich nicht in deiner Erfahrung. Spüre jeden Moment. Und erinnere dich daran, dankbar für das Leben zu sein, das dir gegeben wurde. Diese Gelegenheit ist kostbar. Dieses Leben gehört dir. Was wirst du erschaffen?



rscht sein. Wenn die Kirche regiert, ist er vom Aberglauben beherrscht. Wenn der Staat regiert, ist er von der Angst beherrscht. Bevor die Menschen in Harmonie und Verständnis zusammen leben können, muss Unwissenheit in Weisheit transmutiert werden, Aberglaube in erleuchtetes Vertrauen, und Angst in Liebe. Manly P. Hall

„Um uns herum befinden sich die Teile des gigantischen kosmischen Puzzles. Wir wollen uns auf diese Frequenz einstellen.“

Teresa Yanaros

Weitere Artikel zum Thema 'Kognitive Dissonanz' findet ihr über die Suchfunktion.