

# Emotionen und Wahrheit: Unsere menschliche Erfahrung

13. Juli 2018 <https://transinformation.net/emotionen-und-wahrheit-unsere-menschliche-erfahrung/>

Von Dr. Michelle Kmiec auf [Wake Up World](#); übersetzt von Taygeta

Emotionen entstehen spontan jeden Tag, trotz unserer Bemühungen, sie zu kontrollieren. Sie tauchen oft ohne Vorwarnung auf, ob wir wollen oder nicht. Glücklicherweise nehmen wir viele dieser Emotionen als angenehm wahr – Gefühle der Freude, Zufriedenheit und Liebe. Aber es gibt Zeiten, in denen einige der weniger erwünschten Emotionen auftauchen – Wut, Frustration oder möglicherweise Angst. Aber solche unangenehmen Emotionen zu erleben, ist nicht unbedingt eine schlechte Sache.

Emotionen spielen eine grosse Rolle in Bezug auf das, wer wir als Individuen sind, und sie sind die treibende Kraft hinter *der Interpretation* von Ereignissen, denen wir begegnen. Die Frage ist dann, basiert unsere Reaktion auf der Realität?



Zum Beispiel könnte ich verkünden, um eine Idee der Wahrnehmung meines Gegenüber zu untersuchen: „Es ist wieder Winter und der Schnee kommt.“ Ich werde zweifellos eine Vielzahl von Antworten erhalten. Für einige bringt der Gedanke an den Winter grosse Aufregung: „Ich kann den Schnee nicht erwarten! Ich kann es kaum erwarten, auf die Piste zu kommen!“ ... „Es ist meine Lieblingszeit des Jahres. Ich kann die Feiertage kaum erwarten!“ Während andere eine entgegengesetzte Antwort haben: „Oh nein! Es wird kalt werden und meine Hände und Füsse werden immer eiskalt sein.“ ... „Ich muss mich jedes Mal zusammenreissen, um hinaus zu gehen, und es ist einfach elend.“ ... „Alles, woran ich denken kann, ist die zusätzliche Arbeit, die ich habe, um die Einfahrt freizuschaufeln.“ Für einige kann der Winter auch mit einem tragischen Ereignis verbunden sein, das sich zum Beispiel während eines Schneesturms ereignet hatte, so dass die Wintermonate und der Schnee als Erinnerung an dieses schwere Ereignis dienen. **[Entsprechend wenn ich verkünden würde, es ist wieder Sommer und es wird heiss werden.]**

Die Antworten auf die erwähnte Feststellung können also sehr unterschiedlich ausfallen. Obwohl wir die Reaktionen nur als unterschiedliche Gesichtspunkte betrachten können, stellt sich die Frage, warum es denn so

viele unterschiedliche Meinungen gibt und woher sie kommen. Kann es denn sein, dass nur einer der Standpunkte richtig oder falsch ist? Oder sind wir alle im Recht?

Natürlich gibt es viele offensichtliche Gründe, warum jemand ein bestimmtes Gefühl erfährt, aber es gibt auch einen viel tieferen Aspekt. Es geht nicht nur darum, wie wir das gesprochene Wort interpretieren, sondern auch, wie wir es wahrnehmen. Denn wie wir auf die Aussage „Es ist wieder Winter und der Schnee kommt“ reagieren, basiert auf unserer Interpretation, und die wiederum bestimmt die Emotionen, die mit der Aussage verbunden sind.



**Basieren also unsere Reaktionen auf der**

**Realität?**

Im einfachsten Fall können wir schliessen, dass der Grund für so viele unterschiedliche Sichtweisen darin liegt, dass jeder von uns seine eigenen persönlichen Lebenserfahrungen hat. Es gibt viele Bücher, veröffentlichte Forschungsstudien und unzählige Meinungen zu diesem Thema, aber im Grunde geht es nur um die persönliche Erinnerung und was wir über verschiedene Lebensereignisse wissen. Und was wir zu einem bestimmten Zeitpunkt gefühlt und vielleicht auch gesehen haben.

Was also ruft die Emotionen hervor, die sich aus unseren Lebenserfahrungen ergeben? Was ist die Verbindung? Warum können wir sehr heftig auf eine einzige Aussage reagieren, die auf einer Erfahrung der Vergangenheit beruht, die in Wirklichkeit vielleicht nicht genau so stattgefunden hat, wie wir sie in Erinnerung haben?

Wie oft hast du dich entschieden, etwas nicht zu tun, weil dies eine Erinnerung an ein vergangenes Ereignis hervorruft, das du nicht noch einmal erleben möchtest. „Ich kann es einfach nicht“, sagst du. Aber mit dieser Einstellung könntest du die Türen zu einigen erstaunlichen Chancen verschliessen, die dein Leben erheblich verbessern könnten – nur weil du ein negatives Ergebnis befürchtest, während das Gegenteil sehr wohl der Fall sein könnte. Viele von uns leben in einem solch unstillen Zustand und sind dann unfähig, vorteilhaft auf eine bestimmte Situation zu reagieren. In solchen Fällen beginnen wir oft, auf die Meinungen anderer zu hören; aber natürlich basieren die Meinungen der anderen Menschen wiederum auf deren persönlichen Erfahrungen, Interpretationen und Wahrnehmungen!

Es gibt Forscher wie Dr. Candace Pert, Verfasserin von *Molecules of Emotion*, und Dr. Bruce Lipton, Autor von *The Biology of Belief*, die glauben, dass unsere Emotionen bis in die zelluläre Ebene unser Körper hinunter abgespeichert sind und leben. Aber zu sagen, dass Emotionen auch auf dieser Ebene eingekapselt sind, könnte vielleicht zu weit gegangen sein, weil Zellen zwar die Grundlage des physischen Lebens bilden, aber nicht unsere *energetische* Ebene ausmachen. Oder doch?

**Was treibt unsere Emotionen wirklich an?**

Dr. Candace Pert fand heraus, dass jede Zelle unseres Körpers die Emotionen ausdrückt, die wir erleben. Mit anderen Worten, Emotionen befinden sich nicht nur im Gehirn in Form von Interpretationen, sie existieren in

unserem gesamten Körper. Wenn das wahr ist, dann muss eine energetische Kraft vorhanden sein. Aber woher kommt diese Energie?

Ich glaube, dass unser Wesen in der Tat ein nicht lokalisierbarer Mechanismus mit voneinander abhängigen Teilen ist, der nur dann optimal funktioniert, wenn alle Teile voll funktionsfähig sind. Was bedeutet das? Es bedeutet, dass obwohl die moderne Medizin sich fast ausschliesslich auf die körperliche Ebene konzentriert, bis hinunter auf die zelluläre Ebene, es ohne eine Verbindung zu den energetischen Ebene eine wahre menschliche Gesundheit nie erreicht werden kann. Können wir wissen, ob es eine funktionierende Verbindung zwischen den beiden Bereichen [rein physischer Bereich und energetische Ebene] gibt? Die Antwort liegt in unseren Emotionen.

***Emotionen an und für sich sind nichts anderes als eine Art Kommunikationssystem, das es uns erlaubt, die verschiedenen Aspekte von uns selbst zu verbinden.***

Emotionen sind gewissermassen lebendig. Sie sind die Sprache unseres Ganzheit, aber sie müssen interpretiert werden, und das kann schwierig sein. Oberflächlich betrachtet sieht das wie eine leichte Aufgabe aus, aber man muss nicht sehr tief graben, um zu erkennen, dass sich unsere Interpretationen unter verschiedenen Umständen ändern können. Deshalb suchen wir oft Rat, um unsere eigenen Emotionen zu organisieren und besser zu verstehen, und deshalb scheinen wir manchmal nicht in der Lage zu sein, sie zu kontrollieren.

Es gibt viele Fälle, in denen zwei Personen genau die gleiche Erfahrung haben können, aber weil die Interpretation für jede Person einzigartig ist, werden sie die jeweilige Erfahrung nicht in genau den gleichen Begriffen beschreiben. Man kann sagen: „Ich verstehe einfach nicht, warum sie so verärgert darüber ist ... sie muss eine überdramatische Person sein!“ Während der andere vielleicht sagt: „Ich kann einfach nicht verstehen, warum er sich nicht darum kümmert, was gerade passiert ist ... er muss kaltherzig sein.“

Also, hier sind wir wieder, wer hat Recht und wer hat Unrecht? Ist der eine Mensch vielleicht erleuchteter als das andere? Nun, hier wird es ein wenig knifflig.

Woran denken die meisten von uns, wenn wir das Wort „erleuchtet“ hören? Unsere Definition hängt davon ab, wie wir uns selbst sehen. Was bedeutet Erleuchtung für den Christen? Den Buddhisten? Der Moslem? Den Yogi? Den Naturforscher? Wir könnten noch oberflächlicher vorgehen. Wie wäre es mit der Bedeutung des Erleuchteten für den Republikaner oder den Demokraten oder gar den Kapitalisten oder den Sozialisten? Und wecken nicht alle Argumente und Debatten dieser Gruppen starke Emotionen? Jeder glaubt in seinem Innern fest, dass die Opposition falsch liegt. „Warum können sie nicht sehen, dass sie sich irren und wir Recht haben?“

Jede der genannten Gruppen (und die Liste ist sehr willkürlich, da man irgendwelche und alle Gruppen hier nennen müsste) hat ihre eigene Theorie über das, was sie „wissen“, dass es ohne Zweifel die Wahrheit sei. Wenn jemand mit einer Idee konfrontiert wird, die ausserhalb der Wahrheit seines Dogmas ist, welche Emotionen kommen dann deiner Meinung nach zum Vorschein? Leider ist genau dies die Ursache vieler Kriege und auch der Grund dafür, dass Religion und Politik als Tabuthemen für lockere Gespräche gelten. Nun stellt sich also die offensichtliche Frage, wie können all die verschiedenen Gruppen mit ihren unterschiedlichen Ansichten [alle gleichzeitig] Eigentümer der Wahrheit sein? Es muss offenbar mehr geben als das, was wir auf der Oberfläche sehen.

Und was ist mit denen, die von einer Gruppe zu einer anderen wechseln? Oft geschieht so etwas nach einem traumatischen Ereignis. Ich habe eine direkte Beobachtung machen können, wie eine plötzliche Veränderung des Blickwinkels stattgefunden hat, und wie diese „Veränderung“ buchstäblich dazu geführt hat, dass man sich von den Mitgliedern der ursprünglichen Gruppe entfremdet hat. Wenn die Person vorher, als sie in der ersten Gruppe, die Wahrheit „kannte“, wie kann es sein, dass sie jetzt plötzlich die neue, echte Wahrheit „kennt“ ... was ist dann die wirkliche Wahrheit?

***Viele glauben, dass sich die „echte“ Wahrheit nie ändern kann.***

Ich bin eine, die das auch für wahr hält, aber ich habe natürlich das Bedürfnis, es umzudrehen. Lass es mich so erklären:



Nehmen wir an, dass die „echte“ Wahrheit auf einer kleinen Insel zu finden ist, genau wie in der TV-Sendung *Lost*. Dort gibt es nämlich eine Insel, die sich hinein und hinaus bewegt, in und aus dem, was wir als Realität wahrnehmen. Diese „Realität“ umfasst unsere gegenwärtige Wahrnehmung von Zeit und Raum sowie das, was wir noch nicht wahrnehmen können. Zum Beispiel wäre es äusserst schwierig, die 4. Dimension genau zu definieren, da wir die 4. Dimension nur auf der Grundlage unseres Verständnisses der 3. Dimension interpretieren können. Mit der Bezeichnungsweise der Quantenphysik ist die Insel *Lost* ein echter Ort, der sich nie verändert. Sie „scheint“ sich nur zu verändern, wenn wir sie von aussen betrachten. Einige von euch, die dies lesen, mögen schon etwas verwirrt sein, während andere meine Analogie vielleicht recht vereinfacht finden. Stelle dir es vor wie die Art Bilder, bei denen du es beim Betrachten „verschwimmen“ lassen musst, um das Bild aus dem hervortreten zu sehen, was bei „normaler“ Betrachtung nur wie eine ungeordnete Menge farbiger Punkte aussieht.

Sobald man das Bild sieht, fühlt es sich fast wie eine Offenbarung an. Das Bild tauchte nicht plötzlich auf, es war die ganze Zeit da. Es war deine Wahrnehmung, die es dir erlaubte, das Bild zu sehen.



Hier zum Üben: Durch die Verschiebung deiner Betrachtungsweise kannst du ein dreidimensionales Bild erkennen, wo du vorher keines sahst. Siehst du das Rehkitz? [Am Ende des Beitrags noch zwei weitere Beispiele hierzu]

Die gleiche Theorie gilt für das Beispiel der Insel. Die Insel ist immer da, wo sie sein sollte. Für jemanden, der sich auf der Insel befindet, erscheint das Leben normal. Aber für uns von aussen wirkt die Insel eher mythisch als real.

Um den Weg auf die Insel zu finden, müssen zunächst eine Reihe von Ereignissen stattfinden. Du musst zuerst die Entscheidung treffen, auf die Suche zu gehen. Dann musst du aus deinem begrenzten Wahrnehmungskäfig herausgehen und *deinem* Geist erlauben, sich auszudehnen. Ich betone das Wort *dein*, denn dein Weiterkommen kann nur geschehen, wenn *du* auf deiner Suche vorankommst. Und nehmen wir nun an, dass du die Entscheidung getroffen hast, zur besagten Insel zu gehen und derzeit in Deutschland lebst. Und eine weitere Person, die in China lebt, sich ebenfalls gerade entschlossen hat, dorthin zu gehen. Und es gibt noch einen weiteren Menschen, der nur wenige Kilometer entfernt wohnt vom zuletzt bekannten Ort der Insel.

Müssen diese drei Personen den gleichen Weg zurücklegen, um die Insel zu erreichen? Welcher dieser drei Menschen lebt an der geeignetsten Stelle, um die Reise zu beginnen? Welches ist der beste Ort dafür? Deutschland? China? Oder der Ort nur ein paar Meilen entfernt? Natürlich diktiert die Logik, dass dieser nur wenige Meilen entfernte Ort wahrscheinlich der beste ist, um zu beginnen. Aber ist das wirklich so?

Bevor ich fortfahre, möchte ich folgendes erwähnen.

***Wenn wir darüber reden, wie wir uns fühlen und über die Vorstellung sprechen, dass Emotionen Interpretationen oder Wahrnehmungen eine Art von Realität sind, ist es dann möglich, dass wir die Wahrheit von vielen verschiedenen Orten aus erreichen können?***

Da diese Insel keine Einschränkungen in Bezug auf Raum und Zeit hat, und da Raum und Zeit dem Menschen auferlegte Beschränkungen sind, könnte diese Insel für dich sehr wohl direkt vor dir liegen. Es ist auch möglich, dass du gerade jetzt auf der Insel bist, die Realität aber nicht mit der Zeit korreliert ist, dann wärest du dir der Präsenz der Insel nicht bewusst.

Was also ist die Antwort auf die Frage, wer sich näher bei der Insel befindet und ob es nur eine einzige Strasse gibt, die zu dieser Insel führt? Niemand ist ihr am nächsten und nein, die Strasse gibt es nicht.

Als ersten Schritt, den wir machen müssen, um zu dieser Insel zu kommen, müssen wir unseren Geist öffnen und akzeptieren, dass diese Insel real ist. Nicht die Wahrheit selbst verändert sich, sondern die Wahrnehmung der Wahrheit. Es ist die Wahrnehmung des Einzelnen auf der Suche nach der Wahrheit, die zur Transformation führt.

Und wenn wir das in Bezug bringen zu unserer Gesundheit, heisst das:

***Wir müssen erkennen, dass wir die Kraft besitzen, uns selbst zu heilen und dass bestimmte Emotionen uns lebendig machen, während bestimmte andere Emotionen es nicht tun!***

Aber wie weisst du, wann du die Wahrheit gefunden hast? Es gibt keine einfache Antwort auf diese Frage, denn die Reise zur Insel kann sehr wohl praktisch endlos sein. Weil wir alle im Fluss sind und unsere Gedanken im Fluss sind, ist jede Wahrnehmung der Wahrheit ein einzelnes Segment auf dem Weg, der uns jederzeit Zeit zu unseren eigenen Wahrheitsrealitäten führt. Die Art und Weise, wie du denkst und die Dinge wahrnimmst, ist heute hoffentlich ganz anders als vor 10 oder 20 Jahren, anders sogar als im letzten Jahr oder gestern. Und wenn diese Erkenntnis erst einmal im Vordergrund steht, gibt es kein Zurück mehr. Man könnte sogar sagen, dass du erleuchtet bist; Erleuchtung ist auch ein Prozess.

In meiner persönlichen Geschichte liegt meine Wahrheit darin, dass ich mich von der Multiplen Sklerose 100 Prozent natürlich geheilt habe. Wie könnte ich jetzt zu einer anderen Wahrheit zurückkehren? Das wäre katastrophal für mich.

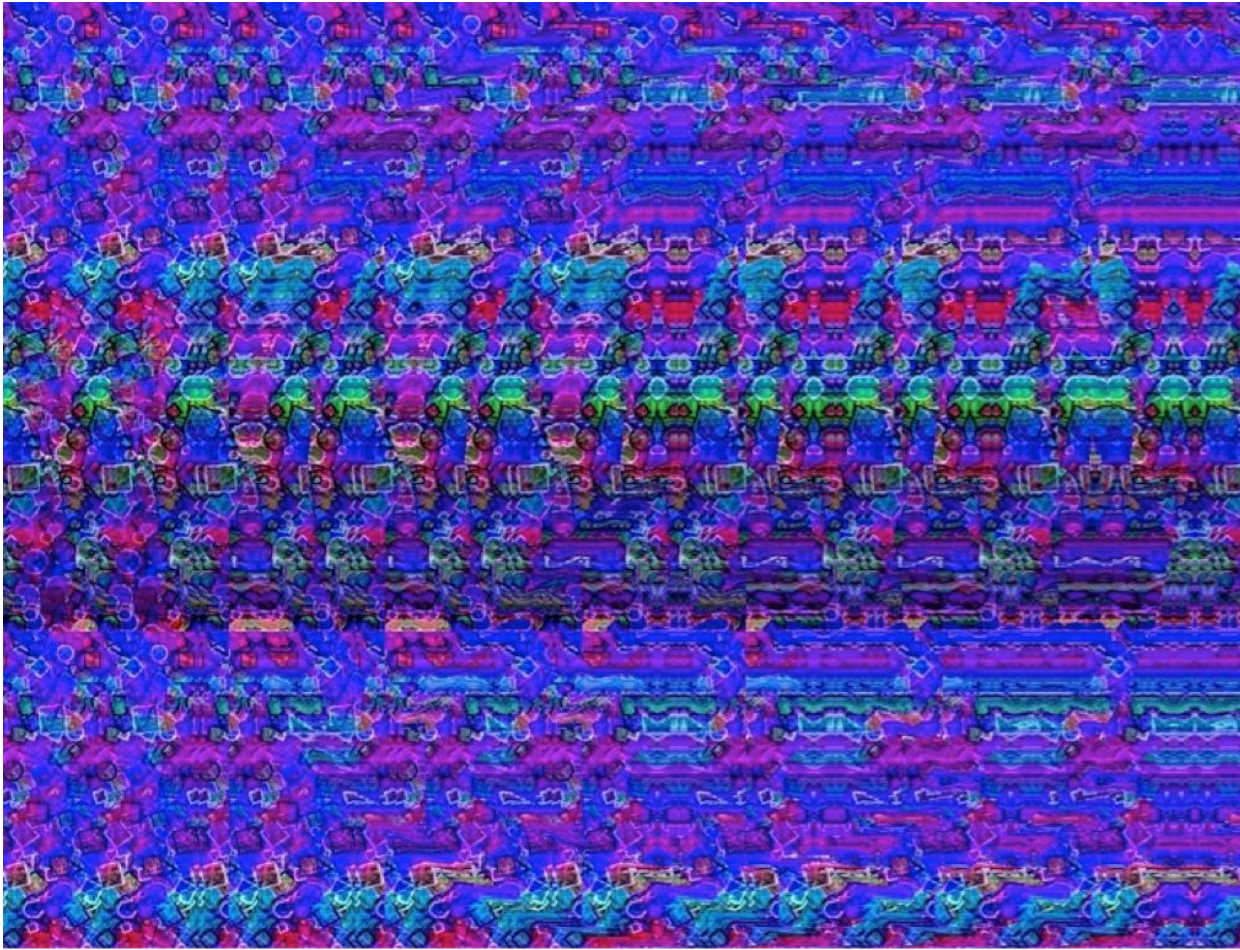
Furchtbar falsch laufen wir dann, wenn wir über andere urteilen, von denen wir denken, oder schlimmer noch, „wissen“, dass sie in ihren Ansichten fehlgeleitet sind, dass sie nicht erleuchtet sind. Es ist ja so, dass wir uns alle auf einer Treppe befinden und jeder ist genau da, wo er hingehört.

Wo sich doch unsere eigene Wahrnehmung der Wahrheit ändern kann, wie können wir da über andere ein Urteil fällen?

Die Wahrheit dreht sich um das, was man in der jeweiligen Situation fühlt. Was ist das Gefühl oder die Emotion, die wir mit dem Urteil verbinden? Ist es möglich, dass sich die „Insel“ der Wahrheit genau in dem Moment bewegt hat, in dem wir das Urteil fällen? Was passiert mit unserer Wahrnehmung, wenn wir das tun? Es ist, als ob wir im sprichwörtlichen Treibsand stecken geblieben wären und im verfahrenen Sand unserer eigenen Emotionen einzementiert worden wären. Die Emotionen verdicken und verfestigen sich langsam. Und leider, weil Veränderung oft schwierig sein kann, suchen viele von uns nach Bestärkung, indem sie sich an den Dingen und Menschen ausrichten, die unsere Gefühle rechtfertigen und unsere Emotionen bestätigen. Veränderungen können sich sehr unangenehm anfühlen und zu einem Gefühl der Einsamkeit führen.



Andererseits können wir in Zeiten des Wandels auch wunderbare Erfahrungen machen, die wir uns noch nicht vorstellen konnten. Aber zuerst muss der erste Schritt getan werden; dies ist dann, wenn du anfängst zu glauben, dass es mehr als nur die eine Insel gibt und du bereit bist, auf deine eigene Suche nach deiner Wahrheit zu gehen.



Was für ein Zeichen verbirgt sich hier?



Kannst du das Bild dreidimensional sehen?