RICHARD
CASANOVA

DIE ANDERE SICHT

tredition®

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Copyright © 2016/2019 Richard Casanova, www.richardcasanova.ch
Lektorat/Buchsatz: Gabi Schmid – PCS Books, www.pcs-books.de
Cover: Corina Witte-Pflanz – OOOGrafik, www.ooografik.de
Autorenfoto: Privat
Grafiken: #137232957, 119455353 © Adobe Stock

Verlag: tredition GmbH, Halenreie 40-44, 22359 Hamburg
www.tredition.de

978-3-7482-4443-1 (Paperback)
978-3-7482-7153-6 (Hardcover)
978-3-7482-7155-0 (e-Book)
1. Auflage (Juli 2016)
2. Überarbeitete Auflage (März 2019)

Vorwort 9
Einleitung 11

KAPITEL I – MEIN GRUNDVERSTÄNDNIS 15
Bewusstes Sein 17
Zwei Ebenen 18
Bewusstseinserweiterung 24
Bewusst lernen 26

KAPITEL II – FÜNF KATEGORIEN 31

KAPITEL III – KÖRPER UND PSYCHE 35
Der Körper als Seismograf 37
Die Medizin und unser Seismograf 41
Berufliche und altersbedingte körperliche Beeinträchtigungen 49
Umwelteinflüsse 49
Ess- und Trinkverhalten 50

KAPITEL IV – VORSTUFEN ZU BESCHWERDEN, KRANKHEIT UND UNFALL 53
Die Hintergründe 55
Stress als Hauptfaktor 57

KAPITEL V – DER HILFREICHE SPIEGEL 65

KAPITEL VI – MUSTER UND LEBENSUMSTÄNDE 71
Erziehungs- und Glaubensmuster 73
Lebensumstände und Umfeld 74

KAPITEL VII – PRAKTISCHE UMSETZUNG 77
Die fünf Schritte auf diesem Weg 81
Beobachten und Erkennen 82
Annehmen und Akzeptieren 85
Verzeihen 87
Ändern und Loslassen 89
Danken 90

KAPITEL VIII – FÄLLE AUS MEINER PRAXIS 91
Alimente 93
Der junge Sportler 98
Die neuen Eltern 104
Der freundliche Arbeitskollege 113
Die Assistentin und die Vorgesetzte 116
Neid zwischen Geschwistern 117
Mit den Eltern im gleichen Haus 120
Der Lebenspartner und ich 122

KAPITEL IX – PERSÖNLICHE ERLEBNISSE 123
Das Autofahren 125
Langjähriger Zielkonflikt 128
Die Fahrgäste und ich 132

KAPITEL X – VERÄNDERUNG DER EIGENEN REALITÄT 137

KAPITEL XI – GESTALTUNGSKRAFT 141
Eigene Gestaltung des Lebens 143
Die Kraft der Gedanken 145
Unsere Verantwortung 147

KAPITEL XII – DIE ANDERE SICHT 149
Der Mensch als geistiges Wesen 151
Wir selbst sind Gegenstand der Beobachtung und der Betrachtung 152
Unsere Gestaltungskraft 153
Kommunikation auf zwei Ebenen 153
Eine neue Dimension 154
Liebe und Respekt 155

KAPITEL XIII – PRAKTISCHE ÜBUNGEN FÜR RUHE UND STILLE 161
Verbindung mit der Mitte der Erde und der Quelle 163
Entspannung 166

Der Autor 168

VORWORT

Ich wünsche mir, dass meine Gedanken und Überlegungen viele Menschen erreichen, und dass sie diese andere Sicht auf sich und das Leben einnehmen können und einen Versuch starten, dieses Wissen im täglichen Leben anzuwenden. Die damit verbundenen sichtbaren und spürbaren Veränderungen werden überzeugen.

EINLEITUNG

Gerade hat eine Klientin ihren Termin verschoben. Das gibt mir Zeit zum Nachdenken. Dabei erinnere ich mich an die Numerologie-Analyse, welche ich zum fünfzigsten Geburtstag erhalten habe. Das Ergebnis und das Gespräch mit der Autorin sowie ihre Erklärungen waren beeindruckend. Die Analyse löste in mir entscheidende und tiefgreifende Veränderungen aus.

Zu Beginn konnte ich damit noch nicht sehr viel anfangen. Ich spürte aber intuitiv, dass das bisherige Fundament, auf dem mein Leben aufgebaut war, ins Wanken geriet. So stand in der Analyse, dass ich Fähigkeiten und Energien zur Verfügung hätte, um Kommunikator, Vermittler, Channel, Geschäftsmann oder Philosoph zu sein.

Geschäftsmann war ich im weitesten Sinn bereits seit über zwanzig Jahren. Zuerst arbeitete ich als Devisenhändler, später als Anlageberater und schließlich als Jurist und Leiter der Fachstelle Geldwäschereibekämpfung einer Bank. Philosoph war auch naheliegend, denn eigentlich hatte ich nach der Matura Philosophie studieren wollen. Ich ließ es damals aber aus finanziellen Überlegungen bleiben.

Und Kommunikator, Vermittler und Channel? Ich sprach mit einer Kollegin darüber und sagte ihr mehr zum Spaß, dass ich am Ende noch die Bank verlassen und etwas ganz anderes machen würde. Ich wollte lachen.

Das Lachen blieb mir aber im Halse stecken. Dieses Gefühl werde ich nie vergessen!

In meinem Kopf wirbelten die Gedanken wie wild umher. Es folgte eine lange Zeit der Ungewissheit. Ich war hin- und hergerissen. Ich konnte mir nicht vorstellen, meine interessante und sichere Tätigkeit mit über fünfzig Jahren für etwas Unbekanntes und Ungewisses aufzugeben. Bis zu diesem Zeitpunkt war ich der Meinung, zufrieden und glücklich zu sein.

Ich wurde quasi aus dem Nichts mit grundsätzlichen Fragen des Lebens konfrontiert. Diese Zeit war nicht immer sehr angenehm. Ein solcher innerer Aufruf, sich und sein Leben aus einer anderen Perspektive anzuschauen, ist sehr anstrengend. Es ist ein intensiver Prozess, der viel Zeit und Energie in Anspruch nimmt!

Die „Zufälle" oder das, was einem zufällt, häuften sich. Ich wurde wieder an mein Interesse in meiner Jugend für nicht erklärbare Phänomene und die Grenzwissenschaften erinnert. So begann ich, mich wieder mit solchen Fragen und dem Sinn unseres Lebens auseinanderzusetzen.

Viele hilfreiche Menschen kreuzten in dieser Zeit meinen Weg. Ich besuchte verschiedene Seminare, die mich sehr glücklich und neugierig machten. Ich realisierte, dass es noch eine andere, eine höhere Stufe des Glücks

gab. Die anschließende Ausbildung war intensiv. Sie gab mir aber Bestätigung und ein Gefühl tiefer Zufriedenheit.

Ein entscheidendes Erlebnis während der Ausbildung gab mir schließlich die nötige Kraft und Gewissheit, meine Stelle bei der Bank tatsächlich zu kündigen und mich meiner neuen Bestimmung zu widmen. Es war ein unbeschreiblich schönes und befreiendes Gefühl, nach der langen Phase der Findung, plötzlich Gewissheit zu haben und den Entscheid mit innerer Überzeugung fällen zu können.

Mehrere Jahre sind in der Zwischenzeit vergangen. Heute bin ich als Berater und Lehrer tätig und bereue es keinen Tag, diesen Schritt getan zu haben. Es ist schön und bereichernd, Menschen zu helfen und sie in ihrer Entwicklung weiterzubringen.

Mein neues Wissen, meine neue Tätigkeit und meine Erfahrungen haben mich innerlich sehr stark verändert. Ich betrachte das Leben aus einer anderen Sicht und erfahre täglich immer wieder unglaubliche Dinge. Die Anwendung im täglichen Leben zeigt das wahre Potenzial. Es ist eine große Bereicherung, die Lust auf mehr macht.

Die bisherigen Erkenntnisse und meine Erfahrungen möchte ich mit diesem Buch gerne teilen und weiter-

geben. Ich kann jetzt schon verraten, dass der Weg in die Zufriedenheit und Erfüllung eigentlich viel einfacher ist, als wir denken. Wir müssen aber über unseren eigenen Schatten springen und uns im Denken öffnen. Oft verlassen wir uns zu sehr auf unseren Verstand und unsere Intuition und Gefühle lassen wir dabei außer Acht.

Anhand von Fällen aus meiner Praxis und persönlichen Erfahrungen werde ich beschreiben, wie Probleme mit einer anderen Sicht selbst gelöst werden können.

Da ich erst nach fünfzig Jahren zu meiner Berufung gefunden habe und davor über zwanzig Jahre im ***normalen*** Berufsalltag stand, kenne ich viele Probleme und Hürden aus eigener Erfahrung und versuche, die Bewältigung unserer Aufgaben lebensnah und leicht verständlich zu beschreiben.

KAPITEL I

MEIN GRUNDVERSTÄNDNIS

BEWUSSTES SEIN

Unser Leben dient der Erweiterung unseres Bewusstseins. Damit diese Erweiterung stattfinden kann, werden wir unser ganzes Leben mit positiven und mit negativen Dingen konfrontiert. Das können Geschehnisse, Erfahrungen, Schicksalsschläge und vieles mehr sein. Sie begleiten uns unser ganzes Leben lang. Die Erweiterung unseres Bewusstseins ist ***der Prozess*** in unserem Leben.

Den Begriff Bewusstsein verstehe ich als bewusst werden und bewusst sein über uns und unsere Lebensaufgabe und die damit verbundenen Lernschritte. In anderen Worten:

„Ich bin mir meines Menschseins bewusst und ich lebe bewusst."

oder

„Ich lerne auf meinem Lebensweg mithilfe meines Verstandes, meines Körpers, meines Geistes und meiner Seele, mich selbst und die Umwelt kennen und setze die Erkenntnisse in mir und damit in meinem persönlichen Umfeld um."

Ich vergleiche uns Menschen gerne mit einem Eisberg. Neunzig Prozent des Eisbergs liegen unterhalb der Wasseroberfläche. Gerade einmal zehn Prozent sind für uns sichtbar. Ähnlich verhält es sich mit unserem Bewusstsein. Zu Beginn unseres Lebens kennen wir uns kaum. Das Meiste ist versteckt und uns nicht bewusst. Unsere Aufgabe ist es, diese verborgenen Seiten unserer Person an die Oberfläche zu hieven. So beginnen wir uns selbst zu begreifen und zu verstehen.

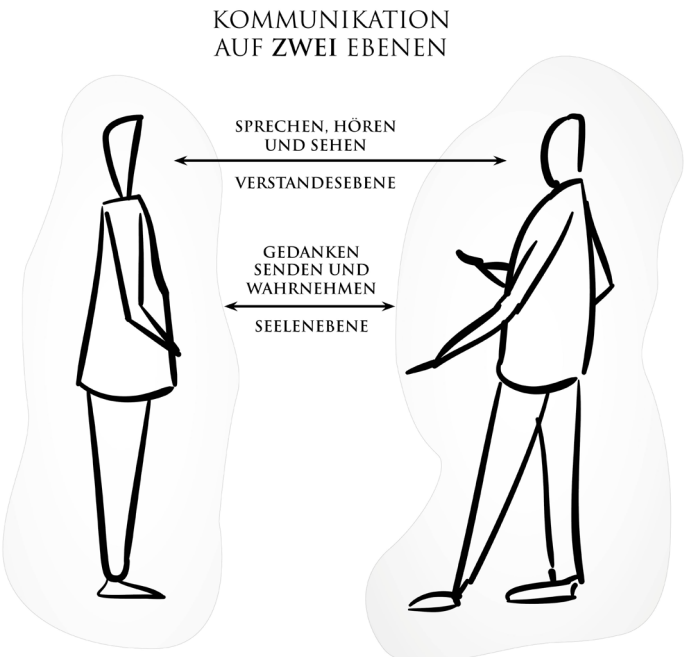
ZWEI EBENEN

Wir Menschen sind geistige Wesen. Wir bestehen aus Körper, Geist und Seele. Unser physischer Körper ist von einem Energiefeld umhüllt. Es hat einen Durchmesser von rund fünf Metern. Dieses Energiefeld wird auch Aura genannt. Es ist das, was uns ausmacht und was wir sind, nämlich Geist und Seele. Es enthält die unvergängliche Essenz jedes einzelnen Menschen.

Unser Geist und unsere Seele nutzen den Körper, um auf der Erde agieren zu können und um Erfahrungen zu machen. Körper, Geist und Seele sind während unseres Erdendaseins eine Einheit. Zum besseren Verständnis trenne ich aber in der Folge den Körper von Geist und Seele. Wie wir sehen werden, ist diese Unterscheidung zwischen dem fassbaren Körper, den wir

sehen und fühlen, und dem nicht fassbaren Energiekörper, der Geist und Seele in sich trägt, eminent wichtig und hilfreich.

Wann immer wir agieren und reagieren, so geschieht das auf zwei Ebenen. Wir denken, sprechen und bewegen uns mit unserem Körper und unserem Verstand. Das kennen wir. Es ist uns bewusst und wir verstehen es. Gleichzeitig geschieht dies aber auch in unserem energetischen Körper. Dies ist uns in der Regel weniger bewusst. Es geschieht aber immer. Wir interagieren also mit der Außenwelt immer auf beiden Ebenen.



Wenn sich zwei Menschen treffen, passiert Folgendes: Auf der seelischen Ebene, quasi von Energiefeld zu Energiefeld oder von Seele zu Seele, erkennen wir uns im Bruchteil einer Sekunde. Wir nehmen die andere Person als Geist und Seele wahr und wir wissen sofort, ob diese Person uns sympathisch und vertrauenswürdig ist und ob sie liebe- und respektvoll auf uns zukommt. „Wir haben dann ein Gefühl für diese Person", wie wir jeweils sagen. Das geschieht meistens unbewusst, einfach so.

Auf der körperlichen und für uns fassbaren Ebene schaltet sich der Verstand einen Bruchteil einer Sekunde später ins Geschehen ein. Auf dieser Ebene beginnen wir die Person einzuschätzen und zu beurteilen. Allein schon aufgrund des Aussehens beginnen wir die Person einzuordnen und wir machen uns ein Bild. Dessen sind wir uns natürlich bewusst. Es ist ein Akt des Verstandes.

Kleine Kinder, deren Verstand noch in der Entstehungsphase ist, wie auch die Tiere, leben ganz auf der Gefühls- oder Seelenebene. Trotzdem erkennen auch sie sofort, ob ein Mensch ihnen wohlgesinnt ist und ob es ihm wirklich gut geht. Ist jemand gestresst und wenig ausgeglichen, kann ein Kleinkind schon mal zu schreien beginnen, obwohl die Person lacht und sich bemüht. Das Kind erkennt auf der seelischen Ebene sofort, dass etwas nicht stimmt. Es nimmt wahr, was wirklich ist. Es durchschaut die Person, weil es sich vom äußeren Eindruck nicht täuschen lässt.