

Renato Psyk

**Der Weg zu einem
höheren Bewusstsein**

Ursachen setzen,
statt Wirkungen bekämpfen



tredition®

www.tredition.de

© 2020 Renato Psyk
Überarbeitete Neuausgabe 2020
1. Auflage 2015

Autor: Renato Psyk
Umschlaggestaltung: pixelpublic GmbH, Baden-Baden
Titelbild: #55251237 © Iosif Szasz-Fabian / fotolia.com

Verlag und Druck: tredition GmbH
Halenreihe 42, 22359 Hamburg

ISBN Taschenbuch: 978-3-347-04171-4
ISBN Hardcover: 978-3-347-04172-1
ISBN e-Book: 978-3-347-04173-8

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

INHALTSVERZEICHNIS

I. Bewusstwerdung als erster Schritt	15
Herausforderungen im Alltag	22
Geschwindigkeit und Zeit	31
Die Zeit als relative Größe	39
Leistungsfähigkeit und Gewohnheiten	44
II. Körper, Geist und Seele	59
III. Bewusstsein und dessen Wirkung	79
IV. Der Regelkreis.....	91
Morphogenetische Felder	97
Bewusste Wahrnehmung	100
Das Denken als schöpferischer Prozess	111
Handlungen als sichtbar gewordene Erkenntnisse	115
V. Bewusstsein und Künstliche Intelligenz ...	125
VI. Zusammenfassung und Ausblick.....	143

Anmerkung des Autors

Durch die weltweiten Ereignisse seit Anfang 2020 wurde ein Entwicklungsprozess in Gang gesetzt, welcher die Chance zur globalen Bewusstseinsentwicklung der gesamten Menschheit in sich birgt. Diejenigen Menschen, welche diese Entwicklungen bewusst erleben und mitgestalten wollen, finden hier grundlegendes Basiswissen von universell wirkenden Gesetzen. Die Inhalte im ersten Kapitel „Bewusstwerdung als ersten Schritt“ sowie die damit verbundenen Übungen sind bereits durch zahlreiche behördliche Auflagen im Alltag vieler Menschen zur Realität geworden. Dies kann zur Erleichterung und Unterstützung für die ersten Schritte auf dem Weg hin zu einem höheren Bewusstsein genutzt werden. An Hand dieser Ereignisse können die Wirkungen von kollektiven Prozessen sehr deutlich ersehen werden.

In den folgenden Kapiteln dieses Buches erhalten Sie wertvolle Impulse, um die nächsten Phasen der Entwicklungen für sich persönlich besser einordnen zu können. Das Verständnis von den Gesamtzusammenhängen hilft Ihnen Klarheit zu erhalten, um Entscheidungen für Ihr weiteres Leben bewusst treffen zu können. Das Wissen grundlegender universell wirkender Mechanismen kann Sie somit in die Lage versetzen zukünftige Ereignisse für sich selbst zur persönlichen Wandlung in Ihrem Leben im positiven Sinne bewusst zu nutzen.

Einleitung

Der Inhalt und die einzelnen Themen dieses Buches sind überwiegend aus der Praxis heraus entstanden. In meiner beruflichen Tätigkeit als Unternehmensberater ist mir immer wieder aufgefallen, dass eine Vielzahl von guten Projekten mit innovativen Ideen oft nicht mit dem erwünschten Erfolg umgesetzt werden konnten. Aus meiner Sicht war in vielen Fällen die Ursache hierfür ein nicht ausreichend entwickeltes Bewusstsein seitens aller Beteiligten.

Angesichts der sich ändernden Rahmenbedingungen in beruflichen, privaten sowie gesellschaftlichen Bereichen fühlen sich viele Menschen zunehmend verunsichert und wissen nicht genau, wie Sie auf diese Entwicklungen reagieren sollen und was genau zu tun ist. Durch den wissenschaftlich technischen Fortschritt werden zudem immer mehr technische Systeme in unseren Alltag integriert. Auf die Technologie sind viele Menschen nicht ausreichend vorbereitet.

Auf Grundlage dieser Erkenntnisse sowie zahlreicher persönlicher Erfahrungen und Erlebnisse beschäftige ich mich seit mehreren Jahren mit Strategien und Methoden zur Entwicklung und Erweiterung des Bewusstseins in beruflichen sowie privaten Lebensbereichen.

Dieses Buch beinhaltet eine Zusammenstellung der wesentlichen Grundlagen zum Thema Bewusstsein und gibt Ihnen Ideen, Anregungen und neue Sichtweisen, die Ihnen in der Summe dabei helfen werden, Ihren eigenen Weg zu einem höheren Bewusstseins zu gehen. Neben wichtigen naturwissenschaftlichen Grundlagen werden Gesamtzusammenhänge aufgezeigt, neue Sichtweisen vermittelt und durch themenbezogene Praxisübungen haben Sie die Möglichkeit selbst aktiv zu werden. Sie werden Erfahrungen machen, durch welche bei Ihnen Erkenntnisprozesse angestoßen werden.

In diesem Buch wurde Wert darauf gelegt, die Dinge praxisbezogen und so einfach wie möglich darzustellen. Die einzelnen Inhalte sollen Ihnen helfen bestimmte Situationen und Ereignisse aus Ihrem Umfeld besser zu verstehen und nachvollziehen zu können. Durch das Erkennen von Ursachen und das Verstehen von wirkenden Gesetzmäßigkeiten sowie das Wahrnehmen von Gesamtzusammenhängen werden Sie ein Mehr an Sicherheit für sich selbst erlangen. Auf den ersten Blick „negative“ oder unschöne Umstände werden Sie besser einordnen können und die dahinter wirkenden Kräfte erkennen.

Das Lesen dieses Buches wird einige „Nebenwirkungen“ haben, die Sie vorher wissen sollten. Wenn Sie das in diesem Buch vermittelte Wissen verinnerlicht haben und die Praxisübungen konsequent umsetzen, dann kann es

sein, dass nicht alle Menschen aus Ihrem Umfeld Sie zu diesem Schritt beglückwünschen werden. Das Bewusstsein ist der Ursprung der wirkenden Kraft hinter allen Dingen. Ein anderes Bewusstsein schafft automatisch einen anderen Raum. Sie werden diesen sich ändernden Raum bewusster wahrnehmen können und für sich persönlich nutzen lernen.

Jeder Mensch ist einzigartig und hat eine ganz persönliche Lebenssituation. Ebenso hat jeder Mensch einen bestimmten Platz im „Großen Ganzen“ verbunden mit seiner ganz individuellen Lebensaufgabe. Das in diesem Buch vermittelte Wissen zeigt Ihnen einen gangbaren Weg für Ihre persönliche Entwicklung zu einem höheren Bewusstsein auf. Ich möchte Sie auch gleichermaßen einladen, für sich persönlich zu prüfen, wie Sie die in diesem Buch vorgestellten Themen in Ihrem Leben konkret umsetzen können.

Die einzelnen Kapitel dieses Buches bauen thematisch aufeinander auf, so dass es empfehlenswert ist, die einzelnen Kapitel nacheinander zu lesen. Es gibt einige Praxisübungen zum Selbstaustprobieren. Die einzelnen Übungen sind so gewählt, dass Sie diese ohne größeren Aufwand einfach in Ihren persönlichen Alltag einbauen können. Die folgenden Schriftzeichen weisen auf die jeweiligen Praxisübungen hin: **Ü/Praxis** und **Ü/Praxis++**

Ü/Praxis:

Hier finden Sie begleitende Praxisübungen zum jeweiligen Themengebiet. Diese können Sie ohne großen Aufwand sofort ausführen. Durch das Ausführen der Praxisübungen machen Sie persönliche Erfahrungen oder erlangen Erkenntnisse, welche für das Verständnis der dargestellten Zusammenhänge förderlich sind.

Ü/Praxis++:

Bei diesen Übungen handelt es sich um ergänzende Aufgaben, Beobachtungen oder Praxisübungen zum jeweiligen beschriebenen Themengebiet. Um das gewünschte Ergebnis zu erlangen, kann es notwendig sein, diese über einen längeren Zeitraum zu machen.

Jeder Mensch ist gleichermaßen auch eingeladen, die übermittelten Inhalte auf das eigene persönliche Leben zu übertragen, eigene Ideen zu entwickeln und in einer lebensbejahenden Weise im Leben zu integrieren. Nach jedem Kapitel ist daher Platz für eigene Gedanken und persönliche Anmerkungen. So hat jeder die Möglichkeit, nach den einzelnen gelesenen Themenbereichen die Inhalte für sich selbst kurz zu reflektieren und eigene Gedanken zeitnah aufzuschreiben. Hierdurch können die vorgestellten Inhalte mit persönlichen Gedanken und Ideen verknüpft werden und als Anregungen für die bewusste Umsetzung im eigenen Leben genutzt werden.

Eigene Gedanken und persönliche Anmerkungen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Wahrheit ist ein Gradmesser dafür,
wie intensiv man sich mit einer Sache
beschäftigt hat.

I. Bewusstwerdung als erster Schritt

Während meines Studiums arbeitete ich als Softwareentwickler in einem Startup-Unternehmen. Ich erinnere mich noch genau daran, als ich in diesem Unternehmen anfang. Das Team bestand aus insgesamt dreizehn Mitarbeitern. Der Chef hatte klare Visionen und war fest entschlossen seinen Lebenstraum zu verwirklichen. Wenn es in den Projekten einmal Schwierigkeiten oder Probleme gab, erzählte er seinen Mitarbeitern oft die folgende kleine Geschichte.

„Zwei Männer gehen in den Wald um Brennholz für den Winter zu machen. Als Werkzeug dient ihnen eine alte Zugsäge. Die Männer beginnen ihre Arbeit und sägen einen Baum nach dem Anderen. Nach einiger Zeit merken sie, dass das Sägen immer schwerer wird. Sie halten nun inne, um zu schauen was das Problem ist. Sie schauen sich die Säge genauer an und bemerken, dass sich die Sägezähne abgenutzt haben und dadurch das Sägen immer schwerer wurde. Die Säge musste nun erst einmal neu geschärft werden. - Gesagt - Getan Nach einer kleinen Pause ging es dann mit geschärfter Säge und frischer Energie weiter.“

Die Mitarbeiter des Startup-Unternehmens übernahmen diese kleine Geschichte in ihren beruflichen Alltag und wenn es in den Projekten mal nicht so recht voran ging, dann sagten sie auch des Öfteren „Wir sollten jetzt erst

mal die Säge schärfen“. Das hieß dann mit der Projektarbeit erstmal innehalten, sich zusammensetzen und gemeinsam besprechen wo genau die Probleme waren und welche Lösungen es gab und was am besten zu tun sei, damit es wieder leichter weitergehen konnte.

Bei den Teambesprechungen war eine der Grundregeln, die Meinung des Anderen zu respektieren und jeder hatte das Recht seine Meinung frei zu äußern. Es gab zudem ein Zeitlimit in Abhängigkeit vom Thema sowie der Anzahl der Gesprächsteilnehmer. Dies führte dazu, dass die zur Verfügung stehende Zeit konstruktiv genutzt wurde und zielorientierte Gespräche stattfinden konnten. Bei größeren Herausforderungen wurden dann auch mal „Brainstorming Sitzungen“ einberufen, bei denen jeder Mitarbeiter unabhängig seiner Stellung im Unternehmen teilnehmen konnte. Hierbei wurde das Kreativpotential aller Mitarbeiter wertschätzend für Entwicklungsprozesse genutzt und es entstanden konstruktive Lösungsansätze.

Transportiert man diese Methodik in den privaten Alltag, dann ist es auch hier in vielen Fällen hilfreich, öfters mal die Meinung eines Anderen anzuhören und genau hinzuhören was dieser zu sagen hat. Gerade Menschen mit einem ganz anderen Hintergrund betrachten die Dinge oft aus einer anderen Perspektive. Wenn wir uns darauf einlassen, erhalten wir so oft die Chance eine andere Sichtweise zu bekommen und damit zugleich die Möglichkeit für kreative Ideen.

Das Startup-Unternehmen, in dem ich während und nach meinem Studium gearbeitet habe, hat heute mittlerweile ca. 800 Mitarbeiter und ist als einer der Marktführer in mehreren Ländern weltweit vertreten. Das lag sicherlich nicht nur an dieser kleinen Geschichte. Ich bin jedoch fest davon überzeugt, dass die Grundidee dieser kleinen Geschichte eines der Erfolgsfaktoren für dieses Unternehmen war bzw. heute immer noch ist.

Schauen wir uns nun diese Grundidee einmal genauer an. Welche Möglichkeiten hatten die beiden Männer gehabt, als sie merkten, dass die Arbeit immer schwerer wurde?

Strategie A: Schneller sägen und mehr Druck machen

Strategie B: Aufgeben, da es zu schwer geworden ist

Strategie C: Innehalten, sich der Lage bewusst werden und entsprechend handeln

Kommt Ihnen der erste Punkt irgendwie bekannt vor? Da es auf den ersten Blick einfacher erscheint, so weiter zu machen wie bisher, treffen wir in unserem Alltag und Umfeld oft Handlungen die der Strategie A entsprechen an. Das Gewohnte gibt vielen Menschen eine gewisse Sicherheit. Im Prinzip muss man ja auch gar nicht so viel ändern. Es braucht einfach nur ein bisschen mehr Druck oder man muss eben etwas schneller arbeiten.



Abb. Entwicklung passender Methoden und Handlungsstrategien

In den heutigen Zeiten des schnellen Wandels ist es wichtiger denn je die Denk- und Handlungsstrategien auf die sich ändernden Rahmenbedingungen des Umfeldes stetig auszurichten. Die Auflösung von alten nicht mehr passenden Strukturen und entsprechenden Abhängigkeitsverhältnissen ist neben dem Erlernen neuer auf die sich geänderten Bedingungen abgestimmten Strategien eines der wichtigsten Aufgaben innerhalb des eigenen Entwicklungsprozesses.

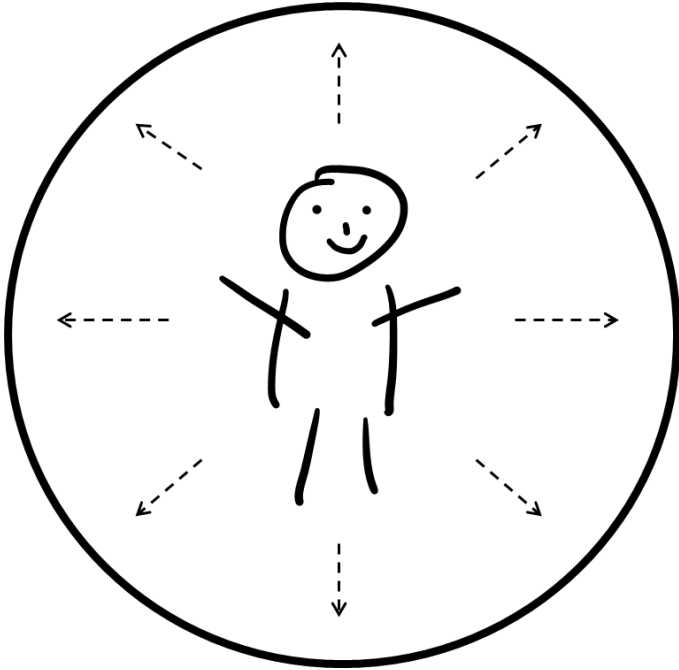


Abb. Selbstbestimmendes Leben

Ist ein Mensch weitestgehend frei von Verstrickungen und Abhängigkeitsverhältnissen, dann kann das eigene Umfeld, der eigene Lebensraum, selbstbestimmend von diesem Menschen bewusst gestaltet werden.

Über den Autor

Renato Psyk beschäftigt sich seit mehr als zwei Jahrzehnten mit den Themen zur Bewusstseinsentwicklung. Nach einer klassischen Berufsausbildung zum Mechaniker und dem Studium der Wirtschaftsinformatik war er als Softwareentwickler und mehrere Jahre als leitender Angestellter in mittelständischen Unternehmen der IT und Consulting Branche tätig. Er arbeitete zudem sechs Jahre lang im Vertrieb für das Firmenkundengeschäft bei einem Versicherungskonzern. Neben seiner beruflichen Tätigkeit engagierte er sich in sozialen Projekten und war als Kampfsportler und Trainer aktiv. In diesem Zusammenhang beschäftigte er sich intensiv mit den Themen Gesundheit, Psychologie, Erfolgsmanagement, energetische Techniken, Meditation, Spiritualität sowie Methoden zur Bewusstseinsentwicklung. 2010 gründete er sein eigenes Beratungsunternehmen und ist seitdem als Berater, Coach und Bewusstseinstrainer aktiv. Aufbauend auf diesen persönlichen Erfahrungen entwickelte er vor einigen Jahren das QBBT-Bewusstseinstraining.