

Konzentration aufs Ziel

Mit Kinesiologie und zeitloser Weisheit erfolgreich sein

(Inspiriert von Torkom Saraydarian „Challenge for Discipleship“)



Konzentration ist keine rein mentale Fähigkeit, sondern ein Zustand. Wenn Ihre Persönlichkeitsanteile (physisch, emotional und mental) einheitlich konzentriert auf ein Ziel ausgerichtet sind, dann befinden Sie sich im Zustand der Konzentration.

Konzentration ist immer erfolgreich. Die Frage ist: Worauf konzentrieren Sie sich?

Sind Sie

- erfolgreich glücklich oder
- erfolgreich unglücklich?

Schauen Sie sich in Ihrem Leben um: Worin sind Sie gerade am erfolgreichsten? Beim Erreichen Ihrer Ziele oder sind Sie erfolgreich unzufrieden?



Je höher Sie sich in der Pyramide gerade befinden, desto bewusster sind Sie. Machen Sie sich bewusst, mit welchen Objekten/Zielen Sie beschäftigt sind.

Das Beste wäre, sich permanent in einem Zustand der WAHL zu halten. Dafür ist es notwendig, niemals längere Zeit tiefer als auf der Ebene der Möglichkeiten zu sein. Je höher das Niveau Ihres Zielobjektes ist, auf das Sie sich konzentrieren, desto mehr an Gesundheit, Freude und Harmonie werden Ihr Leben erfüllen. Darum:

Finden Sie ein Objekt, das Sie jubeln lässt!

Mit dem kinesiologischen Muskeltest lässt sich ein Ziel, das Sie erreichen wollen und worauf Sie Ihre Konzentration ausrichten möchten, ganz leicht herausfinden.

Sie haben die Wahl. Sie entscheiden über Ihr Leben – jeden Tag! Wollen Sie in einer Situation verharren, sich mit Problemen plagen und in der Vergangenheit stecken bleiben oder aber zielgerichtet und zukunftsorientiert sein?

**Seien Sie ein Vorbild für andere:
Kümmern Sie sich um Ihr Leben!
Wählen Sie Ihr Ziel, konzentrieren
Sie sich darauf – so gestalten Sie Ihr
Leben nach Ihrer eigenen Vorstellung.**

Mit Hilfe der Transformations-Kinesiologie (TK) ist es leicht, auf sanfte Weise Probleme und Hindernisse, die Ihnen im Weg sind, zu nutzen und in das zu transformieren, was Sie wirklich wollen.

Streben Sie den „Zustand der Konzentration“ an. Das bedeutet, identifizieren Sie sich mit dem Gegenstand Ihres Zielobjektes. Aber: jedes Objekt hat seinen eigenen „Rhythmus“, der Ihr Leben verändert, sobald Sie sich damit identifiziert haben. Umso wichtiger ist es ein geeignetes Objekt zu finden, das zu Ihnen und Ihren physischen, emotionalen und mentalen Fähigkeiten passt.

Konzentrieren Sie sich auf ein Zielobjekt von hohem Niveau. Ein hohes Niveau ist der Grund, warum Menschen, die sich zu konzentrieren wissen, so große

Fortschritte auf dem Weg ihrer Entwicklung machen.
Ein solches Zielobjekt könnte sein

- das Ideal Ihres Selbst sein, wenn Sie alle Ihre Fähigkeiten vollständig entwickelt haben und zum Ausdruck bringen
- eines der fünf Prinzipien:
 - Freude
 - Schönheit
 - Freiheit
 - Guter Wille
 - Gerechtigkeit
- eine Vision
- ein Traum aus Ihrer Kindheit sein
- ein Symbol
- ein Mensch von hoher Bewusstheit (z.B. der Dalai Lama, Gandhi, Meister Jesus – je nachdem, was Ihnen und Ihrem Glaubenssystem entspricht)
- ein besonders schönes Naturereignis, welches Sie berührt

Fontane sagt, „Anstauen ist auch eine Kunst. Es gehört etwas dazu, Großes als groß zu begreifen“.

Wenn Sie sich also auf ein Zielobjekt konzentrieren, erhalten Sie Eindrücke, die Sie dem Ziel entsprechend verarbeiten und zum Ausdruck bringen können. Alles was Ihnen begegnet im Leben (Gespräche, Menschen, Situationen) beeindruckt Ihren Geist und Ihre Persönlichkeit - wird verarbeitet, aufgenommen und im besten Fall angereichert von Ihrer Persönlichkeit wieder ausgedrückt (mit Ihren Worten, in Ihrer Sprache, in dem was Sie schreiben, durch Kunst, Arbeit, Heim, Familie). Wie bei der Nahrung (Metabolismus):

Essen einnehmen - verdauen/aufnehmen - ausscheiden
EINDRUCK - Einsicht AUFNEHMEN - AUSDRUCK

Wichtig ist zu wissen, dass JEDER Eindruck wieder nach Ausdruck strebt. Auch unbewusste Eindrücke bewirken etwas in Ihrem System und wollen beachtet und ausgedrückt werden. Ein gestoppter Ausdruck kann sich in Ihrem System recht unangenehm bemerkbar machen z.B. als innere Unruhe, Gereiztheit, Wut, Hass, Neid, Eifersucht usw. oder im schlimmsten Fall als Symptom. Der physische Körper ist die letzte Station eines Eindruckes auf dem Weg zum persönlichen Ausdruck. Wenn ein Ausdruck so lange gestoppt wurde, dass das menschliche System nur noch die Sprache des Symptoms als Hilfsmittel nutzen kann („Was ist Dir denn über die Leber gelaufen?“), werden Sie dem Eindruck spätestens hier Beachtung schenken.

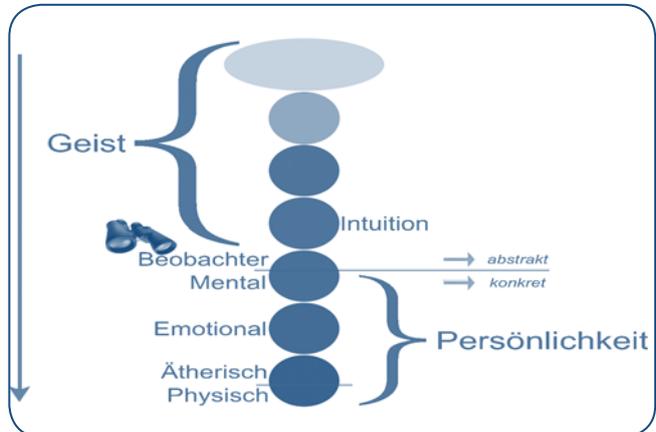
Der Weg des Eindruckes durch unser System verläuft von oben nach unten. Sie wollen z.B. „ein Haus bauen“:

Der höhere oder auch spirituell genannte Anteil Ihres Mentalkörpers empfängt die Idee für den Bau eines Hauses von noch höheren Ebenen. Wobei es sich darüber recht gut philosophieren ließe, was mit „ein Haus bauen“ auf spiritueller Ebene gemeint sein könnte (lt. Plutarch, 45 bis 125 n.Chr.: „Eine Idee ist ein unkörperliches Wesen, das an sich keine Substanz besitzt, das aber gestaltloser Materie Gestalt und Form verleiht und zur Ursache von Manifestation wird.“).

Wenn der konkrete Anteil des Mentalkörpers bereit ist, baut er aus dieser Idee einen konkreten Gedanken = der Gedanke erhält seine erste „Form“ und der emotionale Anteil des Menschen bastelt daraus ein Bild, das ihm gefällt. Im ätherischen Bereich werden u.a. die entsprechenden Sinne aktiviert, damit alles Nötige veranlasst werden kann, um die Idee auch tatsächlich physisch zu verwirklichen => **ein Haus wird gebaut.**

Der Verlauf eines Eindrucks am Modell des menschlichen Systems:

Die Identifikation mit einem Zielobjekt und dessen Rhythmus verändert also Ihren Rhythmus und Ihr Leben. Aus diesem Grund sollten Sie sich ganz bewusst darüber Klarheit verschaffen, womit Sie sich beschäftigen - worauf Sie Ihre Konzentration richten.



Es ist eine seltsame Tatsache, dass die Mehrzahl der Menschen

- kein Zielobjekt hat, auf das sie sich konzentrieren
- eine verstreute Aufmerksamkeit an den Tag legt
- ihre Lebensaufgabe nicht kennt, die herauszufinden gar nicht so schwierig ist.

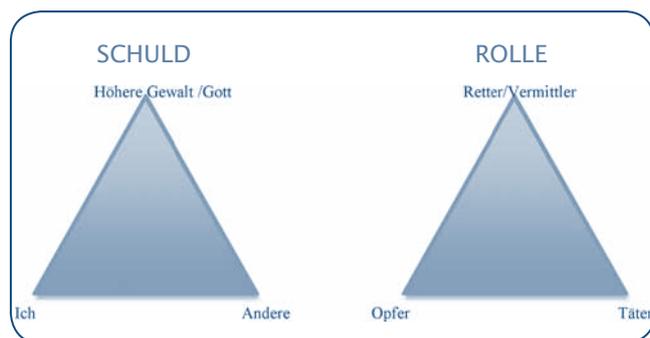
Viele Leute wechseln täglich, monatlich, jährlich ihren Fokus ... was eben gerade schmerzt. Relativ wenige haben ein Objekt von tiefem Interesse, denn dazu benötigen sie eine spirituelle Identität – das SELBST.

Was ist dieses SELBST, das ICH? Sie erfahren es z.B. indem Sie Ihr „Selbst“ zu Ihrem Zielobjekt wählen, Ihre Konzentration darauf richten und alle Erfahrungen, die Sie dann machen, in Bezug zu Ihrem Ziel (dem „Selbst“) sehen.

Forschen Sie! Finden Sie heraus, wer Sie sind!
Konzentration ist erst möglich, wenn Sie GANZ sind.
Wenn ein Pfeil aufgesplittet ist, kann er sein Ziel nicht treffen. Darum ist es wichtig, dass Sie sich selbst finden und der werden, der Sie sind.

Aristoteles sagt: „Das Selbst ist die vollkommene und perfekte Verwirklichung dessen, was zuvor als Potential in uns vorhanden war.“

Und der italienische Psychoanalytiker ergänzt: „Das Selbst ist nicht allein eine Möglichkeit, die es irgendwann zu realisieren gilt. Es ist... vielmehr eine bereits bestehende Existenz (!) ... mit allen Erfahrungen, die wir gemacht haben.“ Für einen Menschen ist es wichtig, sich selbst zu finden und in seinen Persönlichkeitsanteilen für Einheit zu sorgen – für Integrität, für Einheit. Denn dann ist eine Person fähig, sich heil (ganz) zu machen und 100% Verantwortung für sich und ihre Handlungen zu übernehmen und sie ist dann auch fähig, sich auf ein (höheres) Objekt zu konzentrieren. Ansonsten gerät sie immer wieder in die Fallen von Rollen und Schuld:



Ein Entkommen aus diesen Schuld- und Rollenspielen ist nur möglich, indem Sie für Ihr Handeln, Sprechen und auch Denken die Verantwortung übernehmen und sich bewusst machen, dass alles in Ihrem Leben etwas mit Ihnen zu tun hat, von Ihnen verursacht wurde: Das weniger Schöne und der Erfolg – Sie haben es sich verdient! Entscheidend für den Umfang Ihres Erfolges ist die Absicht, die hinter Ihrer Objektwahl steht:

Wollen Sie ein Ziel verwirklicht haben, um die Interessen Ihrer Persönlichkeit zu befriedigen?

Zum Beispiel:

physisch	Komfort, Sex, Geld
emotional	Macht, Wünsche
konkret mental	Stolz, sich von anderen „abheben“ wollen

Oder wollen Sie mit Ihrem Ziel etwas weitergeben und Ihre Fähigkeiten einsetzen, um allen Menschen mit denen Sie in Kontakt kommen, bei ihrem Weiterkommen zu helfen?



Je eigensüchtiger die eigentliche Absicht hinter einem Ziel ist, desto geringer oder nur kurzfristig erfolgreich werden Sie sein.

Die Formel für Erfolg lautet demnach:

$$\text{Erfolg} = \frac{\text{Integrität (d. Persönlichkeit)} + \text{Ziel-Niveau}}{\text{Eigeninteresse}}$$

Sorgen Sie für Einheit in Ihrer Persönlichkeit, denn so wie ein gesplittener Pfeil sein Ziel nicht treffen kann, kann

ein gesplittener Geist

- sich nicht konzentrieren
- nicht beobachten
- nicht klar sehen und lesen
- nicht klar hören

ein gespaltenes Herz kann

- nicht lieben

ein gesplittener Körper

- ist krank.

Torkom Saraydarian sagt:

„Gesplittene Menschen sind die Ursache für die Probleme in der Welt, während der Rest der Menschheit Zeit, Geld und Energie damit vergeudet, diese Probleme zu lösen.“

Misserfolg ist immer die Folge von mangelnder Konzentration im gleichen Maße wie Erfolg immer das Ergebnis von Konzentration ist.

In den Schulen der Zukunft sollte unterrichtet werden wie man

- sich konzentriert
- Objekte von echtem Interesse findet (dann ist es leicht sich zu konzentrieren)
- seine Energie wie einen Laserstrahl fokussiert

Ein Schüler sollte lernen

- wie er einen Gegenstand findet, der all seine Aufmerksamkeit auf sich zieht
- wie er seine ganze Persönlichkeit auf einen Gegenstand seines Interesses ausrichtet
- alles was er tut, mit dem ganzen Herzen zu tun.

Das Herz ist das Symbol für Einheit im Menschen und für die Liebe. Lieben Sie sich selbst, dann lieben Sie, was Sie tun und das, worauf Sie Ihre Aufmerksamkeit richten. So begeistern Sie sich und Ihre Mitmenschen.

Laut Torkom Saraydarian ist

„Begeisterung die Konzentration auf eine Vision, die durch Handeln verwirklicht wird.“

Glauben Sie an sich, denn die eigentliche Bedeutung von „Glaube“ ist konzentrierte Begeisterung sowie Bewusstsein für zukünftige Vollkommenheit. Oder wie Eileen Caddy es in ihrem Buch „Herzenstüren öffnen“ ausdrückt:

„Höre auf, verantwortungslos ins Blaue zu leben, bringe dich in Schwung und unternimm etwas in deinem Leben!“

Daniela Mohr

Ilisenweg 2
D-77815 Bühl
Tel.: 0151 11507901
daniela.mohr@mrc-gruppe.de
www.mrc-gruppe.de



Der „Zufall“ in der Kinesiologie



Kinesiologie ist in ihren Anfängen zunächst etwas Handfestes, Bodenständiges. George Goodheart war ein Chiropraktiker, der, von Kendall inspiriert, den Focus u. a. weg von der knöchernen Wirbelsäule hin zu der Rolle der Muskeln lenkte. Heute ist es Allgemeingut, dass primär der sog. Halteapparat, also die Muskeln und Sehnen, für den Zustand der Wirbelsäule verantwortlich sind. Goodheart ging aber noch weiter. Er fand heraus, dass es oft nicht so sehr auf die Muskelstärke ankam,

sondern auf den Muskeltonus und dass das eigentliche Problem oft nicht vom verspannten, schmerzhaften Muskel ausging, sondern von seinem Gegenspieler mit einem schwachen Muskeltonus. Bei der Frage nach den Ursachen der Tonusveränderungen kam ihm die erweiterte Stress-Definition von Selye zu Hilfe. Für Selye ist jede Herausforderung an ein biologisches System, das eine Anpassung erfordert, Stress. Daraus entstand das Modell der „Triad of Health“

Wir können daraus lesen, dass sowohl strukturelle als auch chemische und psychisch-emotionale Stressoren das Dreieck in Schiefelage bringen aber auch, dass wir von drei Seiten aus das Problem angehen können. Goodheart näherte sich immer mehr einer ganzheitlichen Betrachtungsweise wie sie der Naturheilkunde eigen ist - aus dem verschobenen Wirbel wird ein aus dem Gleichgewicht geratener Mensch.

Medizin leitet sich ab vom Lateinischen „in mediam ducere“ in die Mitte führen. Die klinische Medizin, die sog. Schulmedizin hat ihr Hauptgewicht in der Darstellung der Schädigung der sog. Alteration. Die Diagnosemöglichkeiten sind riesig, die Therapie oft eher bescheiden, auch ihre Verteidiger beklagen die immer größer werdende Diskrepanz zwischen Diagnose und