

Kurt Tepperwein

EWIGE WEISHEITEN

Nutzen Sie Ihre
kreativen Gedanken

||||| SILBERSCHNUR |||||

Alle Rechte – auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe, der Übersetzung und der Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen – vorbehalten.

© Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN 3-931 652-50-5

1. Auflage 1999

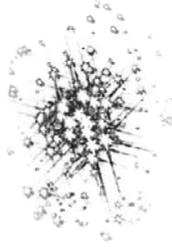
Covergestaltung: dtp XPresentation, Boppard

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim

www.silberschnur.de

e-mail: info@silberschnur.de



Vorwort

Was wir wirklich brauchen, sind nicht mehr weise Worte, sondern mehr Menschen, die die Worte leben. Aber um die Weisheit zu leben, muß ich sie zuerst einmal ins Bewußtsein nehmen. Erst wenn ich etwas kenne, kann ich prüfen, ob es meiner Wahrheit, meiner „inneren Wirklichkeit“ entspricht. Erst dann kann ich die so erkannte Wahrheit bejahen, annehmen und zu einem Teil meiner Wirklichkeit machen – zu meinem Leben.

Dazu möchte dieses Buch anregen, die Wahrheit, die in jedem liegt, an die Oberfläche des Bewußtseins zu bringen, damit sie lebendig werden kann. So ist dieses Buch ein Buch des Lebens, das ein Leben lang gelesen, verinnerlicht und gelebt werden kann. Die meisten darin enthaltenen Weisheiten haben keine Quellenangaben, weil sie mir nicht bekannt ist, obwohl es in Wirklichkeit immer nur die „eine Quelle“ gibt, ganz gleich, wer es zuerst gesagt hat.

Einige Zitate und Weisheiten sind von unbekanntem Autoren oder aus unbekanntem Quellen. Sollten Ihnen Liebe Leser Quellen bekannt sein, bitte teilen Sie sie uns mit, daß wir die Quellen bei einer späteren Auflage veröffentlichen können.

Dieses Buch kann man auf verschiedene Weise „lesen“, erleben, anwenden, lebendig werden lassen. So kann es mir helfen, in jeder Situation

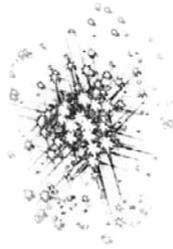
„meine Wahrheit“ zu finden, indem ich mir eine Frage bewußt mache, das Buch aufschlage und das, worauf mein Auge fällt, als Botschaft des Lebens nehme. Als Antwort auf meine Frage, als Weg zur Lösung meines Problems oder zur Klärung einer Situation. Mit Hilfe des Buches finde ich immer mehr die Wahrheit in mir, die ewige Weisheit, die die kosmische Ordnung, die „Geistigen Gesetze“ erkennen läßt. So erkenne ich immer mehr die „Wirklichkeit hinter dem Schein“.

Dieses Buch kann mir aber auch helfen, in der Welt der Eigenschaften, Möglichkeiten und des Scheins die „Tür nach Innen“ zu finden, in die Welt des eigenschaftslosen Seins. Dort gibt es wieder eine Tür, die zurückführt in die Welt der Eigenschaften, Möglichkeiten und des Scheins, aber als „eigenschaftsloses Sein“.

Wenn ich bereit bin, hilft mir dieses Buch auch, ein Freund zu werden, wie ein Buch, denn Bücher sind die besseren Freunde. Sie reden nur, wenn wir es wollen, und schweigen, wenn wir anderes vorhaben. Sie geben immer und fordern nie. Bin ich bereit, kann ich jederzeit ein solcher Freund werden, z. B. JETZT!!!

Dieses Buch ist ein Angebot des Lebens, eine Chance, mich an „mich selbst“ zu erinnern. Eine ganz persönliche Botschaft, mich erkennen zu lassen, wer ich wirklich bin, was Leben und der Sinn meines Lebens wirklich ist. Es zeigt mir auch das Ziel allen Seins, die eine Wahrheit, die in allem liegt, hilft mir so, endlich der zu werden, der ich in Wirklichkeit bin und immer war:

ICH SELBST !!!



Das „Über-Mantra“

Hier nun ein außerordentlich wirksames Experiment, das sofort von Ihnen ausgeführt werden kann. Es ist die Technik des „Übermantra“, einer Mischung aus Coué'scher Formelbildung und indischer Mantratechnik.

Coué war ein französischer Apotheker und fand heraus, daß die Wiederholung der Formel: „Es geht mir von Tag zu Tag in jeder Hinsicht besser und besser“ einen äußerst positiven Einfluß auf die Gesundheit und die seelische Verfassung der Patienten hat. Es wurde eine ca. 20-30malige Wiederholung der Formel angeraten. Die Coué'sche Formelbildung war die Grundlage für die Entwicklung des Autogenen Trainings und der Technik des Positiven Denkens.

Im indischen Yoga wird eine ähnliche Form der Formelbildung benutzt, das sogenannte Mantra-chanten. Der Yogaschüler meditiert hierbei mehrere Stunden des Tages über eine kurze, aussagekräftige Formel, deren Sinn sich ihm mehr und mehr erschließt, und deren Aussage immer mehr zu seinem geistigen Eigentum wird.

Das Übermantra ist nun eine Kombination aus beiden Techniken, die alle Vorteile in sich vereint.

Wählen Sie sich zunächst einen Satz, eine kurze, einprägsame und rhythmische Formel, die Ihnen leicht von den Lippen geht und einen von Ihnen gewünschten Endzustand beschreibt. Solche Formeln können lauten:

„Positives Leben durch positives Denken.“
„Die innere Heilkraft heilt mich jetzt.“
„Das Glück kommt mit auf Schritt und Tritt.“
„Ich bin eins mit dem Leben und völlig gesund!“
„Lernen macht Freude und führt zum Erfolg.“
„Ich helfe dir, spricht Gott in mir.“
„Jede Zelle meines Körpers ist gesund und stark.“

Nehmen Sie sich nun etwa zwanzig Minuten Zeit, und suchen Sie sich einen Ort, an dem Sie in dieser Zeit nicht gestört werden. Wir wollen nun diese Formel nicht nur dreißigmal wiederholen, so wie Coué empfiehlt, wir wollen uns aber auch nicht einen Tag lang damit beschäftigen. Was wir machen wollen ist, diese von uns ausgesuchte Formel für etwa zwanzig Minuten ununterbrochen zu wiederholen, und zwar so schnell hintereinander, daß sich kein anderer Gedanke in unserem Bewußtsein einnisten kann. Für etwa zwanzig Minuten soll jetzt Ihr einziger Gedanke Ihre Formel sein. Die Wiederholungen müssen so schnell sein, daß Sie während dieser Zeit keine Gelegenheit haben, an etwas anderes als Ihren Vorsatz zu denken.

Die Wirkung dieser Methode ist verblüffend. Zum einen werden wir nach zwanzig Minuten feststellen, daß unsere Formel unser gesamtes Bewußtsein ausfüllt. Wir haben in diesen zwanzig Minuten keine andere geistige Ursache als nur das von uns formulierte Ziel gesetzt. Doch Sie werden feststellen, daß auch, jetzt, wo Sie mit der Rezitation aufgehört haben, die Formel in Ihnen weiterklingt, wie ein Lied, eine Melodie, die wir nicht mehr loswerden. Dieser Effekt ist beabsichtigt, weil diese Formel unser Bewußtsein noch lange Zeit in positiver Weise beeinflusst!

Nun werden Sie Ihr Bewußtsein wieder anderen Dingen zuwenden, wenn Ihnen Ihre persönliche Formel auch noch lange im Ohr klingen wird. Doch das Verblüffende ist, daß auch, wenn Sie nach einigen Stunden in sich hineinhorchen, Sie feststellen werden, daß gleich einem Perpetuum mobile Ihre Formel noch immer in Ihnen klingt, wie ein Rad, das Sie einmal in Bewegung gesetzt haben, und das nun sehr lange in Ihnen ausschwingt. Jetzt genügt eine kurze Zeit der erneuten, bewußten Wiederholung, um das „Rad“ wieder in Schwung zu bringen, so daß die Formel Ihnen wieder für längere Zeit

im Bewußtsein ruht. Wenn Sie dieses Rad von nun an immer in Bewegung halten, werden Sie miterleben, wie Sie und die Umstände Ihres Lebens sich zu Ihren Gunsten zu verändern beginnen. Denn jeder unserer Gedanken ist eine schöpferische Ursache, und eine solche Ballung von Ursachen hat auch eine entsprechende tiefgreifende Wirkung zur Folge!

Weitere Formeln:

Ich bin ein
vollkommener
Ausdruck der
Vollkommenheit
des Seins.

Durchlichtet und
erfüllt von dem
Bewußtsein Seiner
Gegenwart gehe ich
durch den Tag und
erfülle den Augenblick.

Jede Zelle meines Körpers
ist ein Spiegelbild
Seiner Kraft und
Vollkommenheit.

Jede Zelle meines Körpers,
und mein ganzes Sein auf
allen Ebenen ist durchlichtet
und erfüllt von der Vollkommenheit
des Einen Bewußtsein.

Im Bewußtsein Deiner
Gegenwart gehe ich
durch den Tag und
erfülle den Augenblick.

Weisheit und Liebe leiten mich jetzt.

Iß, was gar ist,
trink, was klar ist,
red, was wahr ist.

Martin Luther

Verlache
den kleinen Kern nicht!
Eines Tages wird er
ein Palmbaum sein.

Arabisches Sprichwort

Auch
ein Schritt rückwärts
kann unvorsichtig sein.

