



Willkommen auf der Insel des Neu Denkens

von Erika Luzia Lüthi

Zu den Wegen in deine positive Zukunft gehört die Insel des Neu Denkens. Die Insel des Neu Denkens hat eine runde und weiche Form mit leichten Einbuchtungen, die das Landen mit einem Boot gut ermöglichen. Sie erleichtern auch die Verbindung zu den anderen Inseln, die mit Fähren gut zu erreichen sind.

Auf der Insel des Neu Denkens wechseln sich wilde Landschaften mit durcheinander wachsenden Bäumen und Sträuchern ab mit kultivierten Feldern, gepflegten Gärten und

Parks. Neben Farnen, Magnolienbäumen, Lorbeer, Farnen und Orangen- und Zitronenbäumen, Palmen und Bananenbäumen stehen Eichen, Buchen, Eschen, Birken, Lärchen und Kiefern. Diese etwas andere Art von Mischwald wechselt ab mit schroffen Felsen und sanften Hügeln, Wiesen, Mais- und Getreidefeldern, Moore und Heiden. Trotz dieser Gegensätze kann es auf dieser Insel sehr ruhig und friedlich sein. Die Sonne kann brennen oder auch sanft sein im Schatten der Bäume und Wäldchen. Nirgends gibt es Zäune und Markierungen.

Auf dieser Insel gibt es wenige Orte und Gebiete mit Menschen. Die Wege führen durch viel unberührte und noch nicht entdeckte und sich völlig neu zeigende Natur. Es gibt viele Plätze, die noch niemand entdeckt hat und Sie der Erste, die Erste sind, die hier sind.

Der Himmel ist manchmal am Horizont in einem hellen Wasserfarbenblau, das nach oben hin immer dunkler wird, manchmal am Horizont auch zartrosa, rot, orange oder gelb. Wolkentürme verändern und jagen sich dauernd. Sie können hier auf dieser Insel einfach sitzen und diese Wolkenspiele und die Sonnenauf- und untergänge wahrnehmen und geniessen.

Ungefähr in der Mitte der Insel, da, wo sich die Regionen Anders Denken im Westen, Neu Denken im Nordosten und die Region des Bewusst Denken im Süden treffen, liegt ein Berg. Der Berg ist ein Anziehungspunkt für viele Reisende. Hier oben haben Sie den Überblick über die Insel. Von ihm aus können Sie auf die verschiedenen Gebirgs- und Hügelketten blicken, einen Blick auf ein Stück des Sees und das Tal des Neu Denkens erhaschen. Bei gutem Wetter können Sie von weitem die Stadt der Denkmuster erahnen. Hier haben Sie einen wunderbaren Blick auf das Meer. Sie können seine Grösse und Weite spüren und in sich wirken lassen. Hier gibt es auch fantastische Sonnenauf- und -untergänge.

Die Insel des Neu Denkens ist in vier Regionen aufgeteilt: Region des Anders Denken im Westen, die Region des Gewohnheitsdenken im Nordwesten, im Nordosten die Region Neu Denken mit dem See der Stille und im Süden die Region Bewusst Denken. Diese Regionen sind sowohl landschaftlich als auch von der Flora und Fauna und dem Klima her sehr unterschiedlich. Weitere Hinweise und Informationen zu den entsprechenden Regionen finden Sie jeweils in der Beschreibung der einzelnen Regionen. Was die Regionen gemeinsam haben, ist, dass Sie in allen vier Regionen Aspekte und Möglichkeiten des Neu Denken entdecken können und praktische Hinweise bekommen, wie Sie dies üben und in Ihren Alltag integrieren können. Wenn Sie eintauchen in die Themen und sie zulassen, merken Sie plötzlich eines Tages, dass Sie die Welt mit neuen Augen betrachten.

Auch die Menschen an den verschiedenen Orten und Plätzen unterscheiden sich voneinander. In der Regel sind die Leute offen den Reisenden gegenüber. Es gibt viele Flecken auf der Insel, die sehr ruhig sind und Ihnen Gelegenheit geben, innezuhalten. Sie werden in diesen Momenten auch nicht von der Bevölkerung dieser Insel gestört. Die Menschen hier sind sich der Wichtigkeit dieser Momente bewusst und nutzen sie auch selbst, wann immer sie können.

Welche Sprache Sie auch sprechen, es wird in den Orten immer jemanden geben, der Sie versteht und Ihnen antworten kann

Die Grösse der Insel variiert. Sie bezieht sich auf Ihre Fähigkeit, Ihr Denken zu öffnen und zu erweitern. Je nachdem ist sie manchmal grösser und manchmal kleiner.

Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft

Ein besonderes Phänomen dieser Insel ist das Verständnis von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft und deren Verbindungen.

Eine bewusste Vergangenheit schafft neue Möglichkeiten.

Wenn Sie zurückschauen in Ihre Vergangenheit, dann begegnen Sie dem, was war. Sie können viel Schönes und auch Schwieriges entdecken, manches, das Sie geprägt hat, und Sie zu der Person gemacht hat, die Sie heute sind. Erfolge und Misserfolge, Gelerntes und Erfahrenes, zeigen sich Ihnen, auch Ihre Talente und Ressourcen. Vielleicht entdecken Sie Herausforderungen, die Sie stark werden liessen, die Sie gut gemeistert haben und andere, an denen Sie fast zerbrochen sind und die Sie vielleicht heute in der Gegenwart manchmal noch beschäftigen. So sind Sie zu der Person geworden, die Sie heute sind.

Es ist zentral, bewusst in der Gegenwart zu sein.

Die Gegenwart ist hier und jetzt, in diesem Augenblick. Sie sind in ihr, präsent und gegenwärtig. Das ist das, was jetzt gerade entsteht. Die Gegenwart zeigt Ihnen auf, wer Sie wirklich sind. Sie sind mit Körper, Geist und Seele da, wo sie gerade sind und was gerade ist. Ihr Kopf ist da, wo Ihr Körper ist.

Das gegenwärtige Leben wie es sich Ihnen im Alltag zeigt, ist wie ein Manuskript, das Sie immer wieder entziffern, lesen, überprüfen, klären, kürzen, ändern, neu schreiben, weiterentwickeln und deuten können. Sie finden in diesem Manuskript Fragen und Antworten auf das, was Ihnen tagtäglich begegnet: Gedanken, Gefühle, Impulse und Verbundenheiten. Dies können auch Absichten und Intentionen sein, die sich in Ihrem Handeln und Tun zeigen. Es ist das Manuskript Ihres Lebens, das Sie jetzt gerade diktieren und gestalten.

Sie sind herausgefordert voll und bewusst in der Gegenwart zu sein, da zu sein, wo Sie gerade sind, da zu sein, was gerade ist. Sie sind als Reisende und Forschende auf Ihrer Reise auf dieser Insel genau in diesem Augenblick unterwegs.

Die Zukunft will bewusst gestaltet werden.

Das, was Sie gerade jetzt als nächstes aus dem Augenblick heraus denken, fühlen oder tun werden, ist der erste Schritt in die Zukunft. Sie sind mit sich und Ihrer Person, die Sie sind und zu der Sie werden können, unterwegs. Sie entdecken, was das Ihrige ist, wo es für Sie stimmig oder auch nicht stimmig ist. Die Zukunft Ihres Lebens aus dem Augenblick heraus liegt vor Ihnen. Ihre Potentiale begleiten Sie dabei.

Vielleicht kennen Sie auch den Ruf, der Sie in die Zukunft zieht, Sie einlädt zukünftige Möglichkeiten zu entdecken, über eine Schwelle in ein neues unbekanntes Feld zu treten. Sie begegnen dabei etwas Höherem und Tieferem und folgen konsequent Ihrem eigenen Lebensweg.

Geschichte und Kultur

Die Geschichte dieser Insel wird immer wieder neu geschrieben. Mit jeder neuen Entdeckung sieht sie anders aus, mit jedem anderen Blick auf die Vergangenheit, mit

jedem Moment der bewussten Gegenwart, mit jedem Schritt in die Zukunft, verändert sie sich. Die Geschichte und die Kultur dieser Insel sind miteinander verbunden – das eine hängt vom andern ab.

Genauso gibt es eine Wechselwirkung zwischen dem, was sich in Ihrem Inneren und im Äusseren beim Reisen, auf der Insel und in Ihrem Alltag zeigt.

Die Reise auf dieser Insel ist eine Zeit des Geniessens des Innehaltens, des Alleinseins und der Stille. Sie haben die Gelegenheit, eine eigene neue Kultur zu entwickeln, die geprägt ist von Ihren neuen Denkmustern, Ihren ethischen Grundsätzen und Ihrer neuen Sicht der Welt. Sie können als Beobachtende entdecken, was sich Ihnen von innen herzeigt und entstehen will.

Forschungsansatz

Die Sicht nach innen auf Ihre Gedanken zeigt Ihnen die Abläufe des eigenen Denkens und öffnet Ihnen so den Zugang zu Ihrer mentalen Intelligenz und Ihren mentalen Kompetenzen. Sie ermöglicht Ihnen zu erkennen, wie Sie über sich und andere Menschen denken, aus welcher Perspektive heraus Sie beobachten, wahrnehmen und welche Erkenntnisse Sie daraus ziehen.

Sie erkunden hier Ihren Alltag und Ihre gedanklichen Reaktionen darauf. Sie beobachten sich selbst. Sie erforschen Ihre Denkwelt und erfahren, wie Sie sie umprogrammieren können. Sie schauen sich und anderen zu, horchen in sich selbst hinein, reflektieren und probieren Neues aus.

Themen der Insel des Neu Denkens

Eine Reise auf der Insel des Neu Denkens öffnet Ihr Denken und erweitert Ihre Denkräume: Sie beobachten und erkunden Ihr Denken und dessen Wirkung. Die Insel des Neu Denkens führt Sie zu Ihrer Quelle des Denkens. Sie erfahren, wie Sie aus dieser Quelle heraus bewusst handeln können.

Auf der Insel des Neu Denkens erleben Sie, wie Sie Ihr gewohnheitsmässiges Denken und Urteilen hinterfragen können. Sie erfahren, wie wichtig es ist, vor allem letzteres zurückhalten zu können.

Sie entdecken, wie Nichtgelöstes aus der Vergangenheit im Augenblick aufgelöst werden kann. Dies kann Sie mit Dankbarkeit erfüllen.

Auf dieser Insel erforschen Sie wie das Leben ist, wenn Sie sich erlauben, Ihr Denken zu öffnen, lustvoll verschiedene Perspektiven einzunehmen, ein Um- und Neu Denken auf verschiedenen Ebenen zuzulassen.

Das Reisen auf dieser Insel unterstützt Sie, die Welt bewusster zu betrachten. Sie reisen durch Orte, Plätze, Seen, Täler und Berge, die es Ihnen ermöglichen, zu üben aus alten Denkmustern und Codierungen auszusteigen und eine neue Sicht auf die Welt zu entwickeln. Damit sich in Ihrem Hirn neue Bahnen entwickeln können, gilt es immer wieder zu üben. Dazu stehen Ihnen die Aktiv- und Kreativübungen zur Verfügung. Eines Tages merken Sie, dass sich etwas verändert hat und Sie dürfen staunen, wie dies geschehen konnte.

Hinweis

Auf der Insel des Neu Denkens finden Sie verschiedene Instrumente und Werkzeuge, die Sie vielleicht bereits kennen oder neu für Sie sind. Probieren Sie aus, experimentieren Sie damit, worauf Sie gerade Lust haben und was gerade stimmig für Sie ist. Wählen Sie aus.

Die Insel des Neu Denkens ist in Regionen aufgeteilt. Da jede Sehenswürdigkeit für sich selbst unabhängig von den anderen besucht werden kann, tauchen die Einleitungen zu den Regionen an mehreren Stellen auf.