

Die Angst vor dem Unbekannten teilt die Menschheit immer noch – Es ist an der Zeit, andere einfach so sein zu lassen, wie sie sind

Michael Forrester, 27.02.2013

Übersetzung: Patrizia

Michael Forrester ist ein spiritueller Berater und ein Motivationstrainer für Unternehmen in Japan, Kanada und den Vereinigten Staaten



Eine verbreitete und immer mehr um sich greifende Thematik scheinen Menschen zu sein, die mit den Informationen im Internet im Widerspruch stehen – eine Angst vor dem Unbekannten. Es gibt ein ständiges Bedürfnis, Inhalte herunterzumachen oder zu kritisieren, die mit der eigenen Wahrheit nicht zu vereinbaren scheinen. Auch wenn die Konfrontation mit der Angst diese nicht beseitigt, schlagen viele Forscher vor, dass man die von Erfahrung getriebene negative Einstellung gegenüber gefürchteten Dingen oder Umständen oder dem Unbekannten ändern sollte um über die Angst selber hinwegzukommen, was es dann dem offenen Geist und den vielen Perspektiven erlaubt, diese Negativität zu überschreiben oder auszuschalten.

Wenn die Menschen bei ihren negativen Einstellungen bleiben gegenüber allem, was mit ihrer eigenen Version der Realität nicht übereinstimmt, werden sie eher eine Fortsetzung dieser Ängste erleben als diejenigen, deren Einstellung weniger negativ ist. Physiologische Marker, wie die Herzschlagfrequenz und Zukunftsängste nehmen zu, wie man den Messungen von Menschen entnehmen kann, deren Einstellung negativ bleibt.

Vieles von dem Konzept, das wir von uns selber haben und von unseren Einstellungen als Individuum, das seine Ziele unter Kontrolle hat, verstärkt unsere Realität oder das, was wir für unsere Existenz halten.

Manche dieser Einstellungen basieren oftmals auf einer starken Verbindung zwischen einer Angst und einem negativen Gefühl, die so stark ist, dass viele Menschen diese Angst überhaupt nicht sehen oder darüber nachdenken können ohne eine automatische Reaktion zu erleben. Als Beispiel: viele Menschen auf dieser Welt, die ihrer Religion treu ergeben sind, fürchten zutiefst Atheisten. Sie weigern sich, sich in deren Lage hineinzusetzen. Sie gestehen den Atheisten nicht einmal deren Recht auf ihre Meinung zu. Und sie fühlen sich extrem bedroht von jeglichen Inhalten, die die Prinzipien des Atheismus fördern. Das gleiche gilt, wenn wir die beiden Rollen vertauschen. Keine Seite kann je die andere fördern, wenn jede nur negativ über die andere denkt. Dies erschafft Selbstgerechtigkeit, Überlegenheit und natürlich Ignoranz.

Negative Reaktionen gegenüber dem Unbekannten bescheren uns ein Gefühl der Charakterschwäche, besonders ein mangelndes Vertrauen in unsere eigenen Überzeugungen. Wenn wir das Bedürfnis haben, andere für ihre Meinungen und ihre dargelegten Informationen zu beschimpfen, zeugt dies von einem Defizit an Vertrauen in unsere eigenen Glaubenssysteme, in unsere Moralvorstellungen und in unsere Werte.

Diejenigen, die Vertrauen in ihre Meinungen haben, haben gar nicht das Bedürfnis, all die Dinge, die sie an anderen nicht mögen, aufzudecken oder einen Makel herauszustellen um ihr eigenes Gewissen zu beruhigen. Im Grunde genommen haben solche Menschen, die dies tun, das Gefühl, sie müssten sich rechtfertigen um ihr eigenes Glaubenssystem zu stützen weil ihrer Ansicht nach ein konkurrierendes System falsch sein muss.

Es gibt immer Verbesserungspotenzial unserer Möglichkeiten wenn wir die Einstellung verändern. Um die Wahrscheinlichkeit zu verändern, dass Negativität oder Angst automatisch aktiviert wird wenn wir in einer speziellen Situation sind, müssen wir in positiver Weise die Meinung anderer als geltend ansehen ungeachtet unserer eigenen Vorstellung. Wenn zum Beispiel für jemand der Himmel „grün“ statt „blau“ ist, könnten wir, anstatt dessen Geisteszustand sofort als falsch zu erklären, denken, wie interessant es doch sei, den Himmel „grün“ zu sehen, und uns dann vielleicht fragen, warum dessen Perspektive so sehr von der unseren abweicht.

Viele der Webseiten, zu denen ich Inhalte beisteuere, erhalten ständig Kritik für ihre Inhalte. Nun ist es aber so, dass **KEINE** dieser Webseiten in dieser Art und Weise an andere Webseiten herantritt oder E-Mails an Individuen schickt, die eine andere Meinung vertreten. Warum? Weil sie wissen, dass andere das Recht auf eine andere Meinung haben. Sie beschäftigen sich nicht damit, und sicherlich suchen sie keine Auseinandersetzung mit Andersdenkenden. Jeder hat seinen eigenen Lebensweg und das Lernen eines jeden Einzelnen ist einzigartig. Man muss es anderen erlauben, diese Einzigartigkeit und dieses Wachstum auf tiefster Ebene ihres Wesens zu erfahren. Der Blickwinkel des einen ist nicht wahrer oder unwahrer als der eines anderen, besonders nicht, da die Wahrheit 360 Grad umfasst und alle unsere Einstellungen unsere Realität definieren.

Während viele dem nicht zustimmen, ist dies jedoch mittlerweile das Glaubenssystem von Millionen von Menschen auf dieser Erde. Die Menschen haben das Recht auf ihre eigene Meinung. Aber wenn sich einige bemüht fühlen, Webseiten oder Autoren aufzufordern sich zu ändern und versuchen, deren Inhalte in Richtung einer Mentalität zu lenken, die übereinstimmt mit ihrer entgegen gesetzten Sichtweise, dann sollten sich vielleicht genau diese Leute ihr eigenes Glaubenssystem anschauen um herauszufinden, warum sie sich so bedroht und ins Unrecht gesetzt fühlen – nur von Worten. Die gleichen Worte können jeweils in positiver wie in negativer Weise Millionen von Menschen beeinflussen. Der Unterschied liegt darin, wie wir wahrnehmen oder verstehen, dass die Realität eines anderen anders als die unsrige ist. Wir sind alle ziemlich ähnlich – wir erleben und lernen lediglich in unterschiedlicher Art und Weise. Und keine dieser unterschiedlichen Arten ist besser oder fortschrittlicher als eine andere – lediglich anders.

Dies ist eine Gelegenheit, wirklich etwas über uns selber zu lernen – dass das Verurteilen anderer im Grunde nur ein Verurteilen unserer Selbst ist. Andere Menschen in unserem Leben dienen zu unserer eigenen Reflektion der Unvollkommenheit, die wir suchen um sie bei uns selber zu korrigieren. Wir ziehen jeden Menschen in unserem Leben aus einem bestimmten Grund an – um uns zu zeigen wer wir sind. Wenn du denkst, die Menschen in deinem Leben sind nur zufällig da, dann schenkst du diesen sehr wertvollen Lektionen, die sie dich lehren, keine Beachtung.

Wenn wir unsere Einzigartigkeit annehmen und verstehen, dass jeder Mensch aus einem Grund hier ist, um einen bestimmten Weg zu gehen, dann verschwindet das Bewerten, der Kritizismus und das Gefühl, die Kontrolle über andere haben zu wollen.

Schlussendlich, willst du lieber Recht haben oder willst du lieber freundlich sein? Sei freundlich, liebevoll und zeige Mitgefühl, aber vor allem, erlaube anderen einfach Sein zu dürfen. Ich kann dir versichern, wenn du dies praktizierst wirst du beeindruckt sein, wie schnell sich deine Erfahrungen verändern. Und vor allem, du wirst nie wieder Informationen als eine Bedrohung ansehen.