

Charles W. Leadbeater war ein großer Meister der Theosophischen Gemeinschaft und lebte Anfang des 20. Jahrhunderts.

Er war sehr hellsehtig und hat viele Schriften über seine Erkenntnisse herausgebracht um sie der Menschheit zu übergeben. Er war der Entdecker des großen, indischen Weisheitsgelehrten Jiddu Krishnamurti und hatte ihn schon als Kind in seiner Lehre.

Sein wichtigstes Anliegen war es, Menschen ihrer Göttlichkeit näher zu bringen und sie auf dem Weg der Erleuchtung zu begleiten.

Hierfür hat er viele Möglichkeiten aufgezeigt – unter anderem einen Weg, auf welchem wir andere Menschen am Besten kennen lernen können. Diese Punkte möchte ich heute an euch weitergeben, denn ich halte sie für eine sehr schöne und leichte Übersicht, die durchaus mit entsprechender Achtsamkeit und Disziplin uns selbst gegenüber für jeden umsetzbar ist.



Achtsamkeit ist ein  
aufmerksames Beobachten,  
ein Gewahrsein, das völlig frei  
von Motiven oder Wünschen  
ist, ein Beobachten ohne  
jegliche Interpretation oder  
Verzerrung.

Krishnamurti

1. Bereit sein weniger zu reden.

Wenn wir weniger reden, hat dies zur Folge, dass wir mehr zuhören. Wenn wir lernen

aufmerksam zuzuhören fühlt sich unser Gegenüber angenommen. Wer sich angenommen fühlt ist bereit sein Herz zu öffnen und wir erfahren seine tiefsten Gedanken.

2. Lernen weniger zu prahlen.

Es gibt Menschen, die sofort beginnen von ihren Heldentaten zu erzählen, kaum dass wir sie kennen gelernt haben. Das sind wirklich Menschen, die nicht zuhören können, die nur sich selbst im Kopf haben. Wer unaufhörlich prahlt wird über den anderen nichts erfahren. Denn es ist ein ganz einfacher Mechanismus, dass man sich vor solchen Menschen selbst verschließt.

Wenn wir selbst also anfangen in der Gesellschaft eines anderen unaufhörlich uns selbst auf ein Podest zu stellen, werden wir zwar viel von unserer Energie im Raum zerstreuen, aber wir werden nichts vom anderen erfahren. Wie sollen wir ihn dann kennenlernen und ihm näher kommen?

**“Der höhere Mensch sieht auf den inneren Wert, der gewöhnliche nur auf das Ansehen.”**

Chinesischer Spruch

### 3. Andere wertschätzen

Es gibt keinen einzigen Menschen, der nicht auch gute Seiten hat. In jedem können wir ein Strahlen und eine Güte erkennen, einen weichen Kern, eine Gabe oder eine Essenz, die es wert ist geschätzt zu werden. Jeder Mensch hier auf Erden hat das Recht hier zu sein, weil jeder für das große Ganze wichtig ist. Keiner darf untergehen. Es ist möglich selbst Mörder wertzuschätzen, wenn wir uns die Mühe machen sie kennen zu lernen. Hier ist unsere Bereitschaft gefragt. Sucht etwas in euren Feinden, das euch erkennen lässt, auch er/sie ist ein Mensch mit allen Gefühlen - Ängsten, Sorgen, Freuden, Mühen und Träumen wie wir selbst sie auch haben. Erkennt das und schätzt sie als einen gleichwertigen Menschen mit allen anderen.

### 4. Versuchen zu verstehen und weniger zu kritisieren

Wenn wir weniger kritisieren, sondern uns bewusst machen, dass jeder seinen Lebensplan hat; seine Muster, in denen er gefangen ist; seine Lektionen, die er zu lernen hat; seine Geschichte, die ihn geprägt haben – dass auch er sich durch sein Leben kämpft und jeder Erdenbewohner, der sich dazu entschließt ein Dasein auf dem Planet der Dualität zu leben ein mutiges Wesen ist, das nicht kritisiert werden sollte, sondern unterstützt und verstanden. Wenn das Verstehen einsetzt, lernen wir den anderen auf einer tiefen Ebene kennen.

Im Tierkommunikationskurs lernen meine Teilnehmer als erstes sich in den Körper eines Tieres zu versetzen. Wir sehen mit seinen Augen und erleben seine Empfindungen am eigenen Sein. So können wir lernen das Tier zu verstehen.

In einem Seminar für praktizierende Tierkommunikatoren lernten wir eine Übung kennen, bei der wir uns in andere Menschen lernten zu versetzen. Wir bildeten Kleingruppen – einer erzählte eine Geschichte, die er erlebt hat und an der verschiedene Personen beteiligt waren. Wir Zuhörer mussten nun so weit gehen, dass wir nacheinander uns mit jeder einzelnen Person der Geschichte eins wurden um zu erkennen und zu erfahren auf welcher



unterschiedliche Weise die Personen das Ereignis wahrnahmen. Diese Übung sollte uns helfen mit schwierigen Klienten umzugehen indem wir versuchen ihre Sichtweise zu erkennen und nachzufühlen.

Wenn wir uns bemühen den anderen zu erfassen, uns in ihn einzufühlen, werden wir mit Sicherheit nicht mehr interpretieren, sondern erkennen – den anderen erkennen, was zu mehr Verständnis führt und unsere Kritiksucht auflöst.

Anleitungen in wenigen Schritten bringt oft eine Klarheit auf welche Weise ein Ziel erreichbar ist. Daher mag ich es gerne mich mit solchen Anleitungen zu beschäftigen und ihnen zu folgen.

Und dies sind nun nur vier Schritte, die uns der Mitmenschlichkeit näher bringen. In dieser jetzigen Zeit ist es sehr wichtig zu versuchen den anderen zu verstehen. Ich denke hier auch an die Flüchtlinge, die in diesem Jahr so zahlreich bei uns Hilfe und Schutz gesucht haben.

Ich denke aber auch an die Menschen mit denen wir täglich zusammen treffen – beim Spaziergang mit dem Hund, am Arbeitsplatz, unsere Freunde, Nachbarn und Familienmitglieder.

Hört ihnen zu, setzt euch selbst nicht zu sehr in den Vordergrund, findet ihre liebenswerten Eigenschaften, lernt sie zu verstehen und hört auf vorschnell zu kritisieren und ihr werdet einen Samen des Friedens in der Welt säen, der reichlich Früchte tragen kann – da jeder Samen sich in der ganzen Welt ausbreitet.

Ich wünsche euch viel Verstehen von Anderen und für Andere!

Heidi