

<https://youtu.be/KsdbFD88Yul>

V 164



## Deine Erziehung war's!

„Der Innere Richter“ - „Das Gesetzbuch“ - „Das Opfer“ - „Die Selbstverurteilung“

Ich habe das Buch „Die Vier Versprechen. Ein Weg zu Freiheit und Würde“ vor einem Jahr entdeckt und es ist ein Lottogewinn. Manchmal hat man besonderes Glück und bekommt ein großes Geschenk! Und dann tut es gut, dieses Glück mit anderen zu teilen. Die Begriffe und Bilder von Don Miguel Ruiz sind so anschaulich und plakativ, die Anregungen und Tipps so treffend und prägnant, dass sie „jedem“ nützen. Und du als Lebenskünstler, wirst sicherlich einiges entdecken, was dich und dein Leben bereichert.

Ich bin Peter, Dr. P.G, habe Pädagogik und Psychologie studiert und kenne Vieles. Die Begriffe und Bilder, die dieser mexikanische Schamane – er selber nennt sich ein Vertreter der Tolteken - verwendet, sind wirklich einprägsam. Und Ruiz macht deutlich, wie lohnenswert es ist, mit den vier Versprechen – das ist ja auch der Titel des Buches – immer besser aus unserer Erziehung/Domestizierung herauszusteigen. Erst wenn wir unsere Domestizierung überwinden, wird es möglich, das eigene Leben, unser ganz besonderes Leben erfüllt und glücklich leben.

Ja, jeder Mensch wurde ernährt, geschützt und erzogen. Es geht nicht anders. Wir können uns nicht selber ernähren, nicht selber schützen und wir haben die Lebensgrundlagen ((=Instinkte) nicht angeboren wie die Tiere. **ALLES erlernen wir von den Eltern, Geschwistern, der Schule und der Kirche.** Wir lernen das Gehen, das Reden (Muttersprache!) das Denken, wir lernen das Zusammenleben, das Helfen und Streiten, das Ärgern und das Bewerten ..... und 10.000 andere Dinge auch. Von 0 bis 6, also die ersten Jahre kann unser Hirn NUR aufnehmen. Wir lernen extrem schnell und extrem viel. In diesen Jahren jedoch ohne eigenständigem Denken, nur als perfekter RECORDER!!

Und jetzt komme ich zu Don Miguel Ruiz, den Schamanen: Das, was die Pädagogik und die Psychologie bei der Erziehung so sachlich beschreiben, das formuliert Ruiz in seinem Buch ganz besonders anschaulich und plakativ. Deshalb ist das Buch so besonders hilfreich. Und DAS sind seine Begriffe:

- Jeder Mensch wurde in der Erziehung **domestiziert!!**- DU genauso wie Ich.

- Das Hirn als Recorder nimmt von 0 bis 6 ALLES auf und daraus entsteht in jedem Menschen **das persönliche Gesetzbuch** - im Gesetzbuch steht, was richtig und falsch ist, was gut und böse ist
- In den ersten Jahren loben, schimpfen, bestrafen... die Eltern. Daraus entsteht **der innere Richter** und der lobt, schimpft und bestraft uns ein Leben lang in der gleichen Art und Weise
- In jedem Menschen entsteht auch **das Opfer**. Ich bin arm, ich bin nicht genug, ich bin nicht gut genug
- Die Einzigartigkeit eines jeden Menschen ist **verschüttet** unter diesen massiven Erziehungseinflüssen, unter der Domestizierung
- **Erst wenn wir** uns vom inneren Richter, vom Gesetzbuch, von unserer Domestizierung befreien können, erst dann können wir unser eigenes Leben unsere Einzigartigkeit leben und verwirklichen. Erst dann kommen wir zu Freiheit und Würde
- **die vier Versprechen** sind ein guter Weg dazu

Jeder Mensch wurde domestiziert!! Auch DU und Ich. Wir haben nicht nur die Sprache gelernt, wir haben auch die Grundstrukturen des Denkens in unserem Hirn festgelegt. Vor allem haben wir über Belohnung, Zuwendung, Liebe und dem Gegenteil Liebesentzug, Ablehnung und Strafe die 1000 Regeln des Zusammenlebens gelernt. Alles ist aufgezeichnet im Gesetzbuch, und alles wird streng exekutiert vom inneren Richter. Diese Begriffe und Bilder von Miguel Ruiz sind viel prägnanter als nur zu sagen, in uns gibt es das Gewissen. Der innere Richter schimpft mit uns, verurteilt uns, macht uns Vorwürfe, macht uns Schuldgefühle: *„Schäme dich, du hast wieder nicht...! Schäme dich! Du hättest unbedingt...!, Warum machst du nie..., du bist unmöglich..., drum mag dich niemand..., drum hast du immer... Du bist an allem schuld! Schäme dich!“*

Entstanden ist schon in den ersten Jahren das Opfer: Das ist jener Teil in uns, der Schimpf, Schuld und Scham in sich trägt. Das Opfer in uns sagt: „Armes Ich, ich bin nicht gut genug, ich bin nicht intelligent genug, ich bin nicht schön genug, ich bin nicht wert, geliebt zu werden, oh ich armes Ich.“ (S.22) Diese Grundhaltung, wiederholt und bestätigt der innerer Richter unentwegt: *„DU bist nicht gut genug. Du erfüllst nicht die Anforderungen, Regeln und Gesetze. Du musst dich schämen!“*

Unsere Einzigartigkeit, unsere Besonderheit, unsere Lebensaufgabe, unsere Bestimmung... ist unter all diesen „Vorgaben“ und „Beschuldigungen“ völlig verschüttet worden. Ganz viele Menschen funktionieren ein Leben lang, sie tun was in ihrem Gesetzbuch steht und was der innere Richter fordert und diese Menschen sind am Ende des Lebens unglücklich, weil sie nicht IHR LEBEN gelebt haben. **„Ach hätte ich doch...“** hören ganz viele Sterbebegleiter!

Auch du wurdest erzogen, auch du wurdest domestiziert. Auch du hast die „WELT“ deiner Eltern verinnerlicht. Das ist dein Start-Kapital: Das Ändern ist mühsam, weil alles tief in unserem Hirn eingepreßt ist. Und so lange nicht gekonnt, mit Engagement und Geduld etwas geändert wird, gelten die alten Aufzeichnungen:

- DU bist ein Mann! Und Mann sein heißt: so und so zu leben, zu sein.
- DU bist eine Frau! Und Frau sein heißt: so und so zu leben, zu sein.
- DU bist ein wertvoller Mensch oder alle Menschen sind Schlitzohren und d.h.: so und so zu sein.
- DU bist brav und liebenswert oder du bist böse und dumm und d.h. so und so zu leben, zu sein...
- DU bist ein Weißer, DU bist Weiße und d.h. so und so zu sein.
- Es gibt einen Gott oder es gibt KEINEN Gott und d.h.: so und so leben, zu sein.
- DU bist Österreicher und ein Europäer oder DU bist Österreicher und KEIN Europäer, und das heißt, so und so zu sein.

1000 solche Forderungen stehen in unserem Gesetzbuch und wir halten uns vor allem unbewusst daran, solange wir sie nicht bewusst geändert haben.

Der Untertitel des Buches heißt: **Der Weg zu Freiheit und Würde**. Ruiz sagt, gib dir Vier große Versprechen. Lebe immer mehr diese Versprechen und du wirst dich befreien von deiner Domestizierung, vom Gesetzbuch, vom inneren Richter und vom Opfer. Erst dann lebst du immer mehr deine Freiheit und deine Würde, dann lebst du dein Leben deine Einzigartigkeit.

- Das erste Versprechen: Verwenden Sie mit Bedacht Ihre Worte und seien Sie untadelig mit ihrem Wort.
- Das zweite Versprechen: Nehmen sie nichts persönlich
- Das dritte Versprechen: Ziehen Sie keine voreiligen Schlüsse
- Das vierte Versprechen: Tun Sie immer ihr Bestmögliches

Die Vier Versprechen im Überblick sind der Inhalt des nächsten Videos.

Jedes Versprechen ist ein eigenes Video wert. Die vier Videos kommen in den nächsten Wochen bzw. ich verlinke diese Videos, wenn sie da sind.

Ich freue mich, wenn du weiter dabei bist. Und ich freue mich, wenn ich dir Lust gemacht habe, das ganze Taschenbuch zu lesen und für dich zu nutzen.