



Wer ist dieser Gott eigentlich?

Handout zum Vortrag von Lars Mährholz

Dieses Handout ist keine Anleitung zum Glauben. Es ist eine Einladung zum Beobachten, Nachdenken und bewussteren Erleben. Der Vortrag verbindet Physik, Bewusstseinsforschung, Wahrnehmungspsychologie und persönliche Erfahrung zu einer zentralen Frage:

Was, wenn Leben viel verbundener ist, als wir gelernt haben zu glauben?

1. Die zentralen Gedanken des Vortrags

- 1. Alle Elemente unseres Körpers entstanden ursprünglich in Sternen.*
- 2. Materie und Energie verändern ihre Form, verschwinden jedoch nicht.*
- 3. Der menschliche Körper steht permanent im Austausch mit seiner Umwelt.*
- 4. Wahrnehmung bildet Realität nicht direkt ab – sie filtert und interpretiert.*
- 5. Gedanken beeinflussen Aufmerksamkeit, Verhalten, Entscheidungen und dadurch reale Ergebnisse.*
- 6. Bewusstsein wirkt schöpferisch – jede menschliche Realität beginnt zuerst als Vorstellung.*

2. Fragen zum Weiterdenken

- 7. Wie stark beeinflussen Gedanken den eigenen Alltag?*
- 8. Welche Geschichten erzählen wir uns ständig über uns selbst?*
- 9. Welche Realität entsteht aus dauerhaftem Fokus auf Angst, Mangel oder Trennung?*
- 10. Wie verändert sich das Leben durch Aufmerksamkeit auf Verbindung, Sinn und Entwicklung?*
- 11. Welche Verantwortung entsteht daraus für Sprache, Beziehungen und Gesellschaft?*

3. Wissenschaftliche und philosophische Bezugspunkte

- 12. Astrophysik: Entstehung schwerer Elemente in Sternen*
- 13. Neuropsychologie: Wahrnehmung als Filterprozess*
- 14. Systemtheorie: Alles Leben existiert in Wechselwirkung*
- 15. Quantenphysik: Materie als dynamischer Energieprozess*
- 16. Bewusstseinsforschung: Aufmerksamkeit verändert Wahrnehmung und Verhalten*
- 17. Spiral Dynamics: Entwicklung menschlicher Bewusstseins- und Wertesysteme*

4. Gedanken, die bleiben dürfen

- 18. *„Wir sehen die Welt nicht, wie sie ist. Wir sehen die Welt, wie wir sind.“*
- 19. *„Jede Zukunft beginnt zuerst als Gedanke.“*
- 20. *„Frieden entsteht zuerst im Menschen.“*
- 21. *„Vielleicht besteht Erwachen weniger darin, etwas Neues zu lernen – sondern sich an etwas zu erinnern.“*
- 22. *„Nicht die Frage, ob wir erschaffen. Sondern was wir erschaffen.“*

5. Buchempfehlungen

- 23. Charles F. Haanel – *The Master Key System*
- 24. Marshall Rosenberg – *Gewaltfreie Kommunikation*
- 25. Joe Dispenza – *Ein neues Ich*
- 26. Viktor Frankl – *... trotzdem Ja zum Leben sagen*
- 27. Ken Wilber – *Integrale Spiritualität*
- 28. Don Beck & Christopher Cowan – *Spiral Dynamics*
- 29. Michael A. Singer – *Die Seele will frei sein*
- 30. Byron Katie – *Lieben was ist*
- 31. Bruce Lipton – *Intelligente Zellen*
- 32. Fritjof Capra – *Das Tao der Physik*

6. Praktische Integration

- 33. *Bewusster beobachten, welche inneren Sätze täglich gedacht werden.*
- 34. *Mehr Aufmerksamkeit auf das richten, was wachsen soll.*
- 35. *Sprache verwenden, die Richtung statt Mangel erzeugt.*
- 36. *Räume schaffen für Stille, Natur und Reflexion.*
- 37. *Frieden zuerst im eigenen Denken, Sprechen und Handeln kultivieren.*

Vielleicht beginnt die wichtigste Veränderung der Welt nicht irgendwo dort draußen. Vielleicht beginnt sie in Aufmerksamkeit, Bewusstsein und der Art, wie Menschen sich selbst und einander begegnen.