

Artikel für Zeitschrift Connection Spirit von mARTina Gallmetzer

Erwachen ist ein Prozess sich entfaltender Bewusstheit auf allen Ebenen der Existenz des menschlichen Bewusstseins.

Die Seele/Herz und der Intellekt/Geist sind die beiden Instrumente für BewusstSEINentwicklung bzw. Erwachen. Beide braucht es gleichermaßen, wenn auch nicht immer zur selben Zeit.

Hier ein paar Bilder aus der christlichen Mythologie mit einem Minimaleinblick in die reichhaltige Symbolik der Weihnachtsgeschichte

Diese symbolisiert den Prozess des Erwachens, sie spielt sich ab in der Höhle des Unbewussten.



Ochs und Esel sind zwei bedeutende Figuren in dieser Geschichte. Sie stehen für die unbewussten Lebenskräfte – Atem – Herzkreislauf – vegetatives System – sie sind immer aktiv dabei.

Die Gottesgeburt wird unmittelbar erlebt von Maria - Sinnbild für die Seele, mit ihren Eigenschaften: Empfänglichkeit, Offensein, Hingabe – während Josef – Sinnbild für den Intellekt – das ganze Geschehen „verschläft“. Weder bei der Zeugung noch bei der Gottesgeburt ist er dabei.

Die Hirten folgen dem Engel – Sinnbild für die Intuition – sie sind die ersten, die zum Geschehen finden und können nichts als Staunen, denn sie verstehen nicht, was da passiert ist, während der Intellekt immer noch schläft.

Hier nun erscheinen die Weisen – in ihren drei Funktionen als spir. Lehrer, Heiler und Herrscher über die Gesetze, und bringen die diesbezüglichen Gaben: Weihrauch, Myrrhe und Gold.

Gleichzeitig ist der Intellekt erwacht und sehr interessiert am Geschehen. Die Weisen sind schon lange unterwegs, sie haben die Mysterien-schule absolviert, „wissen“ nicht nur von der Bedeutung dieses Geschehens und können es einordnen, sondern können auch adäquat damit umgehen.

Sie repräsentieren die psychischen Funktionen denken-fühlen-wollen in geläuterter Form.

Der Mensch hat die Fähigkeit sich seiner Wesensnatur bewusst zu werden.

Das geschieht erst im Laufe der Evolution. Die Entwicklung des einzelnen Individuums entspricht auch der Entwicklungsgeschichte der gesamten Menschheit, welche in der christlichen Mythologie mit der Geschichte von Adam und Eva beginnt.

Die präpersonale Stufe ist das paradiesische Leben des Babys und Kleinkindes; hier gibt es noch keine Unterscheidung zwischen „gut und böse“. Nach dem Essen vom Baum der Erkenntnis, dem Übergang zur personalen Stufe, beginnt der Weg des gefühlten Getrenntseins, welches das Auftauchen des ICH-Bewusstseins ist, und welches das Gefühl von Mangel/Unvollkommenheit/Leiden (Erbsünde) erzeugt.

Die Abwehr des Mangelgefühls erzeugt das Ego-Phantom, welches herumgeistert und Unfug treibt, und sich unzählige Arten von Kompensationen auf das verlorene Einheitsgefühl erfindet, (dargestellt in der Parabel vom verlorenen Sohn). Es ist ständig auf der Suche nach Bestätigung, Befriedigung, Bedeutung.

Das gewöhnliche Ego sucht nach weltlicher Befriedigung, das spirituelle Ego ist auf der Suche nach spiritueller Bedeutung.

Da macht sich also ein Ego auf die Suche nach „Erleuchtung“, mit allerhand phantastischen Vorstellungen und Erwartungen davon, bis es ihm irgendwann „aufleuchtet“, dass es selbst das Hindernis ist; das ist dann das Eigentor;-))!

Das reine, funktionale ICH - auch SELBST - ist ein Instrument des Bewusst-SEINS, auf welchem ES Menschsein spielt, sozusagen der Container für das Individuum (Körper/Seele/Geistsystem).

Der Wunsch nach Aufwachen: wer hat ihn eigentlich?

Wenn eine gewisse seelische und geistige Reife erlangt ist, taucht die Frage nach dem tieferen Sinn des Lebens auf, und die echte Suche beginnt; d.h. es braucht einen intelligenten Verstand um sich entsprechende Fragen zu stellen, die an den Rand seiner Kapazität führen.

Wenn das Individuum bereit dazu ist, erfährt es das ICH als inexistent; in einem Augenblick fällt der Schleier bzw. die Illusion des Getrenntseins, und Ungetrenntsein bzw. Einssein bleibt übrig (das ist der Übergang von der personalen zur transpersonalen Bewusstseinsstufe, Erwachen). Das Individuum ist leer von sich selbst, hat keine greifbare oder erfahrbare Substanz. Die unterschiedlichen spirituellen Traditionen haben jeweils unterschiedliche Methoden um diese Ein-sicht zu vermitteln.

Wenn es kein innerpsychisches Problem (z. Bsp. Angst, Strukturschwäche) damit gibt, tun sich alle Türen auf. Die eingesperrten „Phantomschmerzen und Schattenkinder“ drängen nach und nach ans Licht, und wollen gesehen, erkannt, angenommen werden. Das ist der Erlösungsprozess. Da wo das Licht hingelangt, löst sich der Schatten auf.

Zugleich stellt sich „Losigkeit“ ein: Bedingungslosigkeit, Absichtslosigkeit, Angstlosigkeit, Grenzenlosigkeit, Zeitlosigkeit, Urteilslosigkeit, Formlosigkeit, u.a.

Im Zusammenwirken von transpersonaler Psychologie und Mystik haben sich Wege aufgetan, die es immer einfacher und leichter machen, Menschen mystische Erfahrungen zugänglich zu machen, und ihnen zu helfen diese einzuordnen, zu reflektieren und Einsichten daraus zu gewinnen und verhilft zur Reifung und Erlösung anhand von transpersonaler Bewusstseins-schulung und Prozessarbeit.

Während Erwachen als Akt der Gnade bezeichnet werden kann, fordert Erlösung doch die Bereitschaft des Individuums durch seine Unterwelt zu gehen. In diesem Prozess ist es sinnvoll und hilfreich eine kompetente Begleitung zu haben, die sich auskennt. Von manchen Schulen wird eine Auflösung der ICH-Struktur propagiert, während genau das zu echten Komplikationen führen kann. Es geht um die Überwindung des Ego-Phantoms, und um die Realisierung der wahren Natur, welche sich der ICH-Struktur bedient.

Wahrer Mensch und wahrer Gott lebt mit einem Bein in Raum und Zeit und mit einem Bein in R-AUM und Ewigkeit.

Achtsamkeit erzeugt eine ständige Unterbrechung der Identifikation und erlöst vom Mangelgefühl und der Reaktion darauf (Ego).

Achtsamkeit ist die „Rutschbahn“ von Moment zu No-moment und bleibt die ständige Aufgabe. Wenn Achtsamkeit anstrengungslos wird, dann verwandelt sie sich unmerklich in **GewahrSEIN. Achtsamkeit ist das Instrument, GewahrSEIN die Musik.**