

Erleuchtet – erwacht – erlöst...ist wie verliebt – verlobt - verheiratet...

Verliebt sein ist ein Rauschzustand – manchmal erwischt es dich total unerwartet, manchmal bist du schon lange auf der Suche...wenn es dich dann erwischt, füllt es dein ganzes Wahrnehmungs-feld, du kannst an gar nichts anderes mehr denken, es spült all deine Sehnsüchte an die Oberfläche – du hast Schmetterlinge im Bauch, verlierst die Kontrolle über deine Vernunft, verlierst den Überblick über dein Leben, bist im eigentlichen Sinne ver-rückt, die Welt ist aus den Angeln gehoben und du schwebst auf Wolke 7...

Berausende Bewusstseins-erfahrungen gibt es vielerlei Art, manche hervorgerufen durch den Konsum einer Substanz, aber genauso hervorgerufen durch eine Meditation oder ein besonderes Ereignis, oder einfach so, ganz zu-fällig. Dein gewöhnliches Erleben ist größer, tiefer, weiter, oft verbunden mit Licht-Klang-Farberfahrungen, Auflösung der Form, der Welt, der Zeit, der Grenzen u.a. Phänomene.

Diese Erfahrungen nenne ich Erleuchtungserfahrungen.

So oft sie kommen und so lange sie auch dauern, sie vergehen; und irgendwann kommt die gesunde Ernüchterung, wie nach einer Verliebtheitsphase endlich wieder Ruhe im Körper-Nerven-Seele-Geistsystem einkehrt.

Erwachen hat mit solchen Erfahrungen nichts zu tun – sondern ist ganz konkret und im Hier und Jetzt das Erfahren einer anderen BewusstSEINSDimension.

Diese Dimension relativiert die vorherige, denn plötzlich ist alles viel unmittelbarer, ungetrennt und näher – wie wenn die Nebel sich lichten, bzw. du aus dem Traum erwachst. Du realisierst nicht nur, dass im Traum vielleicht Dinge auf eine Weise passieren, die „normalerweise“ gar nicht möglich sind, sondern auch, dass die Qualität des Erlebens ganz eine andere ist, eine un-reale.

In dieser neuen Dimension ist das verschwunden, was dich sonst immer trennt von der Welt, nämlich das Ich-Gefühl, und je umfassender und tiefer die Erfahrung, desto unmissverständlicher die Realisation der Stille und Leere innen und aussen, ohne Unterschied und Trennung.

Du erkennst das Wesen bzw. die Substanz des Universums, das du BIST: reine, bedingungslose Liebe – die alles Seiende und Nicht-seiende umfasst.

Das So-Sein aller Wesen und Objekte leuchtet auf, gleichzeitig leer von sich selbst. Keine Trennung mehr zwischen der Wahrnehmung und dem was wahrgenommen wird – Subjekt und Objekt fallen sozusagen zusammen.

Diese Dimension ist das Gewahrsein; es kennt weder Körper, noch Zeit, noch räumliche Grenzen, es ist still, leer, strukturlos; völlig transparente Präsenz.

Es funktioniert alles von SELBST, viel reibungsloser und einfacher als vorher.

Erkennen über die Substanzlosigkeit des Lebens taucht auf; das Leben braucht „dich“ nicht um sich zu erfahren, es er-lebt sich selbst. Eine Reihe von fundamental neuen Erkenntnissen über das Leben entsteht bis hin zu der Erkenntnis, dass es dich nie gegeben hat, dass das ganze Ich-sein immer nur eine Vorstellung, ein Bild, eine nie hinterfragte Grundüberzeugung war, eine Konditionierung, von allen möglichen Konzepten genährt, die mit diesem Bild verbunden waren, und die dieses

Bild aufrechterhalten haben. Weder gibt es geboren werden, noch sterben. Eine unerschütterliche Sicherheit, dass das „richtig“ so ist, dass nichts anderes mehr gebraucht und gesucht werden muss, macht sich breit. Lachen, Tanzen, Singen und was immer deine Wesensnatur ist, bricht durch. Das ist das Fest der Verlobung, von deiner Seele mit dem SELBST. Ihr wollt euch nie mehr trennen.

Hier wird alles ganz einfach; jede Anstrengung wird überflüssig, denn das Leben sorgt für sich selbst. Die Aufmerksamkeit wird dahingelenkt wo sie gebraucht wird, ohne dass etwas dafür getan werden muss – so wie die Atmung funktioniert und das Herz schlägt, und die Haare wachsen, ohne dass etwas dafür oder dagegen getan werden kann.

„Erwachen ist nicht schwer – wach bleiben dagegen sehr...“

Dann kommt die Ehe! Das Einssein wird auf die Probe gestellt durch die Gewöhnung, durch die Alltagsanforderungen, es braucht das Halten der Achtsamkeit um die Frische des Momentes neu zu erleben, um das sich wieder aufbauende Ich-Bild zu unterbrechen, bewusst zu bleiben. Hin-gabe von Moment zu Moment ist die Auf-gabe. Gleichzeitig zeigen sich all die Dinge, die im „Seelen-Kontainer“ sind, sie drängen nach oben. Die Tür ist auf, und all die Phantomschmerzen und Schattenkinder des Unbewussten wollen gesehen und erkannt werden. Es ist wie im Märchen: wenn du bereit bist, ihnen zu begegnen und sie zu umarmen werden sie erlöst.

So ist es mit dem Verheiratet sein: du kommst an bei deinem Partner und lernst ihn immer tiefer kennen, begegnest seinen Schattenseiten und kannst daran wachsen, genauso wie an deinen eigenen Schattenseiten. Und wie in einer guten Beziehung kannst du auch ganz entspannt und authentisch und unspektakulär DU SELBST SEIN, ohne dir selbst oder dem anderen irgendetwas beweisen zu müssen. Du kannst deine Wahrheit leben, weil sie sich selbst lebt und du nicht dazwischenfunkst. Dein Wesen kann sich entfalten mit seinen Talenten und Fähigkeiten. Du bist angekommen. Wobei Ankommen nichts statisches ist, es geschieht von Moment zu Moment, was sich verändert fließt mit hinein in den nächsten Moment – es gibt keinen Plan.

Lebendigsein hat viele Möglichkeiten und zwei Beine: eines als schöpferische Wirk-lichkeit in der Zeit, und das andere als unveränderliche Wahr-heit in der Ewigkeit.