

KAPITEL 5

Ich lerne

I

In dieser Situation ist eine Lektion enthalten, die ich zu lernen habe, denn ich habe sie selbst gewählt. Da ist kein Schicksal, kein Gott, der mich in diese Situation gebracht hat, und kein Karma, das mir von außen auferlegt wurde. Doch ist da das Gesetz von Ursache und Wirkung, welches absolut wirkt – egal ob ich mich im illusionären Bereich meines Geistes oder im wahrhaftigen, schöpferischen aufhalte.

Der Umstand, dass ich lerne, zeigt mir jedoch, dass es der illusionäre sein muss, da Lernen Unvollständigkeit voraussetzt.

Hier geht es nicht um Wertung, sondern um Fakten. Diese können bewertet werden, was jedoch an ihrer faktischen Realität nichts verändert – es würde lediglich Urteil hinzufügen.

Lernen beginnt mit der eigenen Akzeptanz, dass es etwas zu lernen gibt. Wenn daraus eine Bereitwilligkeit resultiert, kann es beginnen. Eine weitere Bedingung ist, das bisher Gelernte (und damit: das erworbene Selbstkonzept mit all seinen Gewohnheiten, seinem Wissen und seinen Strategien) loszulassen.

Weshalb ist das nötig?

Um nicht das bisher Gelernte weiterhin anzuwenden, was ja neues Lernen verhindern würde.

Das heißt, es gibt sozusagen immer wieder aufs Neue den Moment, in dem eine Situation eine Entscheidung (zu handeln) erfordert, und es gibt die Erinnerung an bisher gelernte Entscheidungs- und Handlungskompetenz.

Von dieser zurückzutreten kann deshalb schwer erscheinen (und unsinnig), weil man sozusagen so tun muss, als hätte man noch nichts gelernt.

Hier ist es außerdem wahrscheinlich, ins Urteilen zu geraten, indem man sich erinnert, bisher nur aufgrund eines negativ bewertenden Urteils vergangenes Lernen nicht angewendet zu haben.

Erinnert man sich also an erfolgreiches Lernen, so will es wieder angewandt werden, und es gibt den Moment der Irritation (weil es unsinnig erscheint), wenn man es nicht tut.

Genau in diesem Zurücktreten vom gesamten bisherigen Lernen liegt die Möglichkeit, aus dem bisherigen Lernen in ein neues zu gelangen.

Dieses Innehalten und Kapitulieren schafft den leeren Raum, der nötig ist, um dem Einlass zu gewähren, was aus dem Jetzt, aus der reinen Gegenwart sich mir geben möchte, auf dass ich es empfangen.

Selbst wenn es dann identisch wäre mit etwas, das ich früher schon entschieden und getan habe, würde es nicht aus meiner Vergangenheit kommen, und meine Erfahrung wäre vor allem eine des Jetzt, der Gegenwart, des Einsseins mit der momentanen Wirklichkeit meines Seins. Und es ist genau diese Erfahrung, um die es geht, denn sie ist es, die die Realität meines immer neuen Lernens aufzeigt.

So löst mein Gewahrsein sich aus einem vorsichtig-ängstlichen, abschätzenden Vergleichen vergangener Assoziationen, und ich kann frei eine neue Situation mit einer ebenso neuen Entscheidung erleben.

Die klebrige Trägheit der Zeit bindet mich also nicht mehr länger an alte Gesetze – ich befreie mich vielmehr davon und tauche, aus dem Jetzt neu geboren, mühelos und auf ihr gleitend wieder lebendig in sie ein.

Die Zeitlosigkeit (auch Ewigkeit genannt) ist mein Verbündeter, ich fühle mich unendlich geliebt und bin getragen von der Quelle allen Seins – so kann ich wie ein Surfer auf jeder Welle Zeit dahingleiten und fühle mich von Engelsflügeln getragen und wie an einer Hand geführt.

Ich muss deswegen nicht ein wichtiges Engelsgebäude in meinem Geist errichten, das es zu erdenken und zu wissen gilt; ich gebe lediglich meinem wohligen Gefühl einen Moment auch sprachlichen Ausdruck – und vergesse jede Wichtigkeit.

Geborgenheit ist mühelos und Schutz nur selbstverständlich.

Dies zu erleben geschieht in jenem Augenblick totaler Hingabe an die Liebe in mir – bis ich berührt bin und aus dieser Selbst-Erfahrung heraus nur froh und zuversichtlich tun kann, was zu tun nun einmal ist.

Und ebenso kann ich es sein lassen – um selbst zu sein, weil nichts zu tun ist –, denn es ist vollbracht.

So finde Ruhe ich, Gelassenheit und Freude, die nicht abschätzbar oder im Lernen von Konflikt verstehbar ist.

Für manchen mag dies absoluter Nonsens sein – für mich ist es Erfahrung, die ich zwar mit Worten noch begleiten kann, für die das alte, strenge Wortverständnis jedoch nicht mehr ausreicht, zu verstehen.

Ich kann nur sagen: Während ich dies schreibe, könnten alle Worte anstatt schwarz so bunt sein wie die Buden einer Kirmes, so wie eine Sommerwiese duftend, wie ein Kindergarten lärmend, quirlig und so still wie hoch oben auf einem Gipfel, so ekstatisch wie im Jauchzen meiner Liebe mit dir, S., und so tief berührt, wie ich es immer bin, wenn ich wirklich ganz bei mir und Allem bin, Was Ist.

* * *

Was hat sich jetzt getan, was ist geschehen, als ich schrieb und du gelesen hast?

Nichts, was ich noch mal wiederholen muss. Nichts, was ich erfragen und dann erst, nach einer Weile, beantworten und mir merken kann.

Was jetzt geschieht, bedarf nur der Erinnerung an Jetzt. Sodass der Vorgang des Erinnerns sich lösen darf von der Vergangenheit, die mühsam noch mal und vielleicht schon wieder noch einmal rekapituliert und oberlehrerhaft gemerkt und unterstrichen werden muss, und so befreit von diesem Klassenzimmermief mit einem Sommerwind dir um die Nase wehen darf und du nur froh bist, dass du endlich frei hast, weil du frei bist!

* * *

Da ist immer wieder diese Unsicherheit, nicht zu wissen, was ich tun soll, was meine Aufgabe und mein Ort ist. Wir suchen ein Haus, um miteinander zu wohnen, finden auch welche, und ich habe Bedenken wegen der hohen Miete, da ich so wenig Geld einnehme und nicht weiß, wie ich und ob ich das ändern kann. Ich will meine Funktion erfüllen und erlebe auch, dass ich das kann – und doch weiß ich nicht, wie es zu einer Praxis oder eben zu mehr Klienten kommen kann.

Irgendwie bin ich blockiert. Doch möchte ich nicht dabei bleiben. Zeig du mir, was es heute für mich zu lernen gibt. Danke.

»In deiner Wohnung in G. lärmt der Recyclinghof und hier in B. musst du auf dem Sprung sein, um rechtzeitig zu fahren. Deine Konsequenz ist, ein Haus zu suchen; und das verstehe ich. Doch deine Lektion ist heute; genau in dieser Situation.«

Ja, das weiß ich, und ich merke, dass deine Antwort mich nervt und gereizt sein lässt, denn ich weiß nicht, was du damit meinst.

»Du kommst dir tatsächlich noch immer nutzlos vor, denkst, dass du zu wenig tust, und merkst nicht, dass du genau dadurch dich nicht achtest. Du denkst, dass ein viel größerer Anspruch an dich ist, dass

du täglich was weiß ich wie viele Klienten haben musst, um tauglich zu sein.«

Ja, so ist es. Die hohen Mieten tun das Übrige noch dazu und allmählich wächst auch in mir der Wunsch nach einem schönen Haus, guter Kleidung, und ich komme damit nicht klar. Es ist so ungewohnt, dass ich nicht weiß, ob es sein darf, ob es stimmt und ob mir dafür wirklich die Mittel gegeben werden. Ich entdecke in mir Gedanken wie: „Ich kann ruhig Geld verlangen, vielleicht sogar viel, damit diejenigen kommen, die sonst gar nicht kommen würden. Und ich werde dennoch niemanden abweisen, der nicht oder wenig bezahlt. Und dafür sind ein schönes Haus und gute Kleidung hilfreich.“

»Sehr gut. Michael, das hört sich für mich stimmig an (auch wenn du jetzt zweifelst, dass das wirklich ich, Jesus, bin).«

Ja, das stimmt.

»Wenn es um Geld geht, traust du mir also nicht!«

Ja, das geht so weit, dass ich nicht glaube, dass du es bist, der mit mir spricht.

»Bitte um ein Wunder und vergib alle Zweifel aus deinem Geist, denn sie sind deine Blockaden. Bist du blockiert, so *bist du* blockiert – wem auch immer gegenüber!«

Danke.

»In dieser Welt brauchst du einen Körper, und Körper brauchen Geld, Haus, Kleider usw. – du weißt das. Dein Reduzieren beschwichtigt dein Schuldgefühl *und* hält es aufrecht. Das musst du wissen. Ebenso kann Verschwendung Schuldgefühl beschwichtigen *und* aufrechterhalten. Das weißt du. Deshalb sagte ich dir: Bitte um ein Wunder und finde alle Gedanken, die du über Geld und Haus

usw. hegst, in deinem Geist und befreie dich davon, indem du sie mir überlässt. – Du meinst jetzt, das tust du bereits und es ändert sich nichts? Wer sagt dir denn, dass sich jetzt etwas ändern muss? Sei einfach in dem, was jetzt ist, und lasse nur zu und nur zu.

Den eigentlichen Schritt hast du bereits getan, du bist ehrlich mit dir und gehst damit in die Kommunikation mit mir. Nun werde still, denn es ist alles, wie es ist.«

Alright, Bruder, danke.

Weißt du, ich frage ja schon, was ich so an Lektionen wähle zu lernen. Ich will niemanden im Stich lassen und bin seit Jahren ohne meine Kinder; ich will die Geborgenheit eines Hauses mit Garten und ziehe von einem Ort zum anderen; ich lebe gerne in einer näheren, gewachsenen Beziehung und wechselte sie in meinem bisherigen Leben so oft.

Auf der Suche nach meiner inneren Heimat verließ ich sie im Außen und bedachte nicht, sie in mir zu finden, zu hegen und zu pflegen, damit sie sich ausdehnen kann.

Auf der Suche nach innerem Reichtum beargwöhnte und (beinahe) fürchtete ich äußeren Wohlstand und bemerkte nicht, dass ich den inneren dadurch nicht mich nähren und mir auch im Außen nicht widerspiegeln ließ, was in mir ist.

Auf der Suche nach meiner inneren Beziehung zu mir fürchtete ich die Bindung im Außen, vergessend, dass auch sie nur reflektieren kann (und somit ergänzend erfüllen), was in mir ist.

So suchte ich, was ich längst gefunden hatte, und traute mich nicht, es hier zu leben, zu atmen und zu feiern.

Diese Welt schien mir nicht der Ort zu sein, wo das geht, sondern eine Falle, es zu verlieren.

Nun will ich Vertrauen lernen, indem ich mir vertraue und es gebe: in Allem, was mein Sein so ausmacht.

»Willkommen zu Hause, mein geliebter Bruder.«

Ja, ich fühle mich tatsächlich in mir angekommen. Mögen meine Gedanken auch unsicher sein wie die ersten Schritte eines Kindes – der Wille, zu erstarken, ist da, und die Gewissheit, gehen zu können, ist mir gegeben. Nun will ich lernen und die Kraft in mir spüren. Wie wichtig ist es zu wissen, wohin ich gehe, solange ich einfach in der Erfahrung bin, dass ich hier gehen kann, dass meine Beine mich tragen? Jeder Schritt ist Bewegung, ist die Erfahrung von Energie, die durch mich fließt und mich belebt und trägt.

Solange mein Ziel Zukunft ist, bin ich nicht in der ganzen Erfahrung, hier zu sein.

»Versuche nicht, zu viel darüber zu schreiben. Schreibe es nicht weg!«

Wie meinst du das?

»Du musst mich nicht fragen, denn du hast es in dem Moment gespürt. Außerdem sage ich dir nichts, was du nicht selbst kennst. Ich bin kein anderer, ich bin nur in dir wach, während du das nicht immer bist. Wach sein heißt übrigens, ganz bei sich zu sein! Ganz bei sich!

Egal wo du dich wahrnimmst: Du bist entweder ganz bei dir, oder du träumst. Du bist entweder in der Realität deines Seins oder in der Illusion, weil du dich nicht völlig so sein lässt, wie du gerade tatsächlich bist.

Versuche also nicht, während du schreibst, über das zu schreiben, was du geschrieben hast, denn das war nur ein Ausdruck deiner Erfahrung und ist somit genug, weil es authentisch ist. Darüber zu schreiben ist Intellektualisieren, ist Von-dir-weg-Gehen und aus der unmittelbaren Erfahrung ins Wiederkäuen (Guten Appetit, falls du das willst!).«

Oh Mann, ich schätze deine Direktheit, auch wenn ich sie manchmal fürchte.

»Dann sei mit deiner Furcht!«

Mille grazie.

»Der Schatz in dieser ganzen Situation ist einfach der Friede, in dem du sein kannst, wenn du, egal was das Außen dir zeigt, in deiner Mitte bist: wenn du schlafen gehst, wenn du müde bist, spazieren gehst, wenn es dich danach verlangt, und all das tust, was du tust, wenn du zu Hause bist. Sei in dir zu Hause und teile diese Gewissheit selbstverständlich mit denen, die um dich sind. Akzeptiere beide Wohnungen als das, was sie sind, und finde dich genauso, wie du es in M. getan hast, als du alleine wohntest. Du bist jetzt genauso frei – es sei denn, du machst dich abhängig (und selbst dazu hast du die Freiheit, es zu tun). Ihr seid Lernpartner, dass ihr euch liebt, ist nur selbstverständlich. Finde also alles, was du jetzt zurückstellst, und mache nicht äußere Umstände dafür verantwortlich. Da ist kein Zwang, denn du bist geliebt und geachtet in deinem So-Sein. Solltest du jetzt denken, dass das ungewohnt ist für dich, so bist du genau da angekommen, wo du bist: in einer Lernsituation. Und genau hier seid ihr beide – und nicht nur ihr beide! Denkt daran, dass euer Lernen das Lernen aller ist. Dass euer Lernen Vorbild sein kann für jeden, der noch Angst hat, diese Lektion der Freiheit zu lernen.

Es ist also kein Platz für Bedauern oder Angst, wiewohl beides da sein kann und da ist. Warum wohl sagte ich (und nicht nur ich) wieder und wieder: »Fürchte dich nicht!«?

Ich weiß, was (und dass) Furcht unter denen ist, die diesen Weg gehen. Doch weiß ich auch, dass sie überwunden werden kann, wenn ihr nicht ausgewichen wird.

Sei also furchtsam – und fürchte dich nicht!

Was dir nahe kommt, ist deine gesamte Situation bzw. alles, womit du sie belastet und dich selbst klein gemacht und missachtet hast. Natürlich hast du dadurch auch andere missachtet – egal ob du sie erhöht oder erniedrigt hast. Das ist ja genau dieses Spiel.

Dein Lernen zielt darauf ab, froh zu werden, weil du es noch nicht (für dich befriedigend) bist. Es zielt darauf ab, zu wachsen und

verwandeln zu lassen, was dein und alles Leben hier klein und schäbig sein lässt. Würde ist göttlich, ebenso wie du es bist, weil dein Ursprung göttlich ist. Was du daraus machst, ist deine Sache – ich spreche nur ganz offen und ehrlich von Fakten.

Es ist fürwahr eine mächtige Lektion und sie erfordert das, was du und was ihr beide auch tut: Hingabe!

Natürlich kommst du dann mit deinem ängstlichen, berechnenden Denken in Konflikt. Natürlich denkst du, keine Orientierung zu haben und keine Sicherheit. Das genau gilt es ja zu lernen.«

Ja, und doch sind Entscheidungen zu treffen, die anstehen: gemeinsames Wohnen, wo und unter welchen Bedingungen, und woher kommt die Kohle und wie viel?

»Für heute hast du diesbezüglich alles erledigt. Akzeptiere, dass Geduld zu lernen Teil deines Lernens ist.«

Okay.

»Sag nicht okay, solange es kein ganzes Okay ist. Du kannst deutlich mit mir reden, denn nur so wird dir meine Präsenz bewusst und du kommst immer mehr aus den Nebeln deines Geistes ins klare Licht reiner Vernunft. Geduld setzt Vertrauen voraus, sonst ist es lediglich eine bezwungene, unterdrückte Ungeduld! Du lernst sie, indem du, wenn das (noch) nicht klappt, wovon du denkst, dass es passieren sollte, dich um dich selbst kümmerst! Ob du dann schreibst oder spazieren gehst, Musik hörst oder in die Stille gehst, ins Café oder zum Friseur oder was weiß ich was – es geht um dich. Und dazu ist es nötig, jeden Druck zu spüren, etwas erreichen zu wollen, und zur Erlaubnis vorzudringen, dich jetzt einfach lieben zu dürfen in der Gewissheit, auch ohne vorweisbares Ergebnis geliebt zu sein.«

Hui, du bringst es aber genau auf den Punkt. Dies Buch könnte auch einfach „Unter Brüdern“ heißen.

Musste ich so weit gehen, um endlich den zu finden, der so weit gegangen ist?

»Ja, du sagst es. Und sag jetzt nicht, dass du ja dann gar nicht hättest gehen müssen und schon viel früher bla, bla, bla ...

Du gehst den Weg, du bist der Weg und dies ist dein Weg. Und es ist ein guter Weg, denn du willst hilfreich sein und bist es auch. Ist er deswegen vollkommen? Natürlich nicht! Machst du Fehler? Aber holla, klaro! Das ist: den Weg gehen.

Sei geliebt, fühle dich geliebt und schau auf Die Liebe, Die dich liebt. So frei bist du!! Also sei wirklich guten Mutes und dankbar. Du bist kein Versager – du bist ein Lernender, der lernen muss, seine Würde zu finden und zu achten, zu hegen und zu pflegen. Ich liebe dich!«

Ja, ich liebe dich auch. Danke.

* * *

Eigentlich ist es jedes Mal wieder der ganze Weg, den es zu gehen gilt.

Ich finde mich im Trubel irgendwelcher Gedanken, im Planen und Verwerfen von Vorstellungen, im Annehmen, Verweigern, Kritisieren und Beschönigen von Erinnerungen, im Rechtfertigen und Beschuldigen von Ereignissen – und muss jedes Mal wieder den ganzen Weg gehen, um zu mir zu gelangen.

Hier ist jedes Mal Friede und hier ist immer ruhige Gelassenheit, sodass der Atem ein- und ausfließen kann.

Was spielt es jetzt noch für eine Rolle, dass sich außen nichts verändert hat? Es wird sich verändern, da das Außen sich immer verändert. Zum gegebenen Zeitpunkt, gefügt von meinem geeinten Geist, wird genau die Veränderung geschehen, die hilfreich sein

wird. Geschieht sie jetzt nicht, so ist es jetzt hilfreich, dass alles noch einen Augenblick (den jetzigen) so geblieben ist.

Ich lerne, dass Geduld nichts anderes ist, als im jetzigen Augenblick alles Verlangen nach Veränderung ruhen zu lassen und anzunehmen, was ist.

Geduld duldet, was ist, ohne es wegmachen zu wollen. Sie ist eine Erlaubnis, dass das, was ist, auch sein darf.

So kann Veränderung aus der Evolution der Güte geschehen, die nur heilen will, was der Heilung bedarf.

Wunden heilen nicht, indem ich an ihnen herum mache. Sie heilen aus der Selbstverständlichkeit heraus, dass der natürliche heile Zustand wiederhergestellt wird, weil – so wie die Wahrheit durch den Irrtum hindurchscheint und ihn durch sich selbst wieder ersetzt, indem sie ihn verwandelt in das, was er ursprünglich war – Heilung bzw. Geheiltsein durch jede Wunde hindurch wirkt, um den ursprünglichen, lebendigen Seinszustand wieder erlebbar zu machen.

Ich lerne, nichts zu tun, um alles geschehen zu lassen.

Heißt das, dass ich nie etwas tue?

Natürlich nicht. Es heißt lediglich, dass ich nicht tue, um den Moment verändern zu wollen, weil er unerträglich ist (und ich nicht fühlen möchte, was er an Erfahrungen bringt), sondern ich lasse alle Gedanken und Gefühle zu, erlebe die Verwandlung in mir und handle aus dem Geheiltsein heraus. So bewirke nicht ich durch äußeres Tun die Heilung in mir (was nicht funktioniert), sondern erlaube, dass die Heilung in mir geschieht und deshalb auch das, was ich dann tue, dies Geheiltsein nur ausdehnt.

Vielleicht tue ich erst mal gar nichts, vielleicht tue ich viel weniger als zuvor, vielleicht ... – ich weiß es nicht. Und dennoch erlebe ich selbst, dass etwas mit mir geschieht, *und* ich erfahre Veränderung und bin beglückt. Dies Beglücktsein, dies In-die-Tiefe-meines-Seins-Sinken, um erfrischt wieder einzutauchen in die Welt der Illusion, lässt wirklich sein, was lediglich durch Schmerz und Konflikt so unwirklich geworden war. Doch war es nicht der Schmerz, der nur

ein Signal, ein Hinweis war. Es war der Selbstverlust, der Mangel an Liebe, die Verleugnung meiner Würde, was mich mir fremd werden ließ. Den Schmerz zu verleugnen oder heilen zu wollen hieße, mich von dem zu trennen, was mir zeigen will, dass ich getrennt bin. Der Schmerz ist treuer Verbündeter, um mir zu helfen, da hinzuschauen, wo ich unachtsam mit mir war und es übergangen habe – deshalb tut es mir weh. Er ist sozusagen eine Erinnerung, eine eingebaute Sicherung, damit ich mir nicht ganz verloren gehen kann.

So ist es mit der Trauer, mit der Depression, dem Leid, der Eifersucht – mit jeder Angst (in welcher Form auch immer!). Schmerz zeigt mir die Wunde, die noch heilen will. Und dieses Heilen-Wollen ist etwas Kostbares, ist eine Idee, in der meine Liebe zu mir selbst liegt und die deshalb meiner Achtung bedarf. Oh, hätte ich das nur mein Leben lang schon gewusst. Wie gerne hätte ich das gelebt, gelehrt und wäre es gelehrt worden!

Doch gilt es, dies von jetzt an auszudehnen und in Liebe so zu hegen, dass ich nicht mehr traurig sein muss, wenn ich an mich denke.

* * *

So brauche ich tatsächlich nur hier zu sein und zu spüren, was mir wehtut, was mich nervt und mich zu Veränderungen meiner Situation veranlasst.

Ich halte inne und weiß mich so geliebt, dass dieses gütige Wesen, das mich liebt, mich nicht in dieser Situation lassen will. Meine Akzeptanz des Schmerzes ist das Signal, dass ich Hilfe will, denn Schmerz *ist* ein Hilferuf.

„Was habe ich mir angetan?“, sage ich mit tiefer Entschlossenheit, dies nie mehr zu tun. Selbstverleugnung ist nicht der Weg, eine falsche Identität aufzulösen. Um sie aufzulösen, bedarf es meiner

ganzen Akzeptanz, meiner Aufmerksamkeit und der Würdigung, dass ich sie gemacht habe, dass ich so und so gehandelt habe. Wenn diese Tat zu Schmerz führt, so war es lediglich ein Irrtum. Ich bin immer noch geliebt, immer noch, der ich bin. Wonach ich verlange, ist Korrektur, ist Hilfe.

Die Liebe, aus der ich komme, brauche ich nie zu fürchten. Auch nicht, wenn ich mir und anderen Schmerz zugefügt habe.

Ich kann ganz frei und offen, ehrlich und aufrecht sagen, dass ich Fehler begangen habe, sie als solche akzeptiere und um Lösung bitte. Und genau das tue ich hiermit.

Natürlich kann es sein, dass ich Fehler entdecke, die sich durch mein ganzes Leben ziehen, die alle Beziehungen betreffen – denn ich war es ja, der in ihnen war und handelte.

Natürlich habe ich dann jedes Mal denselben Schmerz erlitten und zugefügt.

Wie sollte es auch anders sein können!

Was jetzt hilfreich ist, ist bereits geschehen: die Akzeptanz, dass das Fehler waren und ich die Ursache davon. Ebenso erlebte ich die Wirkungen, und die, die mit mir waren, ebenfalls.

„Ich will lernen, sie nicht mehr zu tun“, ist eine logische Konsequenz. „Ich bitte um die Mittel dazu“, ist eine weitere.

Doch jetzt sitze ich noch immer in dieser Situation: Außen lärmt es und hämmern Maschinen, ist es dreckig und hässlich. Was hat sich verändert?

Ich fühle mich geborgen, denn ich erlebe mich anders. Ich bin willens, den Veränderungen zu folgen, die aus der Heilung meiner Gedanken resultieren werden. Ich bin bereit, mich zu achten und auf die Gefühle dieses Wahrnehmungsinstrumentes zu horchen. Der Körper darf mir dienen, um diesen Teil von mir mit Liebe zu erfüllen.

So wird mir die Welt der Form nicht mehr beweisen können, dass Körper die Macht haben, Liebe zu verhindern. So muss ich diese Welt nicht mehr meiden, denn ich komme meinen Vermeidungsgedanken auf die Spur.

Da war nur ein altes Selbstkonzept in mir, das gut gemeint war, jedoch mich außer Acht ließ. Das von Verzicht geprägt war und versteckter Angst vor dieser Welt. So bemerkte ich nicht, dass ich die Welt für Ursache hielt und mich ihr ausgeliefert fühlte. Deshalb suchte ich, ihr zu entfliehen, und fand keinen Ort, denn jeder Ort war immer noch in ihr.

In mir ist Liebe, die mich trägt und die mir Mut macht, in Geduld in jeder Situation eine kleine Weile innezuhalten – um zu erleben, dass die Macht der Liebe Ursache in mir ist – während Heilung geschieht. Dies Innehalten ist das Intervall zwischen zwei Schritten. Ist die Pause im Gehen.

* * *

Es ist, als sei die Atmosphäre gelähmt, als sei eine zähe Masse um uns (S. und mich), die keine freie Bewegung zulässt. Wir können uns auf einmal nicht begegnen, sind wie an klebrige Fäden gefesselt, die jedes Aufeinander-Zugehen verhindern. Was wir uns sagen, tut weh und raubt jede Hoffnung. Es ist so trostlos, dass selbst die Tränen nicht fließen können – sie würden einen Weg reinwaschen, sie würden sich zu einem Strom vereinen; doch so ist da nur ein trockenes Brennen in den Augen und sie bleiben stumpf.

So viel Trennung in so dichter Nähe – ich könnte schreien, würde das nicht die lähmende Stille stören und als Aggression mir nur vorgeworfen werden. Doch ich denke, ich tue es ...

Ja, und auf einmal waren wir durch, lagen uns in den Armen und alles war, wie es vorher war – nur gereinigt!

Wir sind wieder ein Stück Weg gegangen!

Nur nicht in dieser Lähmung sterben. Nur nicht hinnehmen, ohne den Widerwillen gegen Angst und Trennung zu spüren und in ihm

die ganze Vitalität, zu lieben, zu erkennen. Jetzt gilt es nur noch zu atmen, damit lebendig werden kann, was wirklich sein will, damit auferstehen kann, was gerade zur Grabes-, „Ruhe“ gebettet werden soll.

In diesem Moment entscheidest du zwischen Leben und Tod deiner Liebe. Sei da ganz genau und verharmlose nicht, was dich umbringt. Natürlich war es ein Streit um genau das, was du nie mehr erleben wolltest – was sonst. Natürlich wolltest du so einen Partner nicht und natürlich wolltest du es für so einen Partner nicht mehr sein.

Das bist du auch nicht! Und dein Partner ebenso wenig!

Beide seid ihr nur hier, um das aufzulösen, um den Schleier von eurem wunderschönen Antlitz zu nehmen – sodass ihr euch wieder gerne anschaut und in Liebe füreinander entflammt.

Beide seid ihr hier, um eure Stimmen von dem Krächzen, dem Keifen und dem traurigen Sich-Anmachen zu befreien – sodass ihr wieder singen könnt und vor Glück die geliebte Melodie im Summen eurer Worte hört.

Beide seid ihr hier, um eure Berührungen von dem verkrampften Sich-Abgrenzen und Sich-Meiden, von diesen klebrigen Trennungsfäden zu erlösen – sodass ihr wieder einander umschmeicheln und im Tanz der Arme und Beine, im Reigen eurer Leiber und im Strahlen eurer Blicke die Wonnen miteinander teilen könnt.

Wer sich so gefunden hat wie ihr, der erlöst Trennung, weil er sie unerträglich findet.

Nicht euer Zusammensein ist es, das ihr auflöst – euer Getrenntsein ist es!

Denkt daran: Ihr hattet euch vor langer, langer Zeit getrennt – und werdet wieder eins.

Ihr seid hier nicht eins und findet das unerträglich (es ist also umgekehrt)!

Das ist eure Situation, das ist euer Job, das ist Sinn und Aufgabe eurer Beziehung und jeder Beziehung.

Was ist Beziehung?

Ein momentanes Wiederaufleben von Einssein, eine Insel im Meer, eine Oase in der Wüste, eine unvollständige Widerspiegelung dessen, was wirklich ist.

In dieser Welt jedoch ist die Wüste der Getrennten wirklich und jede Beziehung ist etwas Besonderes. So besonders, dass es kaum auszuhalten ist.

Doch ihr kommt aus dem Einssein und wollt Trennung auflösen.

Wo geschieht das?

In der Beziehung zweier Getrennter!

Trennt euch also nicht, sondern seid nur wachsam, was geschieht. Beobachtet und nehmt wahr, was sich zwischen euch schieben will – um es aufzulösen. Es ist nichts Neues, das sich da dazwischen drängt, es ist nur etwas Uraltetes, Müdes, oft schon Erlebtes und mit keinem Partner Gewolltes. Doch es muss so lange passieren, bis es dort aufgelöst wird, wo es geschieht.

Die Wahl des Partners oder der Partner steht dir immer frei, sodass die Form, in der du es erlebst, auch immer eine andere sein wird. Wenn es jedoch dazu kommt, wird es immer dasselbe von jedem der Partner verlangen: bei sich selbst aufzulösen, was jeder dem anderen anlasten will – und dazu ist nötig, es bei sich zu finden.

Partnerschaften, die dies als Fakt akzeptieren, sind nicht mehr blind, meinen nicht mehr, dass das nicht geschehen wird, sondern sind sehend und willens, genau das zu lernen und genau darin zu wachsen. Jeder aus Eigeninteresse und in Liebe zum Eigeninteresse des anderen.

Da ist kein Platz für Opfer. Ist in einer Partnerschaft dieser Prozess von Gewalt und Untreue, Erniedrigung und Manipulation, Verleugnung und Desinteresse geprägt, so ist es nur hilfreich (für beide), sie durch ein klares Nein zu beenden.

Wenn dann Freundschaft weiterhin möglich ist, gut so; wenn nicht, ist es ebenso gut so.

Sei da ganz ehrlich mit dir selbst und belüge dich nicht. Sei treu mit

dir selbst und halte nicht an einer Treue fest, die nur verlogene, missbrauchte, leere Form ist, vielleicht mit tollen Sprüchen von Seelenpartner oder so veredelt – ohne dass dies gelebte Erfahrung ist. Ohne dass jeder wirklich bereit ist, in die Hölle seines Seins zu gehen – und sie loszulassen.

Lernen heißt: Fehler machen *und* sie aufgeben.

Lernen heißt nicht: Fehler okay zu finden und sich zu trösten, sich nicht dafür zu verurteilen (um sie beizubehalten). Das ist Missbrauch von Vergebung – abgesehen davon, dass das sowieso nicht funktioniert.

Deine Erinnerung an Einssein ist nicht von *dieser* Welt. Hier bist du von allem getrennt – weil das deine experimentelle Idee war. Erkenne an den Früchten (an den Formen, den Dingen und den Geschöpfen), was du gedacht haben *musst*, um diese Welt zu erschaffen – und erlebe, dass du Getrenntsein verwandeln kannst.

Dies geht jedoch nur, wenn du anstatt Vorwürfen Mechanismen entdeckst.

Spreche ich dir jetzt Gefühle ab, ist das zu nüchtern, zu verkopft?

Nein, ich sage dir nur die Ursache für deine ganz realen Gefühle. Nimm sie wahr und erkenne dich. Nimm sie wahr und lerne. So lernst du, dass du deinen Geist nicht ändern kannst, wohl aber die Gedanken, die du denkst. So lernst du, dass du wirklich fühlst, was du wirklich denkst.

Partnerschaften sind getrenntes Einssein. Mögen sie auch noch so nahe und innig sein. Doch sie können Einssein widerspiegeln und zu ungeahntem Glück führen, wenn alle trennenden Elemente von beiden gleichermaßen behutsam und entschlossen aufgespürt und geklärt werden.

Das ist Sinn und Zweck jeder Partnerschaft, die im Namen der Liebe eingegangen wird.

Erlaubt euch also, in der Liebe vernünftig zu sein in dem Sinne, dass ihr die Realität des Getrenntseins anerkennt. Der neue Partner wird

nicht endlich Einssein bringen – er wird die Erfahrung, getrennt zu sein, ebenso mit sich tragen wie du – ihr beide könnt dies auflösen.

Ist das Arbeit? – Ja, sieht so aus.

Fühlt sich das immer gut an? – Nein, doch es wird sich gut anfühlen, immer wenn ihr durchgegangen seid.

Gibt es bessere Partner? – Das hängt von deinem Lernen ab. Der bessere Partner ist der, mit dem du endlich willens bist, deine Lektion gemeinsam zu lernen. Es ist der, den du achtest als denjenigen, der genauso ringt wie du, und dem du treu bist – genauso wie dir selbst. Es ist der Partner, der nicht besser ist als der vorherige – der jedoch jetzt der geeignete ist. Ohne den vorherigen wärest du nicht so weit gekommen und ohne den noch vorherigen nicht zu diesem usw. Du gehst den Weg und du gehst ihn nicht alleine. Was dir vorher gedient hat, dient dir jetzt nicht mehr; also lass los und empfang das, was dir jetzt dienen kann (nicht besser, sondern: jetzt!).

Das meine ich mit: Erlaubt euch, in der Liebe vernünftig zu sein. Denkt klar – die Romantik wird dadurch nur klar und umso wohl-tuender!

Streichelt also Wunden nicht zu – streichelt sie und erlaubt die Linderung, während sie offen bleiben dürfen, bis sie sich tatsächlich von selbst schließen.

Ein Heiler macht nichts weg, ein Heiler wirkt nur heilend auf das, was offensichtlich krank ist und so sein darf. Ein Heiler begleitet, weil er selbst der Heilung und der Begleitung bedarf. So erleben alle, dass Heilung ein Geschehen ist, welches jeden, der hier wandelt, gleichermaßen betrifft. So löst sich Trennung auf allen Ebenen auf. Das ist Heilung in Kommunikation.

* * *

Die Wunder, die du dir vorstellst, sind lediglich berechnete Erwartungen. Gib sie auf und sei froh, dass sie nicht passieren, denn sie würden dich nicht wirklich mit einbeziehen.

Du bist das Wunder, wenn du durch das Feuer deiner Ängste und Verzweiflung gegangen und daraus auferstanden bist. Solange Schmerz in dir ist, werden Wunder „weh tun“, um in ihrem Verlauf in ungeahntes Wohlbefinden einzumünden.

Doch kannst du nichts vorwegnehmen oder vermeiden. Du kannst um alle Hilfe bitten – und die wird dir nie verweigert, sondern immer gegeben.

Wer mit Tränen sät, der wird mit Freuden ernten. Da ist kein Muss, das Tränen während des Säens vorschreibt. Wenn jedoch deine Ehrlichkeit dir zeigt, dass da Schmerz und Tränen sind, dann mach sie nicht weg – säe die Saat der Liebe und der Heilung und fühle den Schmerz, während du das tust. Vertraue auf die Wandlung und erlebe als Geschehen, was du als Ergebnis am liebsten vorwegnehmen möchtest. Beatme dich in deinem Tun und Fühlen und erlaube, dass Tränen Wasser sind, um zu gießen, was ausgetrocknet ist.

Es ist nicht schlimm, Trennung und Schmerz zu fühlen – es ist jedoch schlimm, sich dabei zu verleugnen.

Es ist schlimm, Trennung und Schmerz zu fühlen, also bitte um Hilfe, damit dein Lernen beschleunigt werde.

Es ist schlimm, sich so verleugnet zu haben, dass du Schmerz und Trennung ausgeliefert bist. Und gerade der brutale Umstand, dass das schlimm ist, sollte dir endlich zeigen, dass du wirklich wachsam werden musst, dass du mit dem aufhören musst, was dich (und den anderen!) in diese Situation gebracht hat.

Sei also vernünftig und akzeptiere deine Verantwortung. Denkst du jetzt an Schuld, so akzeptiere einen Augenblick deine Schuld im Sinne von: Ursache gewesen zu sein, beteiligt zu sein, es ausgelöst und angezettelt zu haben.

Es wird dir nicht mehr so widerfahren, wenn du selbst jetzt lernen

willst, dass du dir das angetan hast, was du nicht wolltest, dass ein anderer es dir antut.

Jetzt ist es doch geschehen – also lerne, wie es dazu kam und was dein Dazutun war.

Ist das erniedrigend und beschämend?

Klar, genauso wie die ganze Situation.

Machtest du also Fehler?

Jetzt liegt es an dir, dies zu beantworten. Willst du lernen, wie du diese Fehler nicht mehr machen willst?

Auch das ist deine Frage, und deine Antwort musst du selber geben! Du wirst bei jeder Antwort die Unterstützung finden, die zu ihr gehört, und damit sind alle Umstände, Mittel und Begegnungen gemeint.

Worum du gebeten hast, das wird dir gegeben werden. Sieh dir also alles genau an, was du empfängst, denn es entspricht haargenau dem, worum du gebeten hast.

Vielleicht willst du ja jetzt endlich lernen, wie du um das bitten kannst, was du wirklich willst.

Wenn du jetzt sagst: „Das kann ich nicht, ich weiß nicht wie“, dann erinnere dich daran, dass du es lernen willst, und bitte genau um das, was du lernen willst. So kommst du dir nahe, so wirst du ehrlich mit dir selbst und authentisch mit dir und deiner Situation.

So kommt es, dass ein ständiges Lebensgefühl in dir erwächst, dass du deinen Körper zu spüren beginnst in einem fließenden Energiestrom. Was du sonst vielleicht beim Sex oder während anderer intensiver Körperaktivitäten erlebt hast, belebt dich sozusagen rund um die Uhr, füllt dein Hiersein und dehnt sich als Energiefeld um dich aus. Wie ein Schutz ist das, wie eine Aura – pulsierend, atmend, kraftvoll –, als sei ein Wesen um dich, das du selbst bist, nur größer, weil unbegrenzt. Dein Atmen beschert dir diese Erfahrung, denn dein Atem ist auf der physischen Ebene genau diese Erfahrung: der zu sein, der ein- und ausströmen kann, der sich mühelos ausdehnt

und vom Körper nicht begrenzt wird, nicht mal von ihm abhängig ist, sondern ihn belebend.

Legst du den Körper ab, so ist er es, der zerfällt und stirbt – während der Atem (also du) weiterhin wehen kann, wohin du willst.

Versuche nicht, diese Worte für wahr oder richtig zu halten. Vernimm nur, was sie dir zuraunen wollen, womit sie dich beschenken können, wenn du im Wind deines Seins dies Leben mühelos umschmeichelst und umspielst, wenn du stürmisch braust und sanft als Brise eine Feder wehen lässt, wohin ihr beide wollt.

Was tut der Atem, wenn kein Körper mehr ihn ängstlich haben will, um nicht entseelt danieder zu sinken?

Ist er dann etwa traurig oder auch tot?

Jetzt darfst du wirklich lachen, denn nun ist Leben angesagt. Nun kannst du diesem Körper frei den Odem schenken und dich freuen, wie er sich bewegt im Reigen dieses Windes. Nun kannst du seinen Stimmen deine Luft gern schenken, damit erklingen kann, was sonst nur stumm bleibt. Und diese Lungen – nennt man sie nicht Flügel? Gib ihnen deinen Atemzug, damit sie wehen können und allen Zellen und Organen das zufächern, was sie beben lässt vor Lebenslust und -freude.

So reich beschenkt wird jeder Körper dir nur dienen, um dein Glück zu mehren und zu füllen, was bislang so leer war, dass du traurig warst und müde. So müde, dass der Tod dir beinahe schon recht war und du Trost in dem Gedanken fandest, keine Angst vor ihm zu haben.

Finde die Freude deines Lebens, gib deinen Atem ihr und werde endlich wirklich froh!

Danke, dass du so weit mit mir gegangen bist.

Verzeih mir, wenn ich mitten im Fluss des Lebens den Tod erwähne. Doch sieh, wie mühelos du von ihm sprechen kannst. Wie du von ihm erzählen kannst, genau wie von den anderen Ideen, die dieses Sein dir füllen. Wir wollen von ihnen reden, ohne mit dem Leben aufzuhören. Wir wollen seinen Namen nennen, als würden wir von

einer Blume sprechen oder einem Strauch. Als röchen wir an einer Sommerwiese oder streichelten mit unsrer Hand das reife Weizenkorn im Wind. Wir können lachen dabei, wie wir lachen können über alles, was uns nicht mehr schreckt.

So nehmen wir noch einen langen, wohlig-tiefen Atemzug und lassen diesen Lebensodem fließen, spüren dabei alles, was wir spüren können, hören diesen Klang des Seins und tauchen ein – um nie mehr unterzugehen. Wir sind frei zu leben und zu lieben. Hier, im Sein des Seins, ganz miteinander und berührt von Allem, bin ich der, der immer ist, bin ich – wie du.

Es ist der Atem Allen Seins, der mir den Stift hier führt, der meine Hände streicheln lässt und schreiben, Wäsche aufhängen und Autofahren. Der meine Augen auf dir ruhen lässt und mir dies Herz bewegt.

Der mich geleitet hat in diese Welt und mich weit über sie erheben kann. Der mich hier sein lässt, um mit dir die Freude jeden Seins zu teilen.

Dein Atem kann dir heilig sein und rein, wenn du ihn nicht beschmutzt. Tust du es doch, so höre einfach damit auf, um zu erleben, dass er dich wieder reinigt, dich belebt und dich erfreut, dich emporhebt und dich trägt.

Ob du ihn Gott nennst oder Liebe, Quelle allen Seins oder schlicht und einfach Freund – er ist dir alles, was du ihn sein lässt. Begrenze ihn also nicht, damit er dich in Freiheit führen kann den Weg, den du gewählt hast, um zu lernen, was du lernen willst: so frei zu sein, dass deine Liebe frei ist, dich zu lieben, geliebtes Kind der Liebe.

* * *

Die Erkenntnis dieser Welt beruht auf der Annahme, dass Gut und Böse, Ja und Nein, Richtig und Falsch möglich sind, und zwar gleichermaßen.

Von dieser Akzeptanz ausgehend gründet alles Lernen darauf, jede Lernsituation aufgrund dieser Erkenntnis zu beurteilen. Was dadurch geschieht, ist, dass Lernen sich nicht ausdehnen kann, sondern lediglich zwischen diesen beiden Möglichkeiten hin- und herpendelt.

Der Sinn von Lernen ist, einen erwünschten Zustand zu erlangen, der noch nicht in der Erfahrung, jedoch bereits im Wissen oder in der Vorstellung existiert.

Das Lernen selbst ist der Zustand, in dem das Erwünschte sich mit dem Unerwünschten abwechselt.

Wenn wir bei den beiden Begriffen Richtig und Falsch einen Augenblick verweilen, so ist die erwünschte Erfahrung die, immer im richtigen Zustand zu sein, und die Lernerfahrung die, dass sich richtiger und falscher Zustand abwechseln.

Nun drängt sich mir die Frage auf, ob es jemals möglich sein kann, den absolut richtigen Zustand zu erlangen, wenn die Grundannahme dessen, was Erkenntnis genannt wird, ein Urteil bedeutet, welches auf richtig und falsch beruht.

Wie soll es möglich sein, ohne die Prämisse, das Fundament und damit die Erkenntnis selbst zu verändern?

Um es in einem Satz zu sagen, der sich mir förmlich aufdrängt, der also keiner Zeit zu weiterem Überlegen mehr bedarf: Lernen kann also nur bedeuten, das, was Erkenntnis genannt wurde, als Irrtum zu erkennen.

Somit ist der Geist frei, eine Einsicht zu erlernen, die nicht mehr auf Urteil, auf zwei einander entgegengesetzten Annahmen beruht, sondern darauf, was das Ziel des vorherigen Lernens auch schon war: vollständige Richtigkeit.

Wir haben also das Ziel nicht verändert, sondern lediglich die Voraussetzung geschaffen, damit es erreicht werden kann.

Genau das ist bereits Lernen. Alles weitere Lernen erstreckt sich darauf, die bisherige Grundannahme zu korrigieren. Wir haben also eine Lernaufgabe, ein Lernziel und die Mittel dazu, die Erfahrung zu machen und somit das Ziel während des Lernens zu erreichen.

Da Lernen bedeutet, etwas zu erfahren, was bis jetzt noch nicht erfahren wurde, beginnen wir mit einem Prozess, der seit Beginn dieser Lernsituation in Raum/Zeit noch nicht beginnen konnte, weil die Voraussetzung noch nicht geschaffen wurde.

Alles bisherige Lernen führte jedoch bis zum Beginn dieses Geschehens. Wer mag, kann natürlich noch so lange im bisherigen Lernen verweilen, bis er selbst es wünscht, etwas ganz anderes zu erlernen, weil eine andere Erfahrung ihm attraktiv und sinnvoll erscheint.

Wird dies seine bisherige Lebenserfahrung verändern?

Natürlich, denn darauf zielt alles Lernen ab.

Erwachsen zu sein ist die Idee, in einer bereits gemachten Erfahrung zu bleiben, sie zu stabilisieren, zu behaupten, in Konzepte zu bringen und lediglich die Form zu verändern.

Wohlgemerkt: Ich verurteile das nicht, ich beobachte lediglich, was Fakt ist, und zeige eine Alternative auf.

Um dies konsequent zu machen, verwende ich für diese Alternative auch einen neuen Begriff – „Psychosophie“ –, da dieses Lernen und somit auch seine Erfahrung nicht mehr auf der Logik in der Anwendung von z.B. richtig und falsch beruht, sondern auf Weisheit.

Ich verwende den Begriff Weisheit deshalb, weil er noch nicht mit urteilenden Kriterien assoziiert wird. Hast du ihn, lieber Leser, jedoch bereits damit belegt, so bitte ich dich, dies Urteil einen Augenblick beiseite zu legen.

Weisheit sieht das Hilfreiche, das Nährende in jeder Situation. Weisheit und Liebe gehen Hand in Hand – begleitet von Güte, Sanftmut, Geduld und Verständnis.

Weisheit kann auf Urteil mit unendlicher Liebe schauen und warten,

bis es sich aufgelöst hat – um dem Raum zu geben, was sich ausdehnen will, um alles zu erfüllen.

Da Lernen das Lernen von Unterschieden ist (sonst ist Lernen gar nicht möglich!), ist die Lernaufgabe die, zwischen der bisherigen Logik und der Sophie zu unterscheiden. Wichtig dabei ist, nicht den Lernmechanismus des Urteilens, wie er zwischen Gut und Böse, Richtig und Falsch angebracht war, anzuwenden, sondern die Akzeptanz der inneren Weisheit zu entdecken, um zu erleben, dass dies auch ein ganz anderer Lernvorgang ist.

So sind Lernziel, Lernaufgabe und Lernmethode einander ebenso verwandt und stimmig, wie es vorher auch war, nur völlig verschiedenen voneinander.

Der Seinszustand des Lernenden wird also ebenfalls ein anderer werden.

Da dies in dieser Welt geschieht, kann der Satz „... in der Welt und doch nicht von ihr“ nunmehr so verstanden werden, wie er gemeint war, als er vor 2000 Jahren zum ersten Mal gelehrt wurde.

* * *

Die Überschrift dieses Kapitels heißt: „Ich lerne.“ Was lerne ich denn?

»Du lernst, in neuen Situationen nicht mehr dein gelerntes Reaktionsmuster anzuwenden. Dazu ist es nötig, die jeweilige Situation auch als tatsächlich neu zu akzeptieren. Das erfordert von dir ein Innehalten, ein In-die-Stille-Gehen, währenddessen du erlaubst, dass dir alle Gedanken und jede Erinnerung sowie jede Vorstellung einfallen und du sie willentlich loslässt. Dies Loslassen erlebst du dann als solches, wenn du dir keine Reaktion vorbehältst, um sie anwenden zu können.

Während dieses Leerwerdens kann sich das Gefühl von Hilflosigkeit einstellen. Das brauchst du (sozusagen), denn es ist das Begleitsymptom deiner geistigen Leere. Du bist im Jetzt angelangt und weißt nicht, wie du auf diese nunmehr tatsächlich neue – weil nicht mit alten Erfahrungen belegte – Situation schauen sollst, noch kannst.

Dies ist der Moment deiner Hingabe an die Weisheit in dir, die, unberührt von vergangenen Assoziationen, in dir lebt.

Sie ist nie enttäuscht worden noch hat sie sich je verleugnet oder geirrt. Du jedoch hast sie verlernt, indem du ge-lernt hast, auf andere zu hören (die sie ebenso zuvor ver-lernt hatten).

Diese Weisheit ist identisch mit Liebe, Güte und Wohlwollen. Sie ist der Geist, den du heilig nennen kannst oder auch nur vernünftig.

Ruhe in ihm eine Weile und erlebe, wie alle Fragen und möglichen Antworten still werden.

Ja, dies mag so aussehen, als gäbe es keine Antwort auf dein Problem, doch wirst du im weiteren Verlauf erleben, dass es auch kein Problem mehr gibt.

Die Aufhebung der Trennung von Problem und Antwort ist die Lösung in einem umfassenden Sinne.«

Was hilft mir das, wenn ich immer noch in dieser Welt bin, in der ich – um auf die momentane Lage zu schauen – ein Haus bzw. eine Wohnung brauche, zusammen mit S., und eine Praxis, einen Flyer, Geld bzw. eine Möglichkeit, zu Geld zu kommen?

»Deshalb spreche ich von einer Lösung im umfassenden Sinne. Siehe, die Wege derer, die sich dieser Weisheit, dieser Stimme oder Führung anvertrauen, führen über die üblichen Wege hinaus. Das kannst du bei jedem feststellen, der sich dem hingeeben hat.

Was jedoch nötig ist, ist genau diese Hingabe und das Aufgeben, das aktive und bewusste Loslassen aller eigenen Gedankenassoziationen. Dankbarkeit dem gegenüber, was jede Situation herbeiführt, auslöst und begleitet, ist ein wichtiger Lernschritt. Und

wenn ich sage Lern-Schritt, dann sage ich das deshalb, weil er tatsächlich erst erlernt werden muss. Natürlich warst du bisher auch dankbar – doch warst du es tatsächlich auch dafür, gekündigt zu werden, bzw. hast du auch die Art und Weise, wie es geschah, darin mit einbezogen? Dankbarkeit löst mehr in dir aus, als du ahnst. Ebenso Undankbarkeit, egal ob du sie als Kritik verkleidest oder Ungerechtigkeit, soziales Engagement oder irgendetwas anderes, was sie verschleiert!

Die Lektion ist immer die: Lässt *du* zu, dass Liebe sich bedingungslos von dir ausdehnen kann – indem du alle Bedingungen in dir auflöst –, oder benützt du andere dafür, um wieder mal zu lernen und zu lehren, dass Liebe in bestimmten Situationen doch nicht frei und bedingungslos fließen kann?

Die Weisheit deiner Seele, die Psychosophie in dir, zeigt dir jedes Mal, dass dies nur eine neue Situation ist, um eine stets gleiche Lektion zu lernen – bis dein ganzes Sein davon erfüllt ist. Das ist Spiritualität im Alltag deiner irdischen Erfahrung.

Das kannst du auf einem Wochenendseminar oder Retreat üben, dein Alltag jedoch macht dein Leben aus und ist deshalb dafür unerlässlich. Sieh in jedem, der dir nahe kommt, ein Gruppenmitglied. Teile mit jedem Wesen hier die Selbsterfahrungsgruppe Erde.

Der spirituelle Lehrer ist in dir, wie er in jedem ist. Deshalb widerfährt dir nur, worum du gebeten hast. Achte deshalb auf dein Bitten, dein Wünschen, dein Wollen – und ebenso auf die jeweilige Verneinung.

Was hat das mit deiner momentanen Situation zu tun?

Es ist einfach eine besondere Situation, um die universelle Erfahrung zu machen, dass deine Probleme dich vom Gewahrsein der Lösung trennen, die in der Stille, im Loslassen auf dich wartet – um von dir erlebt zu werden.

Mehr Theorie brauchst du dazu im Moment nicht. Was du jedoch brauchst, ist, dass du anwendest, was ich dir gesagt habe. Sei also so

konkret wie möglich. Bring all deine Probleme in die Gegenwart und lass zu, dass du keine wirkliche Lösung weißt, sondern nur neue Probleme.

S. und du könnt in der Unmittelbarkeit eurer Beziehung erleben, dass Probleme trennen *können*, dass sie zu Ärger und Misstrauen führen *können*, dass sie den Fluss eurer Liebe und das Finden eurer Funktion und der Mittel dazu behindern *können* – und dass in der Hinwendung zur inneren Weisheit genau eure Funktion liegt. Die Mittel sind euch bereits gegeben. Nützt sie dafür, wofür sie heute dienen können, und findet den Frieden, den sie bei Missbrauch (ja, das ist das treffende Wort!) verhindern.

Lernen heißt in eurem Fall, eine uralte Lektion in einer oft und oft erlebten Situation, die in nur etwas anderen Formen wieder und wieder auftaucht, endlich zu erlernen, indem ihr sie zum Frieden nützt.

So wird Krieg in Frieden, Leid in Freude und Misstrauen in Vertrauen verwandelt.

Ich bitte euch also, diese Situation als das zu akzeptieren, was sie ist! Ihr mögt um eine andere bitten, das verstehe ich. Doch seht, meine Lieben, dass erst die Akzeptanz dessen, was nicht so ist, wie ihr es wollt, die Verwandlung ermöglicht. Und habt Dank, dass ihr dies geschehen lassen wollt. Es erfordert Hingabe an das, was noch nicht sichtbar und dennoch da ist. Ihr erlebt also den Satz ›Selig, die nicht sehen und doch glauben‹ in einer realistischen und nicht ›sonntags-predigtgefühlsduseligen‹ Form.

Diese Wachsamkeit im Alltagsgeschehen ist es, die euch zu dem werden lässt, wonach ihr strebt. Die euch das lernen und erfahren lässt, was ihr bereits wisst. Doch dies Wissen genügt nicht, solange es von der tatsächlichen Erfahrung getrennt gehalten wird.

Das kann euch kein Buch, kein Retreat und kein Vortrag bieten, denn das ist eure reale Seinserfahrung: dass Liebe tatsächlich bis in eure Körper-Raum-Zeit-Erfahrung hinein wirksam wird.

Ja, so seid ihr in der Welt – und nicht von ihr (vorherbestimmt).«

Danke, Jesus. Ja, ich danke dir, denn ich weiß, dass du es bist, mit dem ich jetzt kommuniziere.

»Ja, Michael. Eure Beziehung ist gesegnet von eurer Hingabe, und ich sage euch, dass ich immer da bin und immer mit euch sprechen werde, wenn ihr das wollt.

Für heute ist die Lektion einfach, alles so sein zu lassen und, jeder in seinem Geist, jeden Gedanken an Veränderung (also: anderes Haus, Praxis, Geld) zu finden und loszulassen – bis erfüllter Friede sich einstellt. Ja, sozusagen als ob das Haus, die Praxis und das Geld da wären und alles, wovon ihr meint, dass es zum Glück in diesem Moment fehlt.

Doch es ist nicht das Haus, die Praxis oder das Geld – es ist der ewige Moment des Seins, der nur durch das Fehlen solcher Dinge verborgen sein kann, wie er es durch das Dasein dieser Dinge ebenso sein kann.

Und genau das ist die Lektion: den Frieden zu finden – und zu geben! –, der vom Haben oder Nichthaben dieser Dinge unberührt ist. Stärkt euch in diesem Lernen! Dazu ist ein Lebenspartner sehr hilfreich, denn die Welt unterstützt solches Lernen nicht, sie assoziiert es vielmehr mit Opfer und Verlust, mit falscher Hingabe (an Leid und Not), mit Karma und einem Gott, der strafend prüft usw.

Nur die Hingabe bringt euch die Erfahrung, dass euer heutiges Lernen alles vergangene Lernen transzendiert, denn ihr wiederkaut nicht eine alte Lektion, ihr lernt eine völlig neue – deshalb ist dies wirklich ein Weg, kein Auf-der-Stelle-Treten, kein Lesen in verstaubten Büchern, kein Verehren derer, die noch in Angst und Opfergedanken als Märtyrer und darbenende Bettler den Weg vor langer Zeit gingen, als ihr noch nicht so weit wart wie heute.

Seht die Gnade der Zeit. Blickt zurück und freut euch, weiter zu sein, und bittet nur darum, euren Weg nicht mit alten, bereits gemachten Erfahrungen weiterhin zu belasten. Lasst sie erfüllt sein,

streift sie ab und erwacht im Jetzt der Gegenwart, die von Licht und Liebe erfüllt ist. Liebt euch in der Geborgenheit des Heute, anstatt es mit der Unsicherheit des gestrigen Morgens zu belasten.

Ja, ihr dürft unbeschwert in dieser Situation eure Liebe feiern, damit sie euch erfüllt und sich von nun an in euer Leben ausdehnt als ein Lichtstrahl, der euren Weg erhellt und damit den Weg aller, die gleich euch folgen wollen, wohin der Atem allen Lebens führt. Dank sei euch. Ihr tut dies nicht in einem Ashram oder einer spirituellen Gemeinschaft mit bereits gesicherten Infrastrukturen, sondern mitten in der ganz normalen Welt. Doch seid ihr bereits zu zweit und euer Wunsch nach Gemeinschaft ist bekannt.

Wachst in eurem Wachstum und erlebt, wie ihr als bislang Einzelne zu einem Paar werdet, zu Mann und Frau, zu spirituellen Lehrern, weil ihr willens seid, zu lernen. Dies sind die ersten Schritte eines Weges, der immer wieder und immer wieder ins Jetzt dieses gegenwärtigen Moments münden wird.«

Danke. Dies alles hätte ich nicht schreiben können, wäre ich bei meinen eigenen Vorstellungen von Problem und Lösung geblieben. Ich hätte sie vielleicht durch andere Vorstellungen erweitert, doch wären es immer Vorstellungen geblieben.

* * *

»Es gibt diejenigen, die tatsächlich eine besondere Funktion haben: aus dieser Situation (dieser Welt) herauszuführen. Von ihnen wird eine tiefe Hingabe verlangt, denn sie sollen nicht eingebunden sein in die Geschäftigkeit dieser Welt. Sie leben still und unauffällig, geben klare Botschaften und sind geschützt. Diejenigen, die sie umgeben, kümmern sich auch um die Organisation und weltlichen Belange, damit sie frei sein können davon.

Sind sie deswegen Gurus oder Meister? Eigentlich, also im wahren Sinne, ja, denn sie wirken als Lehrer und benötigen also eine Situation, in der sie ihr eigenes Lernen zur Meisterschaft bringen können. Sie sind Diener der göttlichen Autorität, die nicht hierarchisch ist, sondern allumfassend. Sie dienen dem Einfluss Der Liebe und brauchen sich deshalb nicht zu scheuen, wenn ihr Wirken Einfluss nimmt und Autorität ausstrahlt.

In ihrer ganzen Hingabe nach Innen liegt die Gewähr, dass sie zwar bestimmt sind, jedoch nicht manipulierend oder autoritär.

Wie gesagt, dies erfordert von ihnen ihre ganze Hingabe, ein konstantes Loslassen eigener Ideen, Vergebung allen Ärgers und jeden Grolls, den sie auf andere hegen mögen, und eine tiefe Liebe zu allen Wesen. Die Bereitschaft, nachzugeben, ohne sich zu verleugnen, und Beharrlichkeit sowie Vertrauen in das, was noch nicht sichtbar ist – damit es sich ausdehnen kann. Sie müssen akzeptieren können, dass andere ihnen bei ihrer Aufgabe helfen, ohne deswegen herrisch zu werden und ohne deswegen ihre Position zu verlassen.

In Kommunikation mit dem Einen kann dies nur geschehen. Sie wissen um ihre Aufgabe und müssen nur willens sein, sie zu akzeptieren. Jeder Hochmut und ebenso jede falsche Demut steht ihnen im Wege. Doch wenn sie ihre Funktion erfüllen, werden sie zum Segen für viele.«

Ich habe dich gehört und weiß mich damit gemeint. Doch ist da so wenig Vertrauen, dem tatsächlich zu genügen.

Draußen lärmen die Muldenkipper; kaum 20 Meter von diesem Schreibtisch entfernt prallen Betonreste aufeinander, Eisenketten schlagen aneinander – und ich sitze hier und weiß nicht, was ich tun kann, um meine Aufgabe zu erfüllen.

Schaue ich dem Treiben vor meinem Fenster zu, so erlebe ich dies als sinnlos. Da wird Schutt von irgendwo geholt, hier abgeladen, um irgendwann wieder aufgeladen und woandershin gebracht zu

werden. Ich denke mir, würde ich nicht etwas falsch machen, so wäre ich nicht hier. Ich vergleiche mich mit anderen, die auch Seminare geben und/oder Bücher schreiben, und schneide schlecht dabei ab.

So frage ich dich: Was mache ich falsch?

»Ganz einfach: Du verurteilst dich. Du würdigst dich und deine Arbeit viel zu wenig. Du vergleichst dich – ohne dich dabei zu achten. Wer sonst soll denn das tun, was du tust, und da sein, wo du bist?

Ich achte dich, und der Schmerz in deinem Nacken, den du just in diesem Moment spürst, ist der eiserne Griff, mit dem du dich im Urteil gefangen setzt. Es mag ja schwer für dich erscheinen, jetzt nicht zu urteilen, doch sollte dir dies lediglich aufzeigen, wie weit du dich bereits hinein begeben hast.

Halte also inne. Fahre an einen ruhigen Ort, da es dir hier zu laut ist. Gönn dir Wald und Sonne, weil dir danach ist, und lass diese schwer arbeitende, staubig-stinkende, sinnlose Welt eine Weile los. Du musst nicht hier sein. Du bist es immer noch frei-willig. Du siehst keine Alternative, doch heißt das nicht, dass da keine ist. Wie sehr du auch seufzen magst – es ist freiwillig. Das gilt es zu lernen, denn in dieser Frei-willigkeit liegt die Macht deiner Entscheidung. Finde jeden Rest von Müssen in deinem Geist und werde so frei, wie du es dir nicht erlaubst, denn nur so wirst du so frei, wie du es bist.«

Ja, danke. Darüber ist es still geworden, der Bagger ist woandershin gefahren, doch gerade in dem Moment, in dem ich dies schreibe, brummt ein Lkw die Einfahrt entlang. Der Baum vor meinem Fenster blüht in weißen Flöckchen, und Bienen – ja, wo kommen die bloß her – fliegen grad so selbstverständlich wie im Wald. Ich will nur hier sein, um das zu verwandeln, was mir den Sinn genauso trübt wie dir, was mir die Luft zum Atmen staubig macht und tot, was mir das Herz nicht mehr vor Lebensfreude hüpfen und meine Füße, die so gerne tänzeln, in Arbeitsschuhen geschäftig und doch so unendlich müde den Weg nur mühsam, schleppend gehen lässt.

In dieser Welt ist Arbeit alles Lebensziel. In dieser Welt lernst du, dass Mühsal sich bezahlt macht, dass Nicht-Tun eitles Faulenzen ist und Gott sich einen Teufel um dich schert. So tust du selbst und machst und fährst von früh bis spät, von hier nach da, von jung bis alt – bis du halt nicht mehr kannst.

Und das an jedem Tag. An jedem Tag so lange, bis du nicht mehr kannst.

Dann endlich ist es Feier-Abend. Dann endlich ruhst du aus, doch ohne still zu werden und ohne dass es in dir ruhig wird oder wirklich froh; denn morgen ist ja wieder so ein Tag, an dem du morgens kannst – und deshalb wieder tun musst, bis du nicht mehr kannst. Und das ein Leben lang – so lange, bis du nicht mehr leben kannst. Genau so lange!

Und deshalb möchte ich hier sein: um zu verwandeln, was mich müde macht, was mir mein Leben umbringt, das ich so gern ausdehnen und erweitern möchte. Ich möchte wacher werden und lebendiger – statt müder bis zum Tod.

Die Umkehrung meiner Lebensaufgabe kann endlich mir und allen Leben bringen in der Fülle, die solch ängstliches Recyceln von Vergänglichem tatsächlich überflüssig macht.

Bin ich ein Utopist, ein Zukunftsvisionär?

Ich bin im Jetzt mal wieder angekommen und bin froh!

Ich bin der, der dies lernen will, denn ich bin der – in tausend und abertausend Formen –, der sonst gefangen bleibt in seinen eigenen Ketten, die er so gerne sprengen möchte, um sie sich wieder anzulegen, weil er Gefangener *und* frei sein will.

Auf dies zu schauen ist beängstigend, wenn du nicht wirklich von der Quelle allen Seins in deinem Innersten berührt bist. Wenn du nicht ganz erfüllt von Liebe bist und nur barmherzig auf das schaut, was dir dein Urteil wirklich werden lässt.

Berührt von Liebe, von Glück, Weisheit, Lachen und von Leichtigkeit, erkennst du das als den Traum von Leben, aus dem du gern

erwachen willst. Sei also wach und lass nur zu, dass du im Nicht-Tun wandeln lässt, was deine Hände niemals ändern können, denn das, was deine Hände greifen, ist nicht das, was wirklich da ist. Was jedoch dich berührt, ist wahr, und das ist es, was alles ausmacht, was du bist.

Wie soll ich dir das Unsagbare sagen, außer dass du es selbst erfahren kannst, wenn du das, was dir gesagt ward, gerne loslässt und still wirst – um in ungesagte Freude einzutauchen.

Noch immer lärmen diese Bagger, noch immer schwärmen Bienen und immer noch scheint eine Sonne auf dies Treiben, das bald (es ist jetzt kurz vor 5) zu Ende gehen wird. Für heute, weil alle langsam müde sind. Für immer, weil alles, was so müde wird vom Leben, einmal ein Ende hat und mit dem Leben ganz aufhört.

Doch in dir, unberührt von diesem Treiben, ist lebendig, was in Wahrheit Leben ist. Mit diesem Leben füllst du auch das Leben, das vergänglich ist. Mit diesem Atem lässt du auch die Lungen wehen, die vom vielen Aus und Ein nach kurzer Zeit so müde werden, dass sie eines Tages alt sind und dies einfach nicht mehr können.

Doch du bist der, der sozusagen immer kann, der nur beschlossen hat, sich einem Lebensabenteuer hinzugeben, das aufsteht, um sich hinzulegen, das geboren wird, um doch zu sterben, das lieben will, jedoch nicht ganz, das leben will, jedoch nicht ewig.

Die Form ist es, die dies ermöglicht. Doch musst du wirklich deshalb dich verleugnen? Darfst du deshalb nur noch schuften bis zum Umfallen? Liegt dein Schicksal in der Hand des Todes, der dir auflauert, sobald du mal 'ne Pause einlegst?

Hey, erinnere dich doch einfach einen Augenblick, dass hier die Liebe und das Leben herrschen, dass du nicht dich verletzen musst und ängstigen, dass du dich nicht gefangen nehmen und töten musst – noch kannst.

Dein Eifer mag ja ganz enorm sein, und was du leistest, ist in dieser Welt fürwahr ganz groß – doch glaube nicht, dass du das musst, dass

du sonst elend eingehst oder noch bestrafter wirst, als du es dir jetzt schon selber antust.

Die Furcht vor Gott war wirklich nur ein blöder Witz. Die Angst, das Leben zu verlieren, ein voll danebengegangener Scherz. Dass du irgendetwas über-leben kannst oder musst, ist nur die Folge einer Logik in dem, was du jetzt Denken oder Psyche nennst – was jedoch nur ein Vorgang deines Geistes ist, den du am hilfreichsten Träumen nennst. So kommst du wieder ins Gewahrsein deiner Weisheit, so traust du dich in dieser Welt zu sein; zu sein, als ob du alles hättest, was du brauchst. Als wäre jeder hilfreich, der dir schadet, solange du bewältigen musst, was keiner je geschafft hat.

Es ist jetzt 5 nach 5 – noch immer rattert es und poltert und starke Männer schaufeln baggerweise Dreck von hier nach da. Sie machen Überstunden, damit noch schneller alt und müde wird, was einst so jung und wach sein wollte.

Wozu? Kannst du mir sagen, lieber Leser, was das wirklich soll?

Wer dieses Leben liebt, der liebt vergeblich – wer dieses Leben hasst, hört auf zu lieben. Was also kannst du tun?

Du liebst, denn das ist alles, was du bist. Du liebst, egal ob dein Verstand dir sagt, ob es sich lohnt. Du liebst und lässt die Gründe dieser Liebe einfach sein – bis nur mehr Liebe ist.

* * *

Es ist kurz nach 9 Uhr morgens. Nachdem bis Mitternacht noch Schweißlärm die beinahe Nachtruhe immer wieder unterbrochen hatte, wurde ich um 8 Uhr durch das Aufeinanderdröhnen tonnen-schwerer Eisenteile geweckt. Natürlich erkenne ich mein Bedürfnis nach einem stillen Wohnort und natürlich ist mir danach, diese Situation zu verändern.

So bitte ich um ein Wunder.

Um ein Wunder zu bitten heißt also nicht, meine Bedürfnisse und die daraus entstehenden Wünsche zu verleugnen. Es bedeutet nicht, meine Gefühle zu ignorieren und dadurch zum Opfer zu werden – während die Außenwelt Täter ist.

Ich bitte um ein Wunder, indem ich mich ganz klar wahrnehme und mein Bedürfnis ebenso in meinen Nächsten erkenne. Das sind diejenigen, mit denen ich in direkter Beziehung bin, also alle Mitwirkenden an dieser Situation. Ich öffne mein Herz und meinen Geist dafür, dass nicht nur ich es bin, der diesen Lärm und Dreck, diesen Gestank und diese Würdelosigkeit und Härte empfindet, weil erlebt. Da sind Wesen um mich, mir gleich, deren Ruf mich hierher geführt hat. Da ist einer, der sozusagen stumm gerufen hat. Da ist eine, die verzweifelt ist und daran denkt und damit ringt, nicht mehr leben zu wollen und darüber erschrickt – weil sie doch gar nicht sterben will. Da bin ich mitten in dieser meiner Welt, die voll von diesen Situationen ist, überall – und ich bin als ein Mensch in einer dieser wirklichen Situationen und möchte daraus entfliehen, möchte woanders wohnen, wo es schöner ist. Wo ein schönes großes Haus ist mit hellen, hohen Räumen, einem offenen Kamin, Terrasse und einem Wintergarten, hohen Bäumen und in einer Lage, die mich nur den Wind und die Vögel hören lässt, in der ich mit meiner Liebsten so schön in der Stille sein kann, dass dieses große Glück uns froh beseelt – ja, so möcht' ich wohnen.

Und solange ich auf diesem Egotrip, auf dieser Ich-Reise bin, wird dies immer mein Verlangen sein. Mal in dieser, mal in jener mehr oder weniger erfüllten Form.

Und dies teile ich mit allen Wesen. Mit jedem Huhn und jedem Menschen, jedem Wal und allen Vögeln, mit den Sträuchern und mit jeder, wirklich jeder Zelle, die hier lebt.

Um ein Wunder zu bitten heißt: für mich und alle gleichermaßen um die Freude bitten, die uns gegeben werden wird, wenn jeder in seine Wünsche alle daran Beteiligten mit einbezieht.

Sodass jede Veränderung so geschieht, dass sie jedem gleichermaßen dient.

Kann ich als Einzelner, Getrennter und selbständig Denkender dies verstehen? Sehe ich alle Fakten gleichermaßen?

Deshalb bitte ich um ein Wunder; denn ein Wunder ist nur das Wort für ein Geschehen, das ich nicht definiert und somit begrenzt habe.

Ich will, dass mein Wunsch, der ja viele berührt, für all diejenigen zum Segen wird und ihnen ebenso dient wie mir. Noch immer freue ich mich also auf ein schönes Wohnen, auf eine Praxis und auf Geld. Noch immer ist da meine Liebste mir ganz nahe – doch sind es ebenso diejenigen, die als Vermieter, als Klienten und als Nachbarn dran beteiligt sind.

Nicht für mich alleine etwas durchsetzen (oder für mich und meine Liebste) will ich – sondern allen, die in dieser Situation mir nahe Brüder sind, soll dies zur Freude und zum Wachstum dienen.

Und dazu ist es nötig, meinen Geist zu öffnen für ein Wunder, so dass die Rufe derer, die ein Haus anbieten – damit mehr geschehen kann als nur ein Mietverhältnis –, von Dem beantwortet werden können, Der mich den Weg führt, der in mein Zuhause mündet.

Wie sehr hier also auch gehämmert und gebaggert wird – ich fühle mich geborgen ganz in Dir, bin meinen Brüdern nahe und sie sind es mir. Bin jedem Bruder Weggefährte und seh' in allen Augen dies Verlangen: erlöst zu sein von allen Wünschen, die ignorieren, was der andere bedarf. Erfüllt zu sein von dem Erleben, dass allen gleichermaßen geholfen werden kann, wenn jeder jeden gleichermaßen glücklich machen will so wie sich selbst.

Und dazu ist uns das gegeben, was man „ein Wunder“ nennen kann. Nun ist es wieder still geworden – in meinem Herzen und an diesem Ort. Es ist mal wieder eine Pause, um zu atmen, um das Summen einer Biene hören zu können und den Wind mit den Kastanienkerzen spielen zu sehen. Wie friedlich ist doch dieser Ort für einen ganzen Augenblick ...

Danke!

Die Idee des Schenkens verliert ihre ganze Schönheit und ihre gesamte Bedeutung, sobald sie mit Besitz zusammengebracht wird. Schenken ist Ausdehnung von Überfluss, der aus dem Herzen der Liebe unaufhörlich fließen will.

Sobald ein Beschenkter jedoch für sich behalten will, was ihm gegeben wurde, begrenzt er diesen Fluss. Es entsteht ein Stau, ein Haben – und somit Angst vor Verlust. Aus dem freigebigen Weiterreichen wird ein „*Darf* ich das nicht behalten“, „*Muss* ich das geben“ usw. Dadurch wird das Vertrauen in den Strom des Gebens zum richtigen Zeitpunkt in ein Misstrauen und Sich-Absichern, in Angst vor Bestohlen-Werden und ebenso in die Gier, wegzunehmen, umgewandelt. Gewalt entsteht dadurch ebenso wie Einsamkeit und Stolz.

Denke bei jedem Geschenk, das dir gegeben wird, an denjenigen, der sich darüber freut, es von dir geschenkt zu bekommen, *und* an denjenigen, der sich bereits darüber freut, dir wiederum ein Geschenk zu machen.

Was du hast, hast du nur, damit es dir einen Augenblick dienen kann. Den Reichtum einer Gruppe erkennt man daran, dass alles im Fluss ist. Die Armut daran, wie viel jeder Einzelne besitzt; denn dann ist große Armut an Vertrauen, unschuldiger Freude und Offenheit. Dann ist die Freude begrenzt auf das, was jemand hat. Dann wird Besitz getauscht, dann wird gehortet und verwaltet, dann gibt es Raub und Streit um Dinge, die erstarrt sind. Dann ist der Glanz in den Augen stumpf vor Gier und die Herzen sind nur offen, um zu nehmen, und wegzuwerfen, was nicht mehr gebraucht wird. Dazwischen sind sie ängstlich verschlossen – damit ja nichts abhanden kommt.

Ihr seid alle so erzogen und eure Welt funktioniert so. Geschenke werden gegeben mit dem Fluch: „Das ist jetzt deins. Pass gut auf. Es gehört nun dir.“

Manchmal wird noch ein „Aber teile – doch nur, wenn du willst, denn darüber darfst du ganz alleine bestimmen!“ dazugesagt.

Was ist Schenken?

Schenken ist ein Weiterreichen, damit weitergereicht wird. Was, glaubst du, würde mit dir geschehen, wenn du das, was du gekauft hast (also nicht geschenkt bekommst), auch noch als Geschenk betrachtest? Wenn du dich als den beschenkten Geber ebenso siehst wie als den beschenkten Empfänger?

Ja, dann löst du Trennung auf und Angst – dann findest du in dieser Welt Frieden.

Und das will gelehrt sein und gelernt, in den Familien zuerst und unter Freunden, dann unter Nachbarn und Bekannten, dann ...

Doch beginne, wo du bist. Wo du ein Haus mit deinen Nächsten teilst. Wo bereits Nähe ist, um das zu lernen, was so schwierig zu sein scheint.

Nicht in der Theorie – die ist bereits bekannt. Nicht nur in besonderen Ausnahmen, wo du deine Großzügigkeit beweist. Und nicht nur bei denen, die es sowieso schon können. Sieh die Chance darin. Schau über die Dinge hinaus, ohne sie zu vernachlässigen. Übt, Dinge weiterzugeben – damit ihr lernt, dass alles wieder zu euch kommt, wann ihr es wirklich braucht.

Findet den Unwillen, zu schenken. Schenkt – nicht weil Geburtstag ist (da tut ihr es), sondern weil es selbstverständlich und alltäglich ist!

Besitz erweckt Besonderheit. Schon sagt ihr, dass ihr aber an diesem oder jenem Stück besonders hängt, dass ihr es besonders achten wollt, weil es von dem oder der in dieser oder jener Situation zu euch kam. So veredelt ihr nur Besitz und Angst.

Seht einfach auf das Ding; es steht zu vielen im Schaufenster. Es ist wirklich nur ein Ding. Nützlich für den, der es *jetzt* gebrauchen kann, und unnützlich für den, der es immer haben will, weil es ihm gehört. Das bindet!

Nicht die Dinge binden. Es geht nicht um Armut, nicht darum, dass

nichts für dich verfügbar sein soll, wenn du es tatsächlich brauchst. Es geht darum, zu verstehen (und das ist erst einmal ein Lernprozess), was Armut wirklich ist. Armut ist Besitz, denn Besitz ist ein Stau im Geben und Empfangen.

Erzieht euch und eure Kinder zum Reichtum, zum Vertrauen in den Fluss der Liebe, der hier widergespiegelt werden kann, wenn ihr dies zulasst.

Das ist noch nicht so – doch ihr könnt das lernen, wenn ihr darauf schaut, wie schnell ihr (egal ob Kind oder Erwachsener) wegen dem, was euch gegeben wurde, ärgerlich und böse werdet, wenn ein anderer es *haben* will.

Es ist das Haben, was nicht stimmt.

Sonne und Luft könnt ihr nicht haben. Liebe und Segen kann keiner haben. Doch jeder kann in der Erfahrung und total beglückt sein, wenn er erfährt, dass er dies nicht haben *kann!* Denn dann ist Verlust unmöglich. Und erst wenn Verlust unmöglich ist, bist du frei zu geben und zu empfangen. Haben ist die Bedingung für Verlust, für Angst und Einsamkeit.

Finde all deine Ideen über Teilen und Kommunismus ebenso in dir wie über Haben und Kapitalismus – und alle Ideen, die du dazu gelernt und in deinem Geist gespeichert hast.

Es geht nicht um eine neue oder alte Theorie bezüglich der Dinge.

Es geht um ein Gewahrsein des Lebensstromes, sodass der Umgang mit den Dingen dieser Welt nur eine Konsequenz wird.

Dein Selbstgewahrsein wird sich verändern und damit deine Erfahrung in der Welt.

Dies ist Teil deiner Heilung und dies ist Teil des gesamten Lern- und Entwicklungsprozesses hin zur Liebe.

Heilung nenne ich dies deswegen, weil du an deine Kränkung und deinen Schmerz, deine Angst und deine Selbstbehauptung kommen wirst. Und nicht nur du – denn dies geschieht nicht dir alleine, sondern mit denen, mit denen du die bisherige Art des Habens und Schenkens gelernt und gelebt hast.

Werde wachsam und erkenne an deinen Gefühlen und den Gefühls-äußerungen deiner Nächsten (egal, wie alt sie sein mögen), was da an Ärger, an Nicht-Umdenken-Wollen, an Rechtfertigung usw. kommen wird.

Lernen ist immer Heilung, wenn es von Liebe und deren Ausdehnung motiviert ist. Scheu dich also nicht davor, das zu entdecken, was der heilsamen Veränderung bedarf. Du gehst mal wieder einen Augenblick durchs Feuer, du freust dich wieder einmal nicht, du willst vielleicht nicht schon wieder etwas Neues lernen müssen. Ich sage dir nicht, was du tun musst. Ich sage dir nur, was du tun kannst – den Zeitpunkt bestimmst du.

Doch bitte ich dich, auf die Früchte des bisherigen Konzeptes bezüglich der Dinge, die du und andere nützen, zu schauen.

Gibt es da ganz schnell Unwillen und Streit, wenn du etwas geschenkt bekommen oder geschenkt hast? Dauert es manchmal zwar länger, doch er taucht dennoch auf? Sieh einfach ganz behutsam, achtsam und genau darauf. Rechtfertige einen Augenblick mal nichts und sieh nur. Weite deinen Blick und betrachte, was geschieht. Höre, wie die Stimmen sich verändern. Wie aus Sprachmelodie ein Keifen wird. Sieh, wie die Blicke sich verändern. Werte nicht das Keifen noch den ängstlichen Blick, doch höre und sieh die Veränderung. Und jetzt erlaube dir zu fühlen, was mit dem Herzen und dem Bauch desjenigen geschieht. Spüre, was mit dem Atem passiert und mit den Bewegungen. Sieh den ganzen Menschen und gestatte dir, den Ruf dahinter zu hören, der an dich geht.

Nun werde still und sei; vertraue, dass die Lösung in dir ist und sich auch so anfühlen wird, wenn du sie gefunden und auf deine Nächsten ausgedehnt hast. Ist das ein Lernen?

Ja, es ist dein Lernen, wie du glücklich werden kannst und froh!

* * *

Da ist nur das Bedürfnis, Kontakt mit dir aufzunehmen. Ich habe keine Worte dir zu sagen – ein Summen ist in mir und wie ein Ring aus tausend Stimmen – ach, ich weiß nichts, was ich sagen könnte, und dennoch ist so etwas wie Gewissheit in mir, dass du da bist.

Das Schweigen kann mir diesen Stift nicht führen – die Stille jedoch tut dies mühelos. Ich fühle mich gerufen, ganz nach innen zu horten, keinen Schritt zu gehen und mir den Blick zu mir hin weiten zu lassen. Welch ein Willkommen ist dies, Welch große Freude atmet mich – ein Fließen wie in einem Wasserfall, ein Klang wie ganz früh morgens tief im Wald. So nahe bist du mir, dass da kaum mehr ein Du ist – ich bin mit mir.

Da ist ein tiefer Wunsch in mir, der in Erfüllung geht: der Wunsch, mit einer Frau so innig und vertraut zu werden, dass es tatsächlich Einssein, Liebe ist, was wir erleben.

Und das nach einem Weg, der ihr Erfahrungen mit anderen brachte und ebenso auch mir. Nach einem Weg, der jeden von uns beiden in die Selbstbehauptung und die Abgrenzung gebracht hat. Nach vielen Erfahrungen also, die jeder für sich selbst (mit anderen) gemacht hat, ohne dass sie jedoch unsere Gemeinsamkeit darstellen. So treffen wir einander, sehen uns, und jeder könnte nur den Fremden sehen, der all das nicht erlebt hat, was mir sehr vertraut ist. Der neu ist, obwohl doch so alt.

Im Innehalten und Erlaubnis-Geben, dass alles, was bisher war, jetzt vorbei ist, dass alles, was ich je gesehen habe, mir den Blick vorstellen würde, wollte ich mich jetzt daran erinnern, dass alles, was ich je gefühlt, gespürt habe, sich wie eine Haut um mich nur legen würde, sodass ich dich jetzt gar nicht wirklich spüren kann.

So ist die jetzige Begegnung begleitet vom Abschiednehmen der vorherigen. Sie dürfen ohne das, was sie einst waren, das sein, was sie immer sind: fließende, zeitlose Liebe, für einen Augenblick in Raum und Zeit gebracht – doch nicht, um darin festgehalten und wieder und wieder noch einmal erinnert zu werden.

Wenn der Tod in seiner völligen Harmlosigkeit erkannt ist, muss ich

nicht mehr bewahren, was vergänglich ist – ich kann es sein lassen und in dem Moment erleben, in dem es geschieht, um es zu vergessen, wenn es bereits Vergangenheit geworden ist. So bleibt mein Geist frei, diesen Tanz zu leben, dieses Schenken zu empfangen und dies Empfangen gern zu schenken. Dann ist kein Habenwollen mehr in meinem Sinn und damit ist die Angst vergangen und auch kein Tod mehr macht noch irgendwelchen Sinn.

Dies Habenwollen ist es, was erstarren lässt und sterben. Liebe schenkt sich und empfängt sich. Liebe ist es, was du ewig bist. Sieh diese Form – liebe sie jetzt. Spür diesen Atem – spüre dich jetzt. Sei immer.

Bei allem, was ich von der Form schreibe, ist mir doch ganz bewusst, dass nicht sie es ist, der meine Aufmerksamkeit gebührt. Lerninstrument ist sie, damit ich wahr-nehmen kann, was an vergänglichen Gedanken ich so denke.

Weshalb bin ich aus der Formlosigkeit, aus der unbegrenzten Weite hierhergekommen?

Um die Lektion zu lernen und zu lehren, die alles transzendiert, was mich und andere nicht gänzlich froh und augenblicklich glücklich sein lässt.

So schau ich, der so gerne lacht und frei ist, so wachsam darauf, was dem widerspricht. So fühl ich, der so gerne all sein Fühlen wohligh ausdehnt, die Enge, die mich von dir trennt.

Das ist wie sich die Freude zu vermiesen, wie weinen, wenn die anderen lachen, wie traurig sein, wenn alle froh sind.

Doch in mir ist Gewissheit, aus der ich komme in die Welt des Wandels. In mir ist eine Sicherheit, dass Liebe alles ist; tatsächlich! So kann ich in der Welt sein, um hier wahrzunehmen, was nach Liebe schreit, weil es geschlagen und getreten wird, was nach Lebendigkeit verlangt, weil ihm die Luft zum Atmen knapp wird und das Wasser bis zum Halse reicht (doch nicht den Durst löscht).

Ich bin nur hier, um aufzulösen, was nicht wirklich immer froh sein

lässt. Das mag manchmal so aussehen, als ob ich mich selbst nicht freuen könnte. Das mag so scheinen, als wäre ich gar nicht unbeschwert, sondern sehr ernst. – Dann ist Stille in mir, dann erlaube ich Der Liebe, mich mit Stille und Besonnenheit zu erfüllen, wo gerade Lärm und Achtlosigkeit um mich sind.

Nicht urteilen will ich, nicht verachten – nur Dem dienen, was wirkliche Freude ist.

So manches Fest sieht fröhlich aus – weil viel geraucht und viel getrunken, viel getanzt und viel gelacht wird –, doch sehe ich die Herzen, sehe die Augen derer und begegne ihnen am nächsten Tag wieder. – Wo ist die Freude hin?

Wo ist die Unschuld und wo ist das Vertrauen, dass wir täglich grundlos und ohne es zu planen feiern dürfen?

Dies sind Arbeitsfeste mit geplanten Jokes und fernab jeder leichten Fröhlichkeit. Das ist wie Krieg, nur scheinbar harmlos. Ein Chaos an Gedanken und Gefühlen, in eine Form gebracht, die Fest heißt.

Und ich will wach sein, denn ich sehe, dass hier Leid und Not mal einen Augenblick nur überfeiert werden – und deshalb bin ich still und suche in mir diese Freude, die ich mit allen gleichermaßen teilen kann.

Dann lache ich nicht wegen irgendeinem Witz, dann tanze ich nicht, weil ich morgen wieder arbeiten muss, dann liebe ich nicht meine Nachbarn, weil meine Arbeitskollegen Konkurrenten sind, und dann feiere ich nicht, weil ansonsten mein Leben ja so trist ist.

Mit wacher Güte sehe ich auf dieses Kindertreiben, von Erwachsenen inszeniert, die mir Brüder sind, die ich liebe, während ich die Fremdheit und den Groll, die Angst, die Krankheit – und die Suche nach dem Leben – in ihren Augen sehen kann.

Was wünschte ich, sie würden einen Augenblick nur still sein, ganz still, damit sie finden können, was dieser Partyabend ihnen wieder nicht gebracht hat! So stehen sie morgens wieder auf, um zu machen, bis sie müde sind und es nicht sein wollen. Bis sie wieder so ein Fest gestalten, um zu erleben, dass sie froh sein *können*, dass sie

feiern *können* – wenn da nicht der Alltag wäre, an dem sie Kranke operieren *müssen*, an dem sie Kinder unterrichten und bewerten *müssen*, an dem sie Geld verdienen *müssen* (an dem sie nicht feiern und tanzen *können*). An dem ihre Zeitungen und Nachrichten voll von dem sind, was sie überfeiern wollen und es nicht gelingt.

Ja, ich möchte hilfreich sein. Bin mittendrin und teile nicht dies Alltagsleben mit Arbeit, Fernsehen, Diskutieren und Wettbewerb, und auch das Preis-Leistungsverhältnis ist mir nicht wertvoll. Doch teile ich mit jedem, mit jedem Wesen das, was uns zu Gleichen, zu Brüdern macht.

Ich trenne mich also nicht – ich löse Trennendes auf, weil mir das Herz vor Liebe brennt. Weil da ein Feuer in mir ist: das Licht des Lebens, das ich beatmen will – in mir, in Allem, was da ist.

Amen

Sag mal, was schreibe ich da eigentlich und für wen? Was ist das für ein Leben, das ich lebe? Die Tage zerrinnen, schon ist die Hälfte dieses Jahres fast vorbei und ich frage dich, wofür ich dies alles tue.

»Werde still und erlaube dir, nach innen zu schauen.«

Weißt du, dass da beinahe Wut und ungeduldiges Deine-Worte-Abschütteln sich in mir regen, wenn du mir wieder diese Worte sagst?

»Ja, doch bitte ich dich genau deswegen um deine Stille. Sieh, heute ist ein Tag, an dem von denen, die nach Liebe rufen – und nicht mehr wissen wie –, viel Krieg geplant und auch gemacht wird. Ich brauche dich genau da, wo du bist. Ich bin es nicht, der an dir rummäkelt, und ich bin es nicht, der von dir irgendetwas anderes verlangt. Was ich wirklich brauche, ist deine ganze Hinwendung nach innen. Hörst du mich, Michael? Das ist es, was ich brauche. Sei still und tue nichts (in all dem Treiben um dich herum). Sei deiner Gedanken und Gefühle nur gewahr. Segne die, die um dich

sind, und lasse zu, wie es immer mehr werden, die du darin einbeziehst. So hilfst du wirklich. Und ich bitte dich um dein Vertrauen. Also bitte, lass deine Gedanken still werden, damit du nur ungedachten Frieden, bedenkenlose Liebe und grundlose Freude geben kannst.

Ja, gib mir allen Zweifel. Ich weiß, dass du genau deshalb oft und oft beargwöhnt, für faul und für einen Schwätzer gehalten worden – und damit in die Einsamkeit gegangen bist. Sei also hier und vertraue. Du musst nicht mehr einsam sein damit; du kannst es mitten im Geschehen dieser Welt leben. Nur so erlöst du die Vorstellung, die gerade bei spirituellen Menschen da ist, dass irgendetwas dieser Welt dich tatsächlich trennen kann. Geh immer wieder in die Stille, lass alles los, was du einen Augenblick zuvor erlebt hast, und vertraue nur darauf, dass dein Glaube mächtig ist. Dass deine Vergebung heilt, während du mittendrin bist. So überwindest du, was einen Augenblick zuvor noch wie ein Fels, wie ein wirkliches Hindernis aussah.

In deinem Herzen lebe Ich, und Ich Bin Es, Der dich sicher hält, Der nie verurteilt und deine Sorgen mit dem Windhauch des lebendigen Atems von deiner schönen, klaren Stirn ganz leicht und sanft-mutig wegwehen lässt. Sei frei, mein liebes Wesen, sei ganz frei ...«

* * *

»Jeder von euch weiß, *dass* er bezüglich der anderen Menschen denkt.

Du weißt, dass du es bist, der das, was du beim anderen beobachtest, mit seinen eigenen Gedanken begleitet. Das tut der andere natürlich auch. So gibt es jeden Tag Situationen über Situationen, in denen du siehst, wohin der andere schaut, und du denkst dabei, warum er dies

tut, was er dabei denkt und, je nachdem, in welcher Beziehung ihr zueinander seid, bist du davon betroffen.

Was du fühlst, sind immer die Gedanken, die du dazu hegst!

Nun kann es sein, dass der andere tatsächlich dieselben Gedanken (oder ähnliche) wie du gedacht hat, als du ihn beobachtet und währenddessen deine Gedanken dazu gedacht hast.

Ist dies der Fall, so nimmst du das als Beweis dafür, dass deine Gefühle richtig waren und du nur fühltest, was *er* gedacht hat.

Du benützt ihn also, um von dir wegzugehen. Du benützt ihn als Auslöser für deine Gefühle und akzeptierst nicht mehr, dass *du selbst* so gedacht hattest und dir deine Gefühle selbst gemacht hast.

Hat der andere diese Gedanken nicht gehabt, während er auf der Wahrnehmungsebene das getan hat, was du beobachtet hast, so fühlst du dich mit deinen Gefühlen alleine, und es kann sein, dass du dich um deine Bestätigung betrogen fühlst, wenn der andere dir auch noch sagt, dass er so nicht gedacht hat.

Da du jedoch Gefühle hast, die du nicht willst, und Wahrnehmung und eigene Gedanken miteinander verbunden hast, ›stimmt‹ dein Gefühl für dich nicht. Du glaubst nicht, was der andere dir sagt – bist aber auch nicht bereit, bei dir zu korrigieren, was du fälschlich miteinander verbunden hast.

So beginnst du nachzufragen, nachzuboahren, ob der andere nicht irgendwo doch einen Funken von dem dachte, was du selbst gedacht hast.

Warum tust du das? – Um, sobald auch nur ein kleines bisschen von dem beim anderen da war, was du dachtest, von dir wegzugehen mit dem Triumph: ›Siehst du, wusste ich's doch! Mein Gefühl trägt mich nicht! Du hast es also doch gedacht! Ich täusche mich doch nicht! Warum hast du das nicht gleich gesagt! Usw. usw.‹ Du fällst buchstäblich über den anderen her, benützt, was er in seinem Geist gefunden hat, dazu, ihm zu beweisen, dass *du Recht hattest*, und trennst dich immer mehr.

Natürlich findet jeder, wenn er ganz tief in seinen Geist schaut, alle Gedanken, die du auch denkst. Je offener jemand ist, desto mehr erlebt er es: eines Geistes zu sein, in dem alle Gedanken sind.

Doch benütze dein Wissen nicht, um einen Ego-Trip auszudehnen. Benütze einander nicht, um das, was jeder selbst bei sich auflösen sollte, dem anderen noch mal unterzujubeln.

Ihr seid eines Geistes, ihr seid gemeinsam in dieser Welt und jeder von euch denkt jeden Gedanken, der hier noch gedacht wird. Verleugnet dies nicht und versucht euch nicht darin, dem anderen anzulasten, was jeder selbst gleichermaßen in sich findet.

Vergebt einander, anstatt euch zu verurteilen, und unterstützt jedes Bemühen des anderen, sich davon (wovon? – von dem, was er gerade nicht denken will und es doch in sich findet) zu befreien.

Manchmal denken zwei zum selben Zeitpunkt dasselbe und manchmal ist es zeitversetzt.

Dankt einander in genau dem Moment, geht in euren Geist, jeder in seinen, und löst auf, was ihr fühlt – um einander wieder unschuldig begegnen zu können.

Erst dann, wenn du wieder akzeptiert hast, dass du es bist, der dies gedacht hat, wirst du barmherzig mit deinem Nächsten sein, weil du selbst akzeptiert hast, dass du diese Gedanken selbst nicht willst. Liebe also deinen Nächsten wie dich selbst.

Wenn du auch dasselbe gedacht hast wie er – finde es zunächst bei dir, dann kannst du erleben, dass dein Gefühl nur davon bestimmt war, und dann kannst du dem anderen glauben, was seine Gedanken dazu waren. Selbst wenn es dann dieselben waren, kannst du in seinen Augen denselben Willen sehen: dich und ihn damit nicht kränken zu wollen. So seid ihr beide einander hilfreich und Liebespartner.«