

Inhaltsverzeichnis

Das göttliche Gesetz	1
Globaler Innenraum, Wille und Trauma.....	2
Als Weltbürger leben.....	3
Nach oben gehen, nach unten gehen, Erkenntnisse.....	5
Sich auf Schwingung einstimmen.....	9
Beginn der Meditation.....	10
Ende der Meditation	13
Wille, Verkörperung und Restauration.....	14
Ins Licht zurückkommen	16
Der Beziehungspunkt	18
Verdrahtung von Zeit, Rhythmus und Raum.....	20
Verantwortung und Kulturarchitektur	22
Den Kulturkörper aktualisieren.....	26
Hausaufgaben	28

[00:00:00]

Moderator: Willkommen bei der neunten Session des Kurses „Mystische Prinzipien, 3. Teil“. Zur Erinnerung, diese Aufzeichnungen wurden während einer Live-Übertragung angefertigt, und du hörst vielleicht zeitbasierte Hinweise. Nicht alle diese Hinweise sind für diesen Kurs als Selbststudium relevant. Wir haben sie belassen, um eine qualitativ hochwertige und nahtlose Aufzeichnung zu gewährleisten und die Teachings bestmöglich zu bewahren. Und hier ist nun Thomas.

Das göttliche Gesetz

Thomas: Hallo an alle! Ich werde kurz auf unsere letzte Session zurückkommen, damit wir eine Verbindung zur vorigen gemeinsamen Klasse finden.

Wie du dich erinnern kannst, haben wir den Meridian eingeführt und die Verbindung des Meridians mit dem Göttlichen Gesetz. Das Göttliche Gesetz ist ein natürlicher Fluss von Energie, Licht oder Bewusstsein im Leben jedes Einzelnen, aber auch innerhalb unseres Gesellschaftsgebildes, der gesellschaftlichen Architektur oder des kollektiven Wir-Raumes, wie auch immer wir das nennen wollen. Das Gesetz oder der Meridian bringt Sauerstoff in den Kulturkörper. Und es gibt viele Entwicklungsschichten, durch die hindurch wir das Gesetz abhängig von unserer Entwicklungsstufe erleben – wie die Entwicklung innerer Strukturen und von Bewusstsein; wenn wir präkonventionell, konventionell, postkonventionell sind, werden wir das Gesetz so erleben, die subjektive Erfahrung wird unterschiedlich sein.

Es hängt auch von unserer Reife ab. Wenn ich mich in einem regressiven Zustand befinde, sehe ich das Gesetz nur als eine externe Struktur. Befinde ich mich in meinem reifen Zustand, sehe ich: Wow, Kohärenz, Zuverlässigkeit, Verantwortung, Teilnahme sind alles Aspekte, eine höhere Ethik ganz natürlich zu leben, und diese höhere Ethik unterstützt uns wiederum, eine bessere Kohärenz als Wir-Raum zu erschaffen, als ein kulturelles Feld. Dann erlebe ich das Gesetz nicht nur als eine externe Struktur oder Regel, sondern vielmehr verkörpere ich ein natürliches Gefühl von einem Leben in Übereinstimmung mit und Reaktionsfreudigkeit auf mein Umfeld, und natürlich eine Ausrichtung auf den höheren Willen.

Globaler Innenraum, Wille und Trauma

Und dann haben wir letztes Mal über globales gesellschaftliches Bezeugen gesprochen. Wir haben über den Innenraum gesprochen, der nicht nur meinen individuellen Prozess beinhaltet – als Thomas oder als Susan oder als Peter – sondern wir erkennen, dass ich plötzlich die innere Kapazität entwickle, einen größeren kulturellen Welt-Raum zu beinhalten oder bewusst zu bezeugen und zu erleben, zu fühlen und zu verkörpern. Und das bedeutet – wenn du dich an den Mond erinnerst, der sich im Wasser spiegelt – wenn das Intimität ist, wenn ich das immer mehr in der Ich-Gott Beziehung erleben kann und in der Praxis der Transparenten Kommunikation oder in der Beziehungskompetenz, wie gesagt, wenn ich dich immer klarer in mir beinhalten kann, das nennt man Intimität.

Der Grad an Getrenntheit wird immer mehr zu einem Einheitsbewusstsein transzendiert; das ist kein prä-rationaler Einheitszustand, es ist ein trans-rationaler Zustand der Einheitserfahrung. Es ist also nicht symbiotisch, es ist individualisiert und transzendiert. Das ist also der Unterschied. Und ich werde heute darüber sprechen, weil es beim Timeless Wisdom Training in USA einige wunderbare Offenbarungen gab, die ich auch hier im Kurs gerne teilen möchte, die sehr hilfreich für das Verständnis sind, wie die Entwicklung unseres Willens tatsächlich in uns unsere Individualität herstellt, unseren Weltinnenraum, aber auch unsere Kapazität, in Übereinstimmung mit dem vertikal höheren Bewusstsein zu leben. Und dort werden wir nach der Meditation hinkommen.

[00:05:00]

Wir haben auch gesagt, dass es notwendig ist, zumindest einen globalen Innenraum aufzubauen, weil die Technik durch die weltweite Informationsgeschwindigkeit einen starken Druck auf jeden einzelnen von uns ausübt. Wir haben gesagt, genau diese Technik, die diese Zusammenkunft ermöglicht, macht es möglich, dass wir von den meisten Weltnachrichten relativ schnell, nachdem sie passiert sind, hören. Wir sind also tatsächlich durch unsere mobilen Geräte oder durch die Kapazität des Internets mit einer immer schnelleren Unmittelbarkeit mit den Informationen verbunden, was eine Intimität mit der Welt herstellt. Die Technik liefert uns also eine Gelegenheit, einen höheren Grad an Intimität mit der Welt zu erleben. Und diese Intimität muss einen Welt-Raum in uns finden, der sie beinhalten kann. Wenn nicht, dann werden wir uns einfach nur überfordert fühlen.

Nun, wenn mein Trauma ... im Trauma bin ich nicht fähig, mich zu beziehen. Denn Trauma ist so [*er bedeckt einen Teil seines Gesichtes und ein Auge mit der Hand*]. Wenn mein Traum also mit einem kollektiven Trauma in Resonanz geht, dann werde ich nicht fähig sein, mich darauf zu beziehen. Ich werde das so erleben. Ich werde einfach nur den Schmerz meiner Umgebung durch meinen Schmerz in mein Inneres leiten. Daher werde ich mich durch das, was ich zum Beispiel in den Nachrichten höre, sehr gestresst und überfordert fühlen.

Als Weltbürger leben

Umso mehr ich mein eigenes Trauma heile, umso mehr baue ich eine Kompetenz auf, mich auf die Welt um mich herum mit den sehr schönen Dingen, die ich erlebe, zu beziehen. Wie das Internet – so wie wir das in diesem Kurs erleben und bei vielen anderen Gelegenheiten in unserem Alltag und Arbeitsleben – wir schätzen das Internet wirklich sehr. Aber das Internet leitet all die Schwierigkeiten der Welt, all den Schmerz, all das Trauma zu uns hin, all die Erfahrungen der Menschen, die wir nur schwer ertragen können. Und wir werden eine Beziehung dazu finden müssen, und eine Fähigkeit, darauf zu antworten.

Als globaler Bürger zu leben heißt also nicht nur, dass ich in der Welt herumfliegen und an unterschiedlichen Orten sein und schöne Urlaube überall auf der Welt machen kann; ein globaler Weltbürger ist jemand nur dann, wenn er einen globalen Innenraum hat, der mehr ist als nur ein intellektueller globaler Innenraum. Sodass 3-Sync – die Synchronisation vom Mentalkörper, Emotionalkörper und dem physischen Körper – die Basis oder die Grundlage für mich bilden, die Welt in dieser Synchronisierung in mir zu beinhalten und eine kohärente Erfahrung der Welt zu haben.

Wie gesagt, wenn wir die Stille-Meditation üben – ihr erinnert euch, wir haben mit Achtsamkeit begonnen, Achtsamkeit sinkt irgendwann in eine innerer Raumhaftigkeit herab, innere Raumhaftigkeit sinkt in magnetische Präsenz hinein und magnetische Präsenz versinkt irgendwann in tiefer Absorption, sie ist einer der Samadi-Zustände – wenn ich in einem immer kohärenteren inneren Zustand des Bezeugens lebe, einem Bezeugen, das nicht abgetrennt ist, einem Bezeugen, das verbunden ist, sodass ich fühle, und ich kann mein Fühlen bezeugen. Ich kann denken, und ich kann mein Denken bezeugen, meinen Gedankenprozess. Ich fühle durch meinen Körper – und ich kann meinen Körper bezeugen. Es gibt da also einen Zeugen, einen transpersonalen Zeugen, der meinen inneren Prozess beinhalten kann. Und wenn diese Bezeugungsfähigkeit auch mehr und mehr größere Teile der kulturellen Aktivitäten beinhalten kann, dann wachse ich in eine transpersonale globale Bürgerschaft hinein. Und da gilt wieder – je mehr Menschen mit ins Boot kommen, eine desto größere Kohärenz werden wir herstellen können. Und diese höhere Kohärenz überall auf der Welt führt zu der Tatsache, dass der Raum Augen erhält, die den Prozess der Welt bezeugen.

[00:10:00]

Stellen wir uns mal für einen Moment vor, dass überall auf der Welt jede Handlung immer mehr bezeugt wird, weil immer mehr Menschen fähig sind, das Bewusstsein eines globalen Bezeugens zu halten. Das bedeutet also, dass immer mehr Handlungen auf der Welt zu bewussten Prozessen werden. Und ich denke, dass ist eine sehr spannende Vision, in die wir hineinwachsen können, denn wenn immer mehr Prozesse in bewusster Wahrnehmung gehalten werden, dann hat das eine Auswirkung auf unser Handeln. Und das wirkt sich auf unsere lebendige, verkörperte Ethik aus. Um das zu üben, können wir also, wie gesagt, unser Bewusstsein ausdehnen – vom hauptsächlich nur mit uns selbst identifiziert Sein bis hin zu unserer Umgebung und zu noch mehr; wir können das mit den Nachrichten üben, wir können das mit unserer engeren Gemeinschaft üben, in den weltweiten Gemeinschaften durch das Beinhalten von Ereignissen und Prozessen als ein bewusster, globaler, gesellschaftlicher Zeuge.

Nach oben gehen, nach unten gehen, Erkenntnisse

Nun gab es einige Fragen, die eingesendet wurden, und eine davon führt uns etwas weg von dem, was ich gerade gesagt habe, aber ich denke, es ist eine wichtige Frage, die ich vor der Meditation beantworten möchte. Es steht da: „Ich bin noch immer verwirrt, was es bedeutet ‚nach oben zu gehen‘, und was es bedeutet ‚nach unten zu gehen‘ – und ob das nicht alles nur eine Vorstellung ist?“ Vielleicht können wir das noch etwas mehr klären, denn für manche stellt sich diese Frage noch. Und ich möchte mich noch mal darauf beziehen, denn ich denke, das ist ein wichtiger Aspekt unserer Praxis.

Und heute werden wir uns also im weiteren Verlauf der Session auf eine kurze Reise zur Entwicklung des Willens begeben. Und die Evolution des Willens, was uns betrifft, wir alle sind bereits durch die Entwicklung unseres Willens hindurchgegangen, indem wir die verschiedenen Entwicklungs- und Reifungsstufen durchlaufen haben, um zu einem ausgereiften Menschen zu werden. All die unintegrierten Aspekte dieser Evolution sitzen also irgendwann in unserer Basis und warten darauf, integriert zu werden. Um wieder zu ihnen zurückzukehren – gewissermaßen in der Repräsentation unseres Körpers – gehen wir tatsächlich nach unten. Denn wenn wir von unserer Erdung abgetrennt sind, dann fühlt es sich an, als ob wir über unseren unintegrierten Anteilen schweben. Es fühlt sich so an, als ob ich zu diesem Teil der Basis keinen Zugang habe, weil er unbewusst ist. Und oft weiß ich nicht mal, wie viele Teile in meiner Basis unbewusst sind, bis sie mir schließlich bewusst werden. Es ist das Gleiche: Solange ich nicht weiß, was ich nicht weiß, weiß ich nicht mal, was ich fragen muss. Ich weiß nicht mal, wohin ich schauen muss. Ich bin nicht mal motiviert zu schauen.

Erst wenn ich erkenne – entweder durch Leiden oder durch spirituelle Praxis – dass in meiner Wahrnehmung etwas fehlt, dann beginne ich hinzuschauen. Aber genauso ist das mit der Erwachenspraxis im globalen Kulturkörper. Solange uns die Dinge, die passieren, nicht bewusst sind, fragen wir nicht, weil wir nicht mal wissen, was wir fragen sollen. Aber in dem Moment, in dem es Anzeichen gibt – entweder Leiden oder Erwachen weist uns mehr auf die unbewussten Flecken hin, die uns nicht einmal bewusst waren – wird uns plötzlich bewusst, was wir nicht sehen. Wir wissen zwar noch immer nicht, was wir nicht sehen, aber es ist uns bewusst, dass wir irgendetwas nicht sehen – weil wir die Inkongruenz sehen, wir sehen die Irritationen.

Und wenn wir von „Nach-unten-Gehen“ sprechen, dann gehen wir zu früheren Zeiten in unserer eigenen Entwicklung. Und in unseren subtilen Energiefeldern sind diese früheren Zeiten in unserer eigenen Entwicklung so eine Art Informationsschichten, die kosmische Adressen haben; sie sind kodierte Informationen, die in unserem Energiefeld gespeichert sind. Wir gehen also tatsächlich nicht nur in unserem Körper nach unten, wir verändern auch unsere Schwingung hin zu größerer Dichte. Wenn ich also heute mit den Augen in meine Basis blicke und ich nicht die subtile energetische Wahrnehmung zu größerer Dichte hin verändere, dann sehe ich vielleicht gar nichts. Es ist, als ob du eine Kamera nimmst und du stellst die Perspektive der Kamera ein, bis du klar siehst. Und genauso ist das, wenn wir in unser Energiefeld schauen, bei der Schattenarbeit, wir passen unsere Wahrnehmung an, bis wir die richtige Frequenz hören. Wir haben das in diesem Kurs schon mal gesagt – es ist, als ob du dem Radio auf 88,6FM zuhörst, aber du musst dem Radiosender auf 102,5FM zuhören. Wenn ich mich also selber fühle, dann fühle ich mich vielleicht nur auf 88,6FM. Aber da gibt es nichts zu fühlen, nichts zu sehen. Wenn ich die Art, wie ich fühle, verändere, dann sehe ich die traumatisierte Region plötzlich viel klarer.

Das ist also gewissermaßen dieses Nach- unten-Gehen und sich in den eigenen Raum Hineinentspannen oder die Integration von Aspekten unserer Basis – es macht uns ganzheitlicher und vergrößert unsere Fähigkeit zu empfangen, unsere Verletzlichkeit, unsere Fähigkeit, Prozesse zu beinhalten. Wir werden also ganzer als reife Menschen. Und für manche Menschen bedeutet das auch, wenn wir etwas in der Basis integrieren, dass wir plötzlich leichter Zugang zum Licht erhalten. Warum? Weil die Kontraktion meiner Basis mir vielleicht im Hals sitzt oder sie sitzt in meiner Krone oder in meinem dritten Auge oder in meinem Herzen. Einige Leute sagen: „Oh, ich habe Druck in meinem Herzen.“ Aber in Wirklichkeit ist das ein Trauma, das passierte, als die Person zwei Jahre alt war, und so lange wir uns um dieses Trauma nicht kümmern, wird diese Kontraktion nicht verschwinden. Manche Leute sagen: „Es fällt mir schwer, mich mit dem Licht zu verbinden.“ Aber diese Verbindung ist auf einer früheren Entwicklungsstufe gesperrt.

Deshalb sagen wir nun, wenn wir nach unten gehen – was bedeutet, dass wir uns stärker verkörpern ... für einige Leute kommt das Licht auf einer bestimmten Stufe des Runtergehens und des in die Basis Entspannens ganz natürlich herein. Wunderschön. Das ist eine großartige Zugabe zu unserem Reifungsprozess, dass wir plötzlich auch stärker verbunden sind.

Und die nächste Stufe ist, dass Leute sagen – und das, denke ich, ist eine ganz häufige Fehlannahme in unserer gegenwärtigen spirituellen Gesellschaft – wir nehmen uns manchmal die Weisheit hoch realisierter Menschen her und transformieren sie in unser rationales Verstehen hinunter. Plötzlich wird der kausale Zustand – weil ich darüber nachdenken und darüber sprechen kann – zu etwas, wovon ich denke, dass ich es verstehe. Es gibt eine grobstoffliche Realität, es gibt eine feinstoffliche Realität, es gibt eine kausale Realität, es gibt einen non-dualen Zustand. Großartig. Ich weiß davon, also denke ich, ich verstehe das. Es ist gut, dass ich das denken kann, aber so lange ich keine kausale Zustandserfahrung oder Umsetzung habe, weiß ich nicht, was das bedeutet.

Früher oder in den Traditionen sagen wir, dass ich bescheiden bin, solange ich nicht weiß, wovon ich rede. In der postmodernen westlichen Gesellschaft wird diese Demut bisweilen als zynisch betrachtet, weil wir uns dann „nicht in unserer Kraft befinden“. Man sagt: „Okay, komme in deine Kraft.“ Und dann wird das In-Unsere-Kraft-Kommen zum Held unseres Zeitalters. Und dann wird die Bescheidenheit, mich vor dem Göttlichen zu verneigen, also vor den höheren Erkenntnissen, von denen ich keine Ahnung habe ... nur, weil ich in einigen Büchern darüber lesen kann, heißt es nicht, dass ich das verstehe.

Es ist das Gleiche mit diesem „man muss nirgendwo hingehen“. Ultimativ, im Tao, in der Umsetzung des Tao oder im non-dualen Zustand, da muss man nirgendwo hingehen. Da gibt es keine Richtung. Für die meisten Menschen gibt es, wenn die Seele noch immer eine Zukunft ist, etwas, wohin man gehen muss. Weil ich das denke und sagen kann: „Oh, wenn Laotse sagt, dass man nirgendwo hingehen muss, warum gehen wir dann nach oben? Es gibt keinen Ort, zu dem ich gehen muss.“ Das ist cool, aber es hilft uns nicht wirklich. Es bringt uns nur an einen sehr verschlossenen Zustand.

Und in der subtilen höheren Realisation muss ich eine Praxis anwenden – oder ich habe einen Glückstreffer bei der kosmischen Lotterie. Ich kann aber auch Lebenszeiten lang auf die kosmische Lotterie warten und dann trifft mich vielleicht das Licht und der Blitz wird alle meine Energiezentren öffnen und das ist auch großartig. Aber nur falls das nicht passiert, sitze ich vielleicht über Lebenszeiten hinweg wartend herum und rationalisiere meine spirituelle Entwicklung. Und deshalb, denke ich, ist es weiser, dem Wissen aus Jahrtausenden zu folgen, bei dem es auf bestimmten Entwicklungsstufen eine Rolle spielt, ob wir nach oben oder nach unten gehen. Und nach der Erkenntnis können wir den Plan ändern.

Deshalb wird also bei der subtilen Arbeit, die Verwirklichung höherer subtiler Zustände, die Verbindung zwischen meinem dritten Auge, meiner Krone und meinem höheren Selbst oder meiner Seele oder dem Licht – und verschiedenen Stufen des Lichtes – normalerweise leichter durch die Lichtmeditation wahrgenommen, außer es gibt da eine Blockade. Und wenn es blockiert ist, müssen wir einen Weg finden, das freizulegen, und vielleicht die Zeit mit einer anderen Art von Meditation überbrücken, und es lernen, unsere Basis weiter zu öffnen, und dann ist das vielleicht eine Art Heilung für unseren höheren Kanal.

Oder einige Leute strengen sich bei der Lichtmeditation an, und dort, wegen dieser Anstrengung, verengen wir unseren Kanal. Und wenn sie sitzen und sich einfach nur öffnen, strömt das Licht ganz natürlich ein. Aber wenn ich nach oben gehe und einen Druck empfinde – vielleicht, weil ich es richtig machen möchte oder es gut machen möchte oder ich es korrekt machen möchte – dann funktioniert es nicht. Aber das bedeutet nicht, dass die ganze Praxis nicht funktioniert.

Und deshalb werden wir also die Praxis immer weiter verfeinern, sodass immer mehr Menschen dort, wo es schwierig ist, mit an Bord kommen. Aber wir werden die Praxis nicht sofort verwerfen, nur, weil es schwierig ist. Oh, dann sagen die Leute: „Oh, weißt du, ich bin mehr der Bewegungstyp, deshalb kann ich nicht sitzen.“ Bist du dir sicher? Wenn du also nicht sitzen kannst, geht es dabei vielleicht nicht darum, dass du ein Typ bist, dem es gefällt, sich zu bewegen. Ich meine, es ist gut, dass wir uns gerne bewegen und dass wir gerne tanzen und dass wir gerne Yoga machen oder Qi Gong. Aber was hat das mit meiner Sitz-Meditation zu tun? Wenn ich etwas studieren möchte, kann ich nicht sagen: „Ich mag Physiologie lieber, Anatomie mag ich nicht. Und deshalb lerne ich das nicht.“ Nein, wenn ich Arzt werden möchte, dann muss ich das lernen, weil ich dieses Wissen brauche. Und bei der sitzenden Meditation ist es das Gleiche. Sitz-Meditation hat einen Platz – und Bewegungs-Meditation hat auch einen Platz. Aber die eine liefert uns nicht unbedingt die Einsichten der anderen.

Deshalb, denke ich, ist es sehr wichtig zu sehen: Okay, wenn wir Zugang zu Wissen aus Jahrtausenden haben – und zu Jahrtausenden von Praxis – dann haben diese Praktiken auch eine tiefere Bedeutung. Und die persönliche Schwierigkeit muss nicht unbedingt bedeuten, dass wir diese Praktiken verwerfen müssen. Aber wir müssen uns die Schwierigkeiten anschauen.

Sich auf Schwingung einstimmen

Bei der Licht-Meditation ... genauso, wie wenn ich bei der Schattenarbeit tiefer in meine früheren Entwicklungsstufen gehe, bei der Schattenarbeit, da muss ich meine Wahrnehmung auf dichtere Schwingungen einstimmen; wenn ich zu höheren Entwicklungsstufen hinaufgehe oder zur Zukunft meiner Entwicklung, dann muss ich mein Fühlbewusstsein auf höhere Frequenzstufen der Energie einstimmen.

Es ist in etwa so: Wenn du nach unten gehst, ist das wie ein tieferer Ton. Wenn du nach oben gehst, ist das wie ein höherer Ton. Wenn er also höher ist, begibt sich die Wahrnehmung auf eine feinere Schwingung. Wenn wir uns in höhere Zustände der Meditation begeben, dann ist das so, als ob du auf der Tastatur eines Klaviers zu den höheren Tönen gehst, und ein höherer Ton ist eine schnellere Energie.

Und manchmal, wenn wir die Lichtmeditation machen, verweilen wir auf der Schwingung unseres Verstandes, obwohl wir uns mit unserer Seele verbinden wollen. Aber es taucht nichts auf. Wenn ich mein Fühlbewusstsein auf eine höhere Schwingung einstelle, eine feinere Schwingung, eine schnellere Schwingung, dann taucht das Licht plötzlich ganz natürlich auf. Das ist also etwas, womit wir spielen können, so wie die tieferen Teile oder die tieferen Töne und die höheren Töne auf der Klaviatur. Die Musik kann uns manchmal helfen zu lernen, wie wir uns auf unterschiedliche Dichte einstimmen.

Verschiedene Körperbereiche haben unterschiedliche Dichtegrade in ihrer Energie. Und für manche Menschen ist es hilfreich, damit ein bisschen zu spielen, spielerisch: „Okay, was passiert, wenn ich meine Wahrnehmung auf die höheren Töne einstimme?“ Das weiße Licht hat also eine bestimmte Art von Klang. Und ich fühle weißes Licht auf einer höheren Schwingung. Und das goldene Licht fühle ich auf einer noch höheren Schwingung. Und das elektrische Licht ist noch viel höher als das. Und wenn ich zurück zu meinem Körper komme und die früheren Stufen meiner Entwicklung fühle, dann haben die normalerweise eine höhere Dichte. Das ist also vielleicht ein hilfreiches Werkzeug für Leute, um mit der Wahrnehmung zu spielen. Wahrnehmung ist wie das Zuhören bei mehreren Radiosendern - und so geht es nicht nur darum, was ich fühle, sondern auch, wie ich fühle macht einen Unterschied.

Das Nach-oben- und Nach-unten-Gehen ist also bis jetzt mal eine hilfreiche Analogie, glaube ich. Für manche ist das vielleicht schwerer, und dann ist es okay zu sagen: „Okay, wir respektieren jetzt mal, dass es schwieriger ist.“

Aber das sagt nichts über die Praxis aus oder über meine Beziehung zur Praxis. Es sagt etwas über mein Energiefeld aus. Und dann können wir uns auch vielleicht für einige Zeit noch mehr auf die Stille-Meditation fokussieren, und wir lernen und üben weiter, und wir werden herausfinden, was die Ursache für dieses blockierte Gefühl ist.

So, ich hoffe, das führt zu einem klareren Verständnis. Umso erfahrener wir auf dem Weg sind und umso mehr wir ganz natürlich mit dem Licht verbunden sind, umso weniger spielt die geographische Richtung – hoch und runter, links oder rechts, tiefer innen oder weiter draußen – dann noch eine Rolle. Wenn ich mich nach Belieben mit dem weißen Licht verbinden kann, ist es egal, wohin ich gehe, denn im wahrsten Sinne des Wortes ist es überall.

Aber das ist für einen Prozess, mit dem ich gerade beginne, keine sehr hilfreiche Erkenntnis. Wenn ich nicht Fahrradfahren kann, kann ich mir auch erzählen: „Es ist leicht.“ Ja, es ist leicht, aber ich werde vielleicht trotzdem umfallen. Ich muss also durch eine Phase hindurchgehen, in der es für mich nicht leicht ist.

Und dann werde ich meinen Weg hinein finden. Sobald es wirklich leicht ist, ist es leicht. Sobald die Phase der Licht-Meditation durch ist, wird es leicht sein. Dann spielt der Ort keine Rolle mehr.

Gut, wunderbar. Lasst uns meditieren. Und dann kommen wir wieder zurück und setzen unsere Reise fort.

Beginn der Meditation

Lasst uns beginnen und nehmt euch wieder einen Moment Zeit, um euch einfach von eurem Atem in euren Körper tragen zu lassen.

Und lasst uns einfach die Einfachheit des Sitzens genießen.

[00:30:00]

Und unser Atem ermöglicht es uns, uns tiefer in den physischen Körper hineinzuentspannen, in die Einfachheit des nur Sitzens. Atmen, fühlen.

In der Aktivität unseres Lebens ziehen wir manchmal die Energie etwas aus unserer Basis heraus. Und deshalb erlauben uns diese ersten Momente des Tiefer-Sinkens einiges dieser Aktivierung wieder zurück in das Gefäß unserer Basis zu entspannen. Denn unsere Basis ist ein Gefäß, ein Container, der die Wasser unseres Lebens hält. Und die Erde unseres Lebens ist ein nährender Platz. Das Sitzen in unserer Basis verbindet uns mit Shakti, der Erde, dem fruchtbaren Boden, der Nahrung.

Mit unserem Atem zu sinken, aktiviert in uns einen Yin-Zustand – aus der Chinesischen Medizin, Yin und Yang – das ist ein entspannterer Zustand, und der Selbstheilungsmechanismus des Körpers wird stärker: Nahrung, Regeneration, das Aufladen unserer Batterien, Regeneration von Chi, die Transformation von Chi in Substanz, Auffüllen unserer Substanz, falls wir sie verbraucht haben.

Lasst uns gemeinsam die Einfachheit des in diesem nährenden Boden Sitzens genießen und uns gemeinsam als Gruppe in diesen Boden hineinentspannen, sodass es eine Kohärenz in unserem Wir-Raum gibt, die es für jeden Einzelnen von uns leichter macht, ein Gefühl für die Basis zu bekommen, während wir das gemeinsam tun. Wir können sogar in die Gruppe hineinfühlen – der Boden, die fruchtbare Nahrung, die Gruppe, die Erdung, die Gruppen-Basis.

Selbst, wenn es manchen schwerer fällt, sich mit der Basis zu verbinden, wir nehmen die Ressourcen der Gruppe mit hinein und wir werden sehen – es unterstützt uns. Wir können die Großzügigkeit des Wir genießen. Die Basis, der fruchtbare Boden, ist großzügig. Er gibt uns ein Gefühl von genug.

[00:35:00]

Dass es da genug Ressourcen gibt, dass ich eine gesunde Beziehung zu den Ressourcen habe, dass wir genährt werden können, so wie wir es für den Auftrag unserer Seele brauchen. Und wir verschwenden keine Energie. Denn Energie ist heilig.

Und erlaube dir – durch deinen Container, durch deine Basis – dich auf die Gruppen-Basis einzustimmen und diesen Pool an Erdung, Nahrung und Regeneration zu genießen. Der Boden ist die Shakti-Steckdose, die Steckdose für die Elektrizität, um unsere Alltags-Batterien wieder aufzuladen.

Und dann bemerke die Feinheiten beim Fühlen der Verbindung mit dem Boden. Für manche Menschen fühlt es sich so an, als ob man in einem warmen Bad sitzt. Bei manchen Menschen gibt es vielleicht Angst in der Basis, eine Enge, Widerstand, ein Gefühl von ein wenig Entwurzelt-Sein. Und wie auch immer es ist, diese Tatsache als eine notwendige Funktion anzuerkennen. Wie auch immer wir unsere Basis in unserer Entwicklungszeit reguliert haben – zu dieser Zeit war das notwendig.

Und durch das Gefäß meines Körpers bin ich auch mit dem Gefäß der Erde verbunden, dem Planeten – als eine gefühlte Wahrnehmung des Bodens, als eine gefühlte Wahrnehmung der physischen Dimension unserer Welt und als eine gefühlte Wahrnehmung, dass es da auch eine Fürsorge gibt.

Ein Gefühl für meine Umwelt, eine physische Umgebung. Sodass ich mit den Schichten der Evolution verbunden bin, mit den Teilen, den Strukturen meiner Basis, meines Körpers, der Intelligenz meines physischen Selbsts und dem Fluss von Intelligenz und Kommunikation durch mein physisches Selbst.

Und auch zu sehen, wie durch das Entspannen in meine Basis hinein höchstwahrscheinlich der Grad an innerem Raum auch zunimmt.

Ich kann die Energie in meiner Basis fühlen, die Empfindung. Ich kann sogar mit der Einstimmung spielen, ich kann die Dichte fühlen, die physische Dichte, ich stimme mich also auf die physische Umgebung ein.

Zugleich gibt es inneren Raum und Bezeugungsfähigkeit. Es gibt einen Raum, wo ich einfach den Einstimmungsprozess bezeugen kann.

Lasst uns für einen Moment unseren Fokus auf diesen Raum legen – die Raumdimension, die Präsenz, die Zeitlosigkeit. Lausche einfach in den Raum hinein, in die Stille.

Lausche weiterhin der Raumhaftigkeit, selbst wenn Gedanken auftauchen oder Empfindungen. Lasst uns bei dem Zuhören verweilen – lauschen auf die Raumdimension, der Tiefe und der Zeitlosigkeit, der Stille lauschen.

[00:50:00]

Und dann verbinde dich von diesem Raum aus wieder auch mit der Dimension des Lichtes. Bringe dein Bewusstsein wieder über deinen Kopf und spiele dieses Mal mit einer feineren Einstimmung, als ob dein Fühlbewusstsein auf eine feinere Art fühlt. Über dem Kopf schwingt die Energie höher; feiner, wie ein höherer Ton in der Musik.

Bringe dein Bewusstsein weiter nach oben – oder öffne deine Krone, entspanne deine Krone, falls das leichter für dich ist.

Und in dem Moment, an dem du dich mit der Erhellung verbindest, lasse die Erhellung ganz in deinen Körper herunterfließen, wie tief auch immer sie in deinen Körper Eingang findet – baue keinen Druck auf oder erzwinge es nicht mit deinem Willen. Erlaube es dem Licht, seinen eigenen Weg durch das Nervensystem zu finden.

Wir sind auch hier, um die Reise zu genießen, die Erforschung zu genießen. Und wenn es sich schwer anfühlt, sich mit dem Licht zu verbinden, bleibe spielerisch.

[00:55:00]

Von der Lichtstufe aus, mit der du übst, lässt uns dieses Bewusstsein in den Gruppenkörper ausdehnen, in die Sangha, und verbinde dich mit dem höheren Lichtimpuls unseres Kurses. Setze die Absicht. Warte, bis du einen ersten Eindruck erhältst. Lasse diesen ersten Eindruck erblühen.

Und fühle in die höhere subtile Verbindung zwischen uns hinein: Der Wir-Raum, Übungsgemeinschaft. Genieße die Vorteile davon, dass wir alle gemeinsam praktizieren – für manche ist das leichter, für manche ist das schwerer, aber es gibt sehr viel gegenseitige Unterstützung für die verschiedenen Stufen der Praxis. Und wenn es dir schwerfällt, den höheren Gruppenimpuls wahrzunehmen, dann setze einfach die Absicht – und lausche.

[01:00:00]

Wenn du möchtest, kannst du wieder unsere gemeinsame Verbindung nutzen, um eine Einsicht für eine Lebensfrage einzuladen, für eine Situation in deinem Leben, für die nächste Stufe deines Erwachens oder irgendeine Art von Intention oder Gebet, die sich für dich angemessen anfühlt.

Wenn du fertig bist, lass es ganz los. Und sitze einfach noch etwas in innerer Empfänglichkeit und innerem Lauschen. Als ob du dem subtileren Flüstern deines Lebens zuhörst. Falls es irgendetwas gibt, das gezeigt werden muss – ich bin hier, ich bin verfügbar, ich bin Raum.

Und atme dann langsam ein paar Mal tiefer, fühle deinen Körper. Und komm wieder zurück.

Ende der Meditation

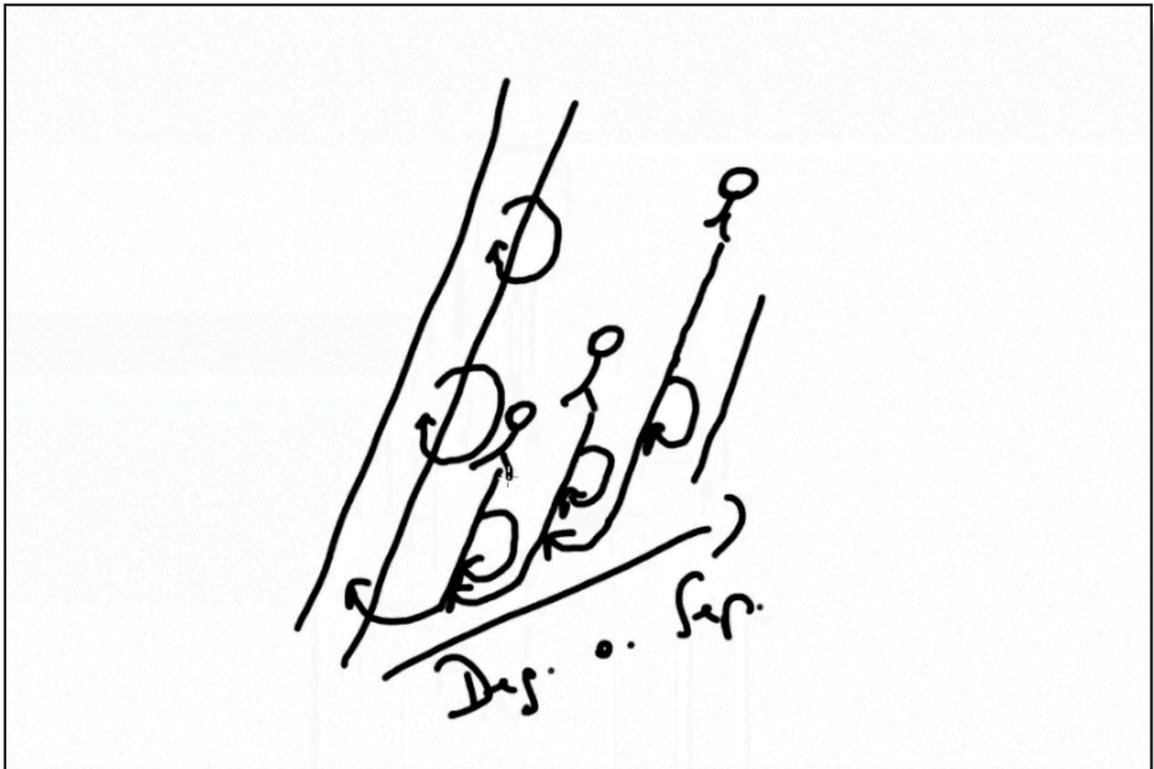
Gut, wie du gesehen hast, wenn wir ganz in die Materie hineingehen, dann können wir damit spielen, unsere Basis auf einer dichteren Schwingungsebene zu fühlen. Wenn wir nach oben gehen, können wir uns einstimmen – so wie wenn ich einer höheren Melodie zuhöre, einer Art höheren Musikmelodie; ich höre zu und sie ist weniger dicht und ätherischer. Ätherische Musik. Das ist vielleicht eine Richtung, wie man mit dem höheren Einstimmen spielen kann. Und auch die dichtere, geerdete Energie zu fühlen. Und wie das Licht sich vielleicht in der Dichte der Substanz selbst verankert und sie anhebt, sodass die Substanz, die Schwingung der Substanz immer weiter nach oben ansteigt und sich weniger dicht anfühlt.

Und dann eine Erinnerung daran, auch mit dem globalen kulturellen Bezeugen weiterzumachen. Wie wir also das letzte Mal gesagt haben, wenn du Nachrichten aus deiner engeren Umgebung hörst, von dort, wo du lebst, oder über die globale Weltsituation, und da zu schauen, und dabei ganz ehrlich und nackt zu sein – auf welche Teile du dich leicht beziehen kannst, welche Teile dich überfordern, welche Teile Spannung oder Konflikt erzeugen.

Es geht nicht darum, dass alles leicht für mich ist, es geht darum, so nackt und authentisch wie möglich damit zu sein, wie es ist. Wenn ich etwas höre oder lese oder etwas in den Nachrichten sehe, was ich nur verarbeiten kann, indem ich mich von einem Teil meines Fühlbewusstseins abtrenne, dann ist das im Moment so, wie es gerade ist. Und ich bin mir dessen bewusst, dass es gerade so ist. Und es ergibt keinerlei Sinn sich Druck zu machen, dass es in irgendeiner Weise anders sein sollte. Und gleichzeitig durchdringe ich die Art, wie es gerade ist, mit immer mehr Bewusstheit, um kohärenter und kongruenter mit meinem gegenwärtigen Zustand meiner Fähigkeit zu werden, die Welt zu bezeugen und in mir zu beinhalten. Lasst uns also mit dieser Praxis weitermachen und sie ausdehnen.

Wille, Verkörperung und Restauration

Und dann möchte ich etwas von einem kurzen Ausflug in die Entwicklung des menschlichen Willens mit euch teilen. Denn wir alle leben ein Leben auf dem Marktplatz. Wir haben also „Verkörperung“ gesagt – der Wille und Verkörperung ist eine ganz notwendige und grundlegende Praxis, wenn wir eine spirituelle Praxis auf dem Marktplatz praktizieren. Und deshalb werde ich einige Zeichnungen nochmal zeigen, von denen ich denke, dass sie wichtig sind ... so, wie einige grundlegende Dinge wichtig für das Verständnis sind.



Zeichnung 1

Okay. Wenn ihr euch daran erinnert – das letzte Mal haben wir von dem Meridian gesprochen. Von dem Meridian als eine Art kosmischer Fluss der Schöpfung. Und wie gesagt, wenn ich in einigen Bereichen meines Lebens oder wenn ich mein Leben als eine Erfahrung lebe, als authentische Erfahrung, die essenziell ist ... jeder essenzielle Moment kehrt zurück zu sich selbst. Er hinterlässt keine Spur.

Wir haben gesagt, dass es Traumata und Handlungen gibt, die einer Art Restauration bedürfen, sie kreieren also ein Gefühl von Trennung. Im essenziellen Strom des Lebens fühle ich mich nicht wirklich abgetrennt vom Leben. Ich empfinde mich als ein inhärent verwobener Aspekt des Lebens.

[01:10:00]

Umso mehr ich mein Leben in einem immer stärkeren Grad von Trennung lebe – das ist also der Grad an Abgetrenntheit [*deutet auf die Linien, die sich nicht in Übereinstimmung mit dem Meridian befinden*] – wir haben gesagt, dass wir diese immer wieder rekreieren, bis zu dem Zeitpunkt an dem wir fühlen oder es wird uns bewusst, denn manchmal werden wir wie gesagt in diesen Zustand hineingeboren. Wenn ich also in ein starkes generationsübergreifendes Trauma hineingeboren wurde, dann bin ich so aufgewachsen: Ich habe es an, das Trauma ist wie meine Kleidung. Und durch meine spirituelle Praxis oder durch mein Leiden werden mir diese sich wiederholenden Kreisläufe oder Kurations-Zyklen in meinem Leben vielleicht bewusst. Und wenn mir das bewusster wird, dann gibt es eine Wahl. Wenn ich also mit etwas in meinem Leben komplett identifiziert bin, unter dem ich leide, und ich weiß das nicht mal, dann stecke ich da nur mitten drin. Sobald mir das bewusst wird, gibt es plötzlich Raum, und Raum bedeutet, dass eine weitere Möglichkeit verfügbar ist. Und in dem Moment, in dem ich eine andere Möglichkeit habe, gibt es immer mehr die Wahl, etwas wiederherzustellen. Dann gebe ich da also genug Energie hinein – ich suche mir einen Therapeuten, ich suche nach einem Lehrer, ich suche nach einer Sangha, ich suche nach Wegen, ich lese Bücher – und plötzlich besteht die Möglichkeit, etwas daran zu ändern.

Ins Licht zurückkommen

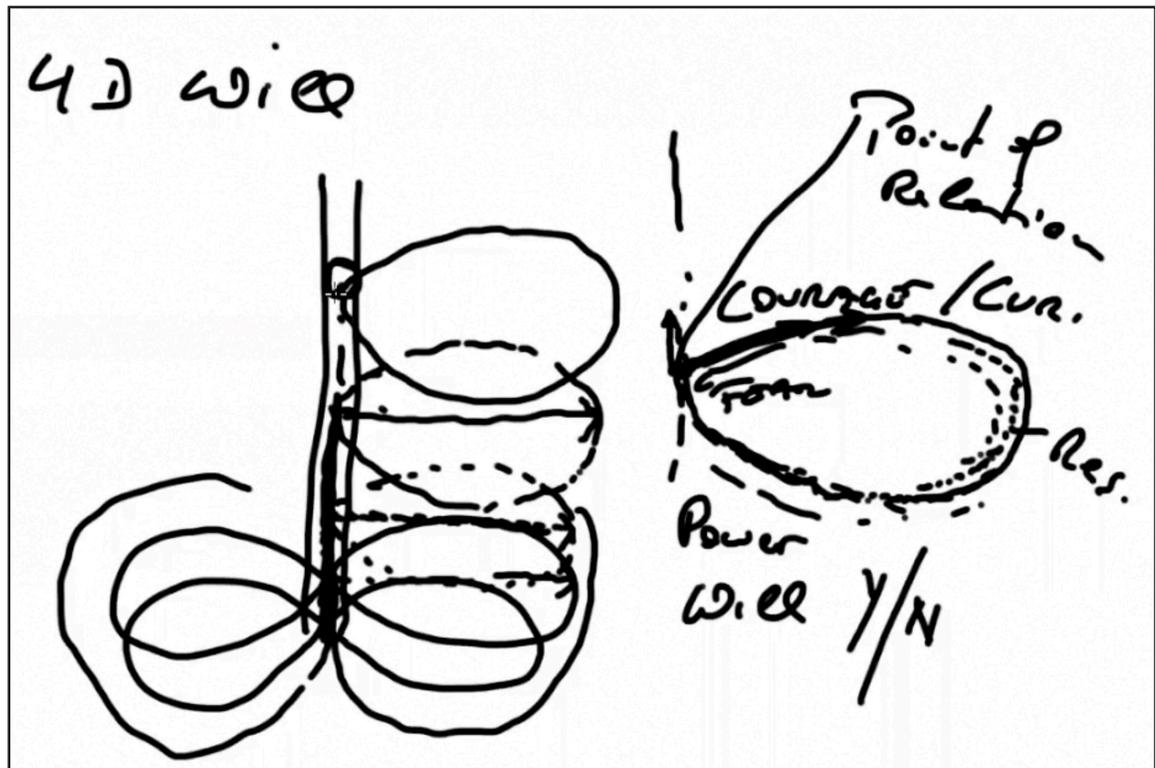
Für Wiederherstellung muss man also normalerweise Energie investieren. Sobald es ein bisschen von meinem Bildschirm entfernt ist, bin ich nicht mehr komplett damit identifiziert; ich kann es mir anschauen, und sobald ich es anschauen kann, kann ich die Bewusstheit vergrößern – und das ist der Anfang einer Wahlmöglichkeit. Und diese Wahl kann mir helfen, irgendwann die Energie von einem Level in einen anderen wiederherzustellen, bis ich wieder in den Fluss des Lichtes zurückkehren kann. Und das geschieht also entweder durch Lebensereignisse, durch Krisen oder es geschieht durch Therapeuten, Lehrer; und jede Schicht der Wiederherstellung ist tatsächlich eine Art Schwelle in unserer Entwicklung.

Sobald wir diese Schwelle überschreiten ist es, als ob wir die Autobahn wechseln, so haben wir es das letzte Mal gesagt. Dass unser Leben sich in diese Richtung bewegt – plötzlich bewegt es sich mehr in diese Richtung. Wir nehmen also die Auffahrt zu einer anderen Autobahn und fahren weiter mit einer anderen Lebensschwingung. Und wenn wir grundlegende Heilungen oder Wiederherstellungsprozesse haben oder Integrationsprozesse, dann fühlt es sich im wahrsten Sinne des Wortes so an – plötzlich begegnen mir andere Menschen, ich mache andere Erfahrungen, ich sehe die Welt mit neuen Augen. Es ist, als ob jemand einen Filter weggenommen hat und die Welt wirklich anders aussieht. Viele Menschen, die Integrationsprozesse durchlebt haben, kennen das. Wenn sich etwas wirklich wiederherstellt oder heilt, ist es so, als ob ich anders sehe. Die Welt hat buchstäblich andere Farben. Der Filter fällt also weg und die Energie verändert sich – und plötzlich lebe ich auf einem anderen Schwingungsniveau. Bei jeder einzelnen dieser Schwellen kann ich zur Unterstützung davon meinem Lehrer begegnen, denn die Hitze, die Wiederherstellung, wird zunächst als Widerstand oder als ein Schmerz auftauchen.

Um Trauma oder Schmerz zu integrieren, projizieren wir diesen Schmerz oft auf unsere Umgebung. Wenn wir also auch mit einem Lehrer verbunden sind, dann sehen wir den Schmerz auf dem Gesicht des Lehrers. Wie unser innerer Prozess auch sein mag – es besteht eine große Wahrscheinlichkeit, dass wir das nach Außen projizieren, und wir sehen es dort, bis wir das wieder in unser eigenes Energiefeld integrieren können.

Und nun möchte ich etwas mit euch teilen, was wir auch im letzten Timeless Wisdom Training durchgearbeitet haben, was, denke ich auch ein interessanter Aspekt hiervon ist.

Der Beziehungspunkt



Zeichnung 2

Wenn in der zentralen Linie, der Linie, die sich durch das Zentrum unseres Körpers zieht, Energie ist - und wir haben davon gesprochen, dass sich der Wille durch Werden und Zugehörigkeit entwickelt, wie du dich erinnerst. Werden und Zugehörigkeit.

Und ich möchte einen Moment über diese Schleife reden [*Thomas malt eine vertikale Linie als Repräsentation des Meridians und darunter eine liegende Acht*].

Hier ist der zentrale Kern. Die Energie geht also raus, jede Funktion ist zunächst einmal eine symbiotische Funktion. Das Kind ist also Teil des Körpers der Mutter. Dann wird das Kind geboren und ist dem Körper der Mutter sehr nah. Dann bewegt sich das Kind in die Welt hinaus und es findet eine immer stärkere Individualisierung statt [*malt gepunktete vertikale Linie des Meridians und den ersten Teil der Schleife*].

Am Anfang geht die Individualisierung hinaus und kehrt zurück. Was ist das Gefühl? Angst. Wir gehen also raus: Das ist Mut. Mut oder Neugier. Und dann kommen wir zurück. Wir gehen also hinaus, raus, raus, bis hier hin, und hier sagst du zu deinem Kind: „Okay, komm. Komm zurück!“ Und das Kind: „Nein!“ Und sie: „Komm!“ Und dann: „Nein!“ Es beginnt also mit dem Fühlen der eigenen Kraft. Am Anfang beginnt das mit Widerstand: „Ich will nicht zurückkommen!“ Ich durchschreite also eine bestimmte Stufe: Ich möchte nicht zurückkommen.

Und dann verändert sich das irgendwann wieder und wird zum Beziehungspunkt. Lasst uns das einen „Beziehungspunkt“ nennen. Hier taucht dann plötzlich die freie Wahl des „Ja“ und des „Nein“-Sagens auf. Davor befinde ich mich in einer Phase der Angst, zu starker Bindung oder der symbiotischen Beziehung. Ich bin abhängig, und die Angst ist die treibende Kraft, mich nicht wegzubewegen. Wenn das also im Leben eines Erwachsenen nicht integriert ist, dann werde ich mich aufgrund dieser Angst zu sehr an Umstände, eine Person dranhängen – an was auch immer – an eine Arbeit, irgendwas.

Und dann ist das die Stufe des Widerstands. Hier ist Widerstand [*er vollendet die Schleife bis zum Meridian zurück*]. Viele Menschen sind im Widerstand und nennen das Kraft. Und irgendwann einmal wird dieser Widerstand zu Kraft. Freier Wille. Was bedeutet das, freier Wille? Ich habe die Wahl, „ja“ oder „nein“ zu sagen.

Dann kann ich wieder in Beziehung treten, diese Beziehung [*markiert die Stelle, wo die Schleife den Meridian kreuzt*]. Und dann, wenn ich in die Beziehung zurückkehre, setzt sich die evolutionäre Energie in der nächsten Funktion fort. Zugehörigkeit wird also aufgebaut: Ich gehöre dazu. Freie Wahl wird aufgebaut: Ich kann entscheiden, ob ich komme oder gehe. Dann kann ich weitergehen – meine evolutionäre Energie setzt sich fort.

Das bedeutet, dass wir den Zentralkanal, den wir als ein Gefühl von Kraft wahrnehmen, als ein Gefühl von Individualität und als ein Gefühl von Entscheidung – ich kann mich für etwas entscheiden, ich kann „ja“ dazu sagen, ich kann „nein“ dazu sagen ... es gibt also ein gesundes Gefühl eines Kerns und ein gesundes Gefühl von Zugehörigkeit.

Verdrahtung von Zeit, Rhythmus und Raum

Und ich denke, jetzt ist das nicht nur die Zugehörigkeit; durch dieses Weggehen und Zurückkommen, Hinausgehen und Zurückkommen verdrahte ich Zeit, Rhythmus und Raum. In der Symbiose bin ich „nicht anders als“. Da gibt es also keine „eigene Zeit“ und keinen „eigenen Raum“.

Umso mehr ich mich individualisiere, braucht es Zeit. Diese Bewegung ist ein Rhythmus. Ich gehe hinaus, ich komme zurück. Ich gehe weg, ich komme zurück. Ich gehe weg, ich komme zurück. Ich verdrahte ein Gefühl von Zeit. Irgendwann also hat jeder Mensch einen Zeit-Raum. Es ist tatsächlich ein vierdimensionaler Wille. Es ist Zeit-Raum. Ich habe also meinen eigenen Raum, meinen eigenen inneren Raum, aber auch meinen eigenen Raum im Leben. Es gibt also Raum. Zugehörigkeit braucht einen Raum und eine Wahl: Freier Wille und eine Kraft.

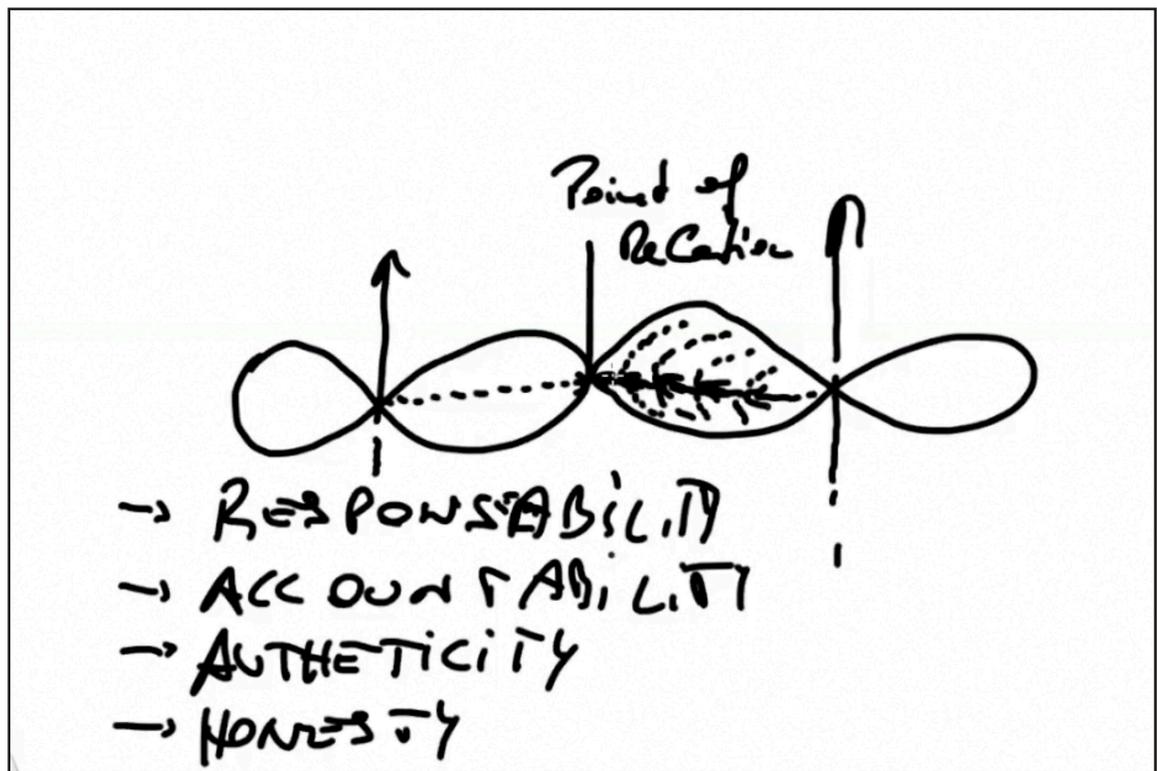
Sagen wir mal, jeder von uns lebt in einem Inneren, das einen Rhythmus hat. Einen richtigen Rhythmus – oder ich habe nie genug Zeit. Und wenn ich nicht genug Zeit habe, steht die Energie unter Druck. Wenn ich nicht genug Raum habe, ist es das Gleiche. Oder ich ruhe in meinem Zentrum, was eine Bewegung ist, die Zeit hat, Raum und Rhythmus. Das ist also eine gesunde Funktion meines Willens. Zeit, Raum und Rhythmus. Mein Wille und meine Zugehörigkeit.

Und ich sage das deshalb: diesen Level auf jeder Stufe zu fühlen kriert gewissermaßen in der Mitte eine Leitung. Hier ist die Leitung [*zeichnet einen Kreis im Inneren des Meridians*]. Mein Inneres hat gewissermaßen einen Raum. Ich bin kein zweidimensionales Wesen, ich besitze einen Innenraum. Und so wird diese Leitung zu einem Zentralkanal für das Licht. Wenn wir die Lichtmeditation machen, nutzen wir tatsächlich den Willen. In der Lichtmeditation entscheide ich mich dafür, mich mit dem Licht zu verbinden. Ich sage: „Ja, ich will mich mit dem Licht verbinden.“

In der Raum-Meditation höre ich gewissermaßen auch auf den Raum, aber irgendwann nimmt der Raum überhand, denn mein Wille wird absorbiert. Letztendlich wird mein Wille absorbiert ins Samadi, in der Stille. Bei der Lichtmeditation wähle ich den höheren Willen. Und der höhere Wille ... da kommt Licht herunter und nutzt genau den Kanal meines Willens, um das Licht herunter in die Welt zu bringen.

Das Update braucht tatsächlich diesen Kanal. Wenn dieser Kanal stärker blockiert ist ... denn wenn ich verschiedene Leitungen haben und ich kann durch die verschiedenen Leitungen hindurchschauen – aber wenn sie nicht synchronisiert sind, dann fühlen sie sich wie eine Blockade an. Wenn diese Entwicklungsschichten in meinem Zentralkanal synchronisiert sind, dann sehe ich ein Rohr. Viele Ringe lassen das Gefühl eines Schlauches entstehen. Aber wenn einige dieser Ringe nicht deckungsgleich sind, dann kann der Schlauch die Energie nicht angemessen kanalisieren.

Deshalb brauchen wir, wie schon gesagt, die Integrationsarbeit, denn sie hilft uns, diese Schichten von Werden und Zugehörigkeit zu fühlen. Und zugleich entsteht dadurch ein Gefühl für Zeit in uns. Sodass wir unsere Zeit und unseren Rhythmus und Raum haben. Sie sind Teil eines gesunden Individuums. Sie sind aber auch Teil eines mit Bewusstheit gefüllten Energiefeldes.



Zeichnung 3

Und warum ist das nun so wichtig? Wenn ich hier ein Energiefeld habe [*zeichnet eine liegende Acht*], und ich habe hier ein Energiefeld [*malt eine weitere liegende Acht daneben*] und hier ist ein Wille und hier ist ein Wille [*malt Pfeile vom Zentrum beider Achter-Figuren nach oben*]. Aber dies ist – wir sind uns dieses Punktes bewusst – hier ist der Beziehungspunkt [*malt von dort, wo sich die beiden Achter-Figuren berühren, einen Pfeil nach oben*].

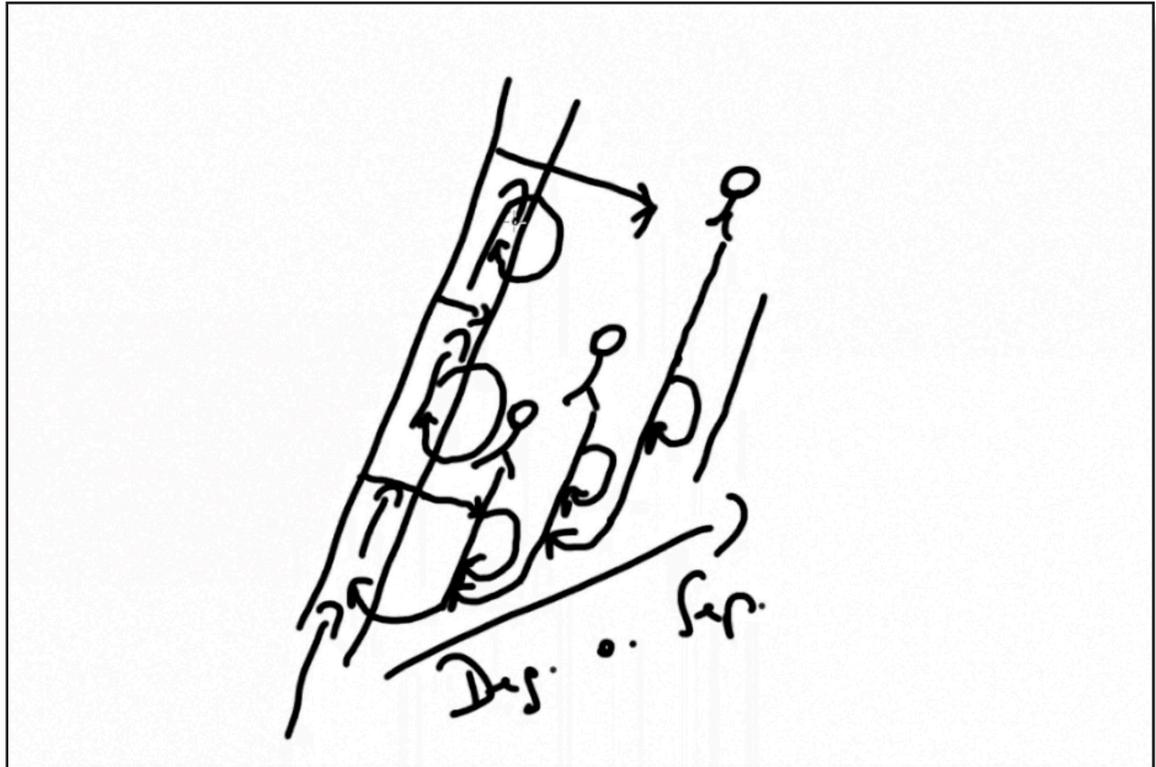
Und dieser Beziehungspunkt – wenn ich diesen Beziehungspunkt fühle, dann ist das eine natürliche Grenze, aber es ist eine natürliche Wahl, sich zu beziehen. Ich fühle dich also. Ich muss über die Grenze nicht nachdenken. Ich muss nicht mit Druck eine Begrenzung aufbauen, weil ich meine Energie fühle. Ich fülle also mein Energiefeld.

Verantwortung und Kulturarchitektur

Und ich denke, das ist aus verschiedenen Gründen wichtig, denn hieraus entsteht die Fähigkeit, zu antworten („response-ability“). Verantwortung. Aber dies ist auch Zuverlässigkeit. Und es lässt auch ein Gefühl von Authentizität entstehen. Und Ehrlichkeit. Der natürliche Informationsstrom wird also durch unsere Zugehörigkeit in diesen Beziehungspunkt hineingeleitet. Und der Beziehungspunkt ist der Ort, an dem wir eine kulturelle Skulptur erschaffen. Wie ein Kulturkörper. Eine kulturelle Architektur.

Und umso weniger ich mein Energiefeld mit den unterschiedlichen Aspekten meines Seins fülle, umso höher ist der Grad der Trennung. Und das ist das Gleiche wie dies hier [*wechselt zu Zeichnung 1*]. Umso weniger ich mein Energiefeld in bestimmten Aspekten fülle, umso größer ist der Grad der Trennung.

Und diese Wiederherstellung über Generationen hinweg – und die Traumata, die wir weitergeben durch die generationsübergreifende Übertragung, und Karma und Inkarnation – zeigt sich in meinem Leben als ein Verantwortungsgefühl oder Unverantwortlichkeit, als Zuverlässigkeit, als Authentizität, als Ehrlichkeit, auch als Ausgerichtet-Sein und so weiter. Natürlich verkörperte Ethik bedeutet also auch, dass wir die Ethik verkörpern. Und hier [*hebt das Energiefeld hervor*] kann ich sehen, bis zu welchem Grad ich fähig sein werde, die Ethik zu verkörpern. Oder wie weit ich fähig sein werde, das natürliche mystische Gesetz zu verkörpern.



Zeichnung 4

Denn das natürliche mystische Gesetz ist nichts anderes als das Fließen der Beteiligung am Meridian. Meine Seele ist Teil des Meridians. Meine Seele ist ein inhärentes Puzzlestück des Meridians. Diese Teilnahme spiegelt sich in der Kulturarchitektur wieder, die ich ko-kreieren kann.

Lasst uns wieder hierher zurückkommen. Ja, großartig. Um das zusammenzufassen – mein Gefühl für Zeit und Raum und den Rhythmus, in dem ich lebe, gibt mir ein Gefühl von Zentriertheit. Dieses Gefühl der Zentriertheit hat sehr viele Auswirkungen, weil es bedeutet, dass ich mich zur rechten Zeit am rechten Platz befinde, im richtigen Rhythmus, was ein Gefühl von Zentriertheit ist. Wenn ich im Fluss meines Lebens zentriert bin, gibt es immer mehr Kohärenz und Synchronizität. Plötzlich fühlst du, wie du zur richtigen Zeit die richtigen Menschen triffst, am richtigen Ort – das ist ein Gefühl von Kohärenz.

Wenn ich damit Schwierigkeiten habe, fühle ich mich weniger kohärent. Aber man könnte auch sagen, der Körper lebt in einer bestimmten Balance, einer inneren Balance – natürlich gibt es im Körper viele verschiedene Funktionen – aber der Grad an Getrenntheit kann auch eine Auswirkung auf den Kohärenzgrad meines Körpers haben. Das bildet sich also möglicherweise in meinem Körper ab. Und wenn wir das ganzheitlich betrachten, dann ist die Schattenarbeit, die wir gegenwärtig betreiben – heutzutage nennen wir das Schattenarbeit oder Psychotherapie oder alle möglichen Arten von innerer Arbeit, die wir machen – dann sind dies gewissermaßen unsere Versuche, diese Wiederherstellung zu bewirken, und wieder näher an unseren essenziellen Kern heranzurücken – um Grade von Energie näher heran.

Und dieser essenzielle Kern ist die Linie im Zentrum unseres Körpers. Deshalb gibt es in den Traditionen des Yoga – und im Grunde in allen Traditionen – eine Art Zentralkanal, in dem ein involutionärer und ein evolutionärer Strom fließt. So wie wir in der Meditation gesagt habe, kommt Shakti durch unsere Basis. Das verborgene Licht – als physische Energie, als Chi, als emotionale Energie, als mentale Energie und so weiter, als spirituelle Energie – ist ein Weg nach oben. Und das Licht ist gewissermaßen ein Weg nach unten. Und beide zusammen befinden sich im Liebesakt. Und das Ergebnis sind wir. Das Baby aus dem Liebesspiels zwischen der Vergangenheit und der Zukunft sind wir, in einem bestimmten Reifegrad.

Die Verkörperung der natürlichen Ethik und die Kapazität an einer kulturellen Architektur mitzuwirken ... die sind ein kollektives Haus für unser Wohlbefinden. Aber nehmen wir mal an, jemand wurde als Kind viel geschlagen, auf verschiedenen Entwicklungsstufen. Und der Überlebensinstinkt leistet natürlich Widerstand und diese Kraft möchte zurückschlagen. Aber die überwältigende Macht eines Vaters oder einer Mutter ist eine Art überwältigende Kraft, die vielleicht einen Schock oder ein Trauma verursacht. Und dann ist da die Liebe dieses Kindes, das diesen Elternteil möchte und diesen Elternteil liebt. In uns verkabeln wir also gewissermaßen Hass – da gibt es eine Kraft, die zurückkämpfen möchte – und Liebe, wir lieben diese Person.

Deshalb hören wir in unserer Gesellschaft häufig: „Oh, das Gegenteil von Liebe ist Hass.“ Oder: „Das Gegenteil von Hass ist Liebe.“ Was, denke ich, nicht wahr ist. Es gibt kein Gegenteil von Liebe. Liebe ist Liebe. Aber wir kreieren eine gesellschaftliche Architektur, die auf diesen tiefen Glaubenssatz oder diese Erfahrung oder diese Empfindung in uns verkabelt, und zwar als eine Redensart in der Welt, die, wie es scheint, viele Menschen benutzen: „Das Gegenteil von Liebe ist Hass.“

Und das ist nur ein Beispiel dafür, wie wir die verschiedenen Grade von Abtrennung verdrahten und ein gesellschaftliches Haus oder eine Architektur aufbauen oder an einem kulturellen Gebilde mitwirken, das ... zum Beispiel teilen vielleicht viele Menschen das Gefühl oder den Eindruck, dass, wenn ich zu meinem Arbeitsplatz gehe oder ich irgendwo anders in der Kultur auftauche, ich dann ein bisschen anders sein muss. Denn wenn ich mit meinem ganzen Selbst erscheine, finde ich vielleicht kein Zuhause. Für manche ist das so: „Wenn ich mich mit meiner gesamten spirituellen Sehnsucht in meiner Firma oder vor meinem Chef zeige – dann wäre das vielleicht nicht akzeptabel, also rede ich nicht viel darüber.“

Und es ist wahr, ich muss nicht überall über meine inneren Erfahrungen sprechen. Aber wenn das dazu führt, dass ich die ganze Zeit ein bisschen mehr so herumrenne [*krümmt sich zur Seite*], dann stellt sich die Frage, warum wir eine gesellschaftliche Struktur erschaffen, die kein Haus für unser Wohlbefinden ist. Denn wenn ich den ganzen Tag so sitze, werde ich mich nicht gut fühlen.

Das ist also nicht nur in meinem Körper – diese Körperhaltung und die Verzerrung und Spannung in meinem Körper –, sondern das sind auch Verzerrungen und Spannungen in anderen Funktionen meines Seins, wo ich in ein Haus passen muss, das bereits eine Nachbildung unserer entwicklungsbedingten Über- oder Unterregulierungen ist. Das bedeutet, wenn ein Kind in einer Umgebung aufwächst, in der es die äußeren Bedingungen nicht regulieren kann, dann muss es die innere Umgebung regulieren, hoch oder runter. Und das wird zu einer Gewohnheit und das wird zu einer Art Struktur.

Aber dann reproduzieren wir solche Strukturen und nennen sie „Gesellschaft“. Gewissermaßen kommt der Restaurationsprozess also zurück zu einer essenziellen Lebensart, die uns darin unterstützt, ein gesellschaftliches Haus zu bauen, das unser Wohlbefinden unterstützt. Denn wenn das gesellschaftliche Haus unser Wohlbefinden unterstützt, werden wir uns zuhause fühlen in der Kultur, die wir erschaffen.

Die Verkörperung einer natürlichen Ethik durch alle unsere Entwicklungsstufen hindurch wird uns also befähigen, ein gesellschaftliches Haus zu erschaffen, ein gesellschaftliches Haus, in dem es zunächst einmal überall Sauerstoff gibt.

[01:35:00]

Was ist dieser Sauerstoff – zunächst einmal bedeutet Sauerstoff, dass der Körper mit Licht gefüllt ist. Der Körper ist mit Updates gefüllt. Der Körper ist mit dem Faktor X gefüllt. Der Körper hat einen natürlichen Energiefluss. Der Körper hat eine kohärente Kommunikationsfunktion – der innere Körper und der Kulturkörper. Wenn Kommunikation am Beziehungspunkt funktioniert – am Beziehungspunkt befindet sich ein Tanz, dort gibt es Emergenz. Im Rückzug gibt es eine Position und ein Positionieren. Eine Meinung steht der anderen Meinung gegenüber. Grade von Standpunkten stehen Graden von Standpunkten gegenüber. Die einzige Art in einer emergenten Beziehung zu leben – mit unseren intimen Partner, mit unserer Familie, mit unseren Arbeitskollegen und mit der Welt um uns herum und mit dem Universum – ist es, im essenziellen Kern zu ruhen und in jedem Moment Enzos zu erschaffen, die es uns erlauben, unser Leben stets auf den neusten Stand zu bringen und zu werden und dazuzugehören. Und unsere Updates auf den Kulturkörper zu beziehen.

Den Kulturkörper aktualisieren

Umso mehr wir in einer emergierenden Gesellschaft leben, umso mehr werden Aktualisierungen natürlich Teil unserer gesellschaftlichen Architektur. Wenn wir in der Standpunkte-Realität leben, in der Grade der Getrenntheit alles bestimmen, dann wird die gesellschaftliche Innovation Spannungen im Wir-Raum erschaffen, in der Kultur. Solange also Wiederherstellung anliegt, gibt es daher einen zweiten Test. Das ist es, was das bedeutet. Solange wir Wiederherstellung brauchen, solange es ein Positionieren gibt und ein Energiefeld, das nicht vollständig mit Bewusstheit gefüllt ist, wird mein Wachstum viel Anklang finden, aber auch viel Missgunst. Mein Wachstum wird eine Spannung in der gesellschaftlichen Architektur erzeugen, die eine Erweiterung braucht und die evolutionären Stress im System aufbauen wird. Aber der Stress destabilisiert Standpunkte. Der Stress destabilisiert normalerweise unbewusste Bilder und Standpunkte innerhalb der gesellschaftlichen Architektur.

Standpunkte sind fixierte Wahlmöglichkeiten, freier Wille ist eine emergierende Wahl. Freier Wille ist eine Wahl, die von Moment zu Moment immer wieder geschieht. Es ist die Kompetenz, mich immer wieder neu von Moment zu Moment auf meine Umgebung zu beziehen. So brauche ich keine Art von Sicherheitsgurt, damit ich leben kann, oder ein Sicherheitssystem, an dem ich mich festhalten kann, weil ich in gesunde Strukturen eingebettet bin. Das bedeutet, die Aktualisierungen sind bereits mit eingebaut.

In anderen Worten, wie sieht ein natürliches System von Gesetzen oder eine gesellschaftliche Architektur aus, die bereits ihre eigenen Aktualisierungen beinhalten, noch während wir sie umsetzen? Ich denke, das ist eine spannende Forschungsfrage.

Und so erkennen wir, dass der Grad an Wiederherstellung die Grade an Schatten sind, die in uns leben, die Grade an Trauma in unserem Leben oder generationsübergreifendes Trauma, das wir in uns tragen. Oder der Grad des Tikkuns, so wie wir das in anderen Sessions genannt haben, was die Spannung zwischen dem Licht und der Vergangenheit ist, zwischen der Zukunft und der Vergangenheit, die unsere Lebensfrage kreiert.

Unsere Lebensfrage ist also die Spannung zwischen dem Licht und dem Karma, und die Wiederherstellung dieser Frage bedeutet, dass unser Licht befreit wird, um seinen Auftrag zu erfüllen, seinen ganzen Auftrag, und das Karma integriert wird.

Dies heißt, dass Karma nicht im Weg war, sondern dass es unser Weg ist. Die Dinge, die wir als Blockaden in unserem Leben erfahren, sind Funktionen, die wir einst sehr gebraucht haben. Ansonsten hätten wir sie nicht dort aufgebaut.

Und so können wir sehen: Lebendige angewandte Ethik oder mystische Ethik ist eine Art der Wiederherstellung der emergierenden Beziehung mit der Welt, ist ein natürlicher Wille sich zu beteiligen, ein natürlicher Wille von Zuverlässigkeit, was eine Kohärenz bedeutet, die es uns ermöglicht, Strukturen zu erschaffen, auf die wir uns verlassen können; sie ist Verantwortung, Verfügbarkeit, ist natürlich die erste Priorität einer höheren Ausrichtung – es sind viele, viele Funktionen, die zusammen eine Art des Zusammenlebens bilden.

[01:40:00]

Als ob man einen Wir-Raum aus einem natürlichen Bedürfnis heraus füllt und auch mit einem eingebauten System für Aktualisierungen, das es ermöglicht, dass frischer Wind hereinkommt und das natürliche Übergreifen der Zukunft in das Gesellschaftssystem erlaubt. Wenn also das natürliche Übergreifen die Erweiterung des Systems ist, damit eine höhere Möglichkeit im intersubjektiven Raum landen kann – dann bedeutet das auch, dass der intersubjektive Raum ein dynamischer Raum ist, den wir bewohnen, damit wir die Lücken in den Beziehungsräumen schließen, ihn mit Bewusstheit und Energie füllen können.

Hausaufgaben

Gut, ich sehe, dass es bereits sehr spät ist. Vielleicht mache ich hier mal eine Pause.

Lasst uns mit der Hausaufgabe weitermachen – das globale gesellschaftliche Bezeugen und die Fähigkeit, mehr kollektive Dynamiken zu beinhalten. Und macht die Meditationspraxis, so wie wir sie hinzufügen.

Moderator: Und damit endet die neunte Session des Kurses „Ein Kurs in Mystischen Prinzipien“.

