



22. FEBRUAR 2022

DIE ULTIMATIVE ERKENNTNIS VON SEIN UND NICHT-SEIN

FEUER DER WAHRHEIT

AKTU

ADVAITA AKADEMIE
Hadersdorf am Kamp



Vorwort

Dieses E-Book ist meine eigene Aufarbeitung von dem Buch „Zen und Tao im Lichte von Advaita“ von Ramesh Balsekar, einem indischen Advaita Meister, der viele Westler unterrichtet hat. Er hat die Satsangs von Nisargadatta Maharaj mitgeschrieben und zum Teil ins Englische übersetzt.

Als ich 2001 bei ihm in Bombay war, hat er mir eine tiefgreifende Weisheit auf den Weg mitgegeben. Sie lautete: „Durch Dich können die Samen der Wahrheit in die Herzen der Menschen kommen. Wann diese Samen aufgehen und zu blühen beginnen ist nicht deine Angelegenheit“

In dem Moment der Empfängnis dieser Weisheit war in mir „Ja klar, das weiß ich doch!“

Es sollte sich aber herausstellen, dass die Weisheit zu kennen und sie zu leben zwei unterschiedliche Paar Schuhe sind. Ich habe dann bemerkt, und es passiert mir heute noch, dass ich doch daran arbeite, die Erkenntnis des Erwachens mit bestimmten Möglichkeiten zu unterstützen mit dem Anspruch – jetzt möge es geschehen!

Erst die vielen Gelegenheiten in der Praxis in Bezug auf diese Weisheit haben mir gezeigt, wie tief diese Weisheit geht und wie es große Achtsamkeit braucht, um nicht in die Falle zu tappen.

Dieses E-Book mit den ultimativen Erkenntnissen stellt für mich eine Möglichkeit dar, Grundsätzliches in Bezug auf Erwachen und Erleuchtung darzubieten, ohne einen Anspruch an das Ergebnis bei den Lesern zu haben. So mögen die Worte als Schwingungsfrequenz in der Tiefe eures Seins genau das bewirken, was gemäß des Göttlichen Willen und der Kosmischen Gesetze möglich ist.

Ein weiterer Teil in diesem E-Book ist der **Großartigkeit des Seins** gewidmet. Mooji stellt dieses Thema für mich sehr treffend in seinem Buch „Weiter als der Himmel, größer als Raum“ dar.

Dieses E-Book ist vom Konzept und vom Umfang her so gestaltet, dass es aus meiner Sicht eine überschaubare und umsetzbare Möglichkeit bietet, tiefer in die Lehre von Advaita einzutauchen.

Die direkten Aussagen von Ramesh Balsekar Mooji und anderen Advaita Meistern sind immer mit *kursiv* gekennzeichnet.

Aktu

- **Das Ende der Suche**

Die Suche bezieht sich sowohl auf die wahre Natur, als auch auf das Glück oder die Harmonie in Zeit und Raum (Welt). Sobald die Suche aufgegeben ist, kein Verlangen und kein Widerstand da ist, existiert nur mehr das Hier und Jetzt als gegenwärtiger Augenblick.

Jedes Verlangen/ Wollen ist die Suche nach vermeintlichem Glück, das sich in persönlicher Freiheit, in einem harmonischen Miteinander oder einem gesunden und vitalen Körper zeigen kann. Oft ist es die Suche nach Bedeutung, nach Anerkennung und Erfolg, denen das Glück zugesprochen wird.

Auch das Wollen, die wahre Natur zu finden, ist eine Suche, die kein Ende findet. Die wahre Natur ist kein „Etwas“, kein Objekt, das gefunden werden kann. Sie ist das Subjekt, das immer wahrnimmt, auch wenn es uns nicht bewusst ist. Es ist wie das Auge, das alles sieht, nur sich selbst nicht, nur im Spiegel.

Das individuelle Ich ist ein gedankliches Objekt, eine konzeptionelle Täuschung, die sich als die wahre Natur ausgibt und irgendwann mit der Suche nach sich selbst beginnt. Das „Ich“ sucht sich selbst und kann sich nirgendwo finden. Das Nicht-Finden eines Ichs ist der Beginn des weglosen Weges – Wer bin ich?

„Die Idee, die eigene wahre Natur finden zu können, geht davon aus, dass ein Erkennender die wahre Natur des Erkennenden selbst erkennt. Die Idee der wahren Natur ist selbst ein Konzept, weil sie der Vorstellung eines Erkennenden entspringt! Nur in der vollständigen Abwesenheit von einem selbst kann die vollkommene Anwesenheit dessen, was ist, sein.“ - *Ramesh Balsekar*

Es wird irgendwann verstanden, dass die Suche wertlos ist, da es nichts zu finden gibt. Das, was „Ich Bin“ ist immer da seit der Geburt des Körpers und bereits vorher (Zen – Zeig mir dein Gesicht vor deiner Geburt!). Es ist das unendliche Nichts, das alles, was erscheint wahrnimmt. „Die ganze Schöpfung wurzelt im unendlichen Nichts.“ - *Madhukar*

Der Widerstand, der der gegenteilige Pol des Verlangens/ Wollens ist, ist die verdeckte Angst, das konzeptionelle, individuelle Ich zu verlieren und nicht mehr zu existieren. Die gedankliche Instanz „Ich“ hat Konzepte mit einem Lebensplan entworfen, der die Geschichte des individuellen Ichs weiterführt bis das Glück erreicht ist. Sei es eine glückliche Partnerschaft oder Familie, der Traumjob, ein Kind oder andere Vorstellungen von Glück. Ein Angriff auf die konzeptionelle, selbst erschaffene Welt und dem konzeptionellen Ich wird mit Widerstand beantwortet, damit das vermeintliche Glück und damit das „Ich-Gefühl“ mit seiner Geschichte weiter gewährleistet bleiben.

Die Suche aufzugeben bringt eine vollständige Veränderung der Lebensart mit sich, die aus der Sicht des individuellen Ichs gravierende Einschnitte in der persönlichen Freiheit und im Harmoniebedürfnis bedeuten. Es ist ein permanentes Loslassen von allem Gewohnten, allen bisher Gekannten und ein Sprung in das Ungewisse.

Die „äußere Welt“ wird als das erkannt, was sie wirklich ist: eine Projektion unseres eigenen Geistes. Nachdem die meisten Handlungen, um nicht zu sagen alle, bisher auf die Suche nach Glück ausgerichtet waren und das individuelle Ich dadurch einen Sinn erfahren hat, erscheint das Leben zunächst sinnlos. Es gibt nichts mehr zu tun von all den Tätigkeiten, die wir gewohnt waren. Der Verzicht auf willentliche Handlung belässt den Geist in einem Zustand der Leere. Wir haben dann den Eindruck, unsere persönliche Freiheit zu verlieren, die wir streng genommen noch nie hatten. Dazu später mehr.

Je mehr allerdings die Essenzen der wahren Natur im unendlichen Nichts sich zeigen, wie Friede, Liebe und Freiheit, desto klarer wird erkannt, wie nutzlos die bisherigen Handlungen, um Glück in der Welt zu erhaschen, waren.

Die Suche zu beenden bedeutet wirklich von innen heraus uneingeschränkt frei zu sein und einfach mit dem zu sein, was ist. Es bleibt das ultimative Wissen: „Ich Bin“, indem sich das ganze Universum ereignet. Hier finden wir eine grundlegende Harmonie des Ganzen, eine Vollkommenheit an sich, die völlig unabhängig von den „weltlichen Situationen“ ist, im Gegensatz zu dem Harmoniebedürfnis und der Freiheit, die unser Verstand in der Welt hervorbringen möchte.

Die Suche zu beenden bedeutet in der Leere und im Frieden zu verweilen, ohne etwas beseitigen zu wollen. Die Leere ist beides – eins sein und Vielfalt. Der Friede öffnet das reine Gewahrsein des Bewusstseins, das wir alle sind als dieses EINE.

Dieses EINE ist absolute Stille.

- **Die Idee von „Gewöhnlichem“ und „Erleuchteten“ muss sterben.**

Da es nur das „Eine“ als Ganzes gibt, die „eine Wirklichkeit“, gibt es nirgendwo eine Trennung und nichts Unterschiedliches und somit nichts Gewöhnliches und Erleuchtetes.

Entweder ist alles gewöhnlich oder alles erleuchtet, je nach Betrachtung des Standpunktes.

Einige Religionen propagieren diese Spaltung von „Heilig und Gewöhnlich“ und üben damit ihren Machtanspruch aus. Nicht nur Religionen, sondern auch so manches Gurutum hat diese Spaltung als Inhalt.

Meist sind es Sekten, deren Anhänger den Guru verehren und sich selbst in diese Spaltung begeben. Die meisten Gurus, die ich kennen, leben diese Spaltung nicht, sondern sind einfach Wegweiser für Menschen auf dem pfadlosen Pfad des Erwachens aus dem polaren Denken.

Es gilt hier zu unterscheiden zwischen natürlicher Hierarchie von Schwingungsfrequenzen und der Bewertung und Beurteilung von „Gewöhnlich und erleuchtet“.

Die Trennung von Erleuchtet und Gewöhnlich, Gut und Böse, bedingt eine Anhaftung an der Form, die grundsätzlich vom Geist erschaffen wird. Das Hervorbringen des Geistes von Formen ist Teil des Spiels des Lebens (Leela). Im Zen existiert die Weisheit:

Geist ist Form und Form ist Geist. Hier sehen wir die absolute Gleich-Gültigkeit der beiden ohne einer Trennung. Gerade im Zen, wie auch im Advaita finden wir oft das Verstehen ohne Worte, ein Verstehen ohne zu denken und zu konzeptualisieren, wie dieses Beispiel zeigt. Advaita Vedanta kann als „Ende des Weges von Wissen“ definiert werden, also als Ende der Worte.

Durch die Anhaftung an der Form, als Beispiel „der andere“, wird die Gefangenschaft augenblicklich erschaffen. Die Gefangenschaft an der Form lässt uns vergessen, wer wir wirklich sind. Wir überdecken damit unsere wahre Natur. Die meisten Menschen leben in der begrifflichen Welt der Formen und dessen Bewertungen. Unsere wahre Natur bleibt dabei unentdeckt. Das bedeutet, diese Menschen leben in einer unbewussten Trennung vom Ganzen und wissen nichts von unserem wirklichen Sein. Sie bleiben konzeptionell an die Erscheinungen, die sich in der wahren Natur zeigen, gebunden.

In dieser Welt wird propagiert, dass es ein „Ich“ gibt, dass es etwas zu erreichen gibt und wir eine Anstrengung dazu aufbringen sollen. Es ist eine Welt, die darauf ausgerichtet ist, die Formen immer weiter zu verbessern, damit Harmonie und Vollkommenheit entstehen können. Sie wissen nichts von der Existenz der Vollkommenheit unserer wahren Natur. Ist dies erkannt, dass unsere wahre Natur absolute Vollkommenheit ist, gibt es nichts mehr zu tun. Die Formen sind wie sie sind und brauchen keine Verbesserung. Es kehrt Friede in unser geistig-energetisches System ein und wir leben im Augenblick und in Ganzheit.

- **Nur das Ganze ist die Wirklichkeit**

Aus der Sicht der Ganzheit gibt es kein „Ich“ und „Du“. Es gibt nur das ganze Universum als EINE Bewegung, die niemand beeinflussen oder kontrollieren kann. Damit ist auch der freie Wille eine Illusion. Gibt es keinen freien Willen, gibt es auch keinen Handelnden, der frei seinen Willen ausführen kann. Das, was uns normalerweise hindert, aus dieser Erkenntnis zu leben, ist das Vorhandensein von Konzepten, allem voran das Konzept „Ich bin der Handelnde“.

Daraus entstehen vielerlei weitere Konzepte wie „Ich bin der Körper“, „Ich wurde geboren und werde sterben“, das Konzept von „Partnerschaft und Familie“ und vor allem das Konzept von „Zeit“. Dazu mehr im nächsten Kapitel.

Die ganzen Konzepte sind Gedankenstrukturen, die die Wirklichkeit überdecken, um das gedankliche „Ich-Gefühl“ als existent formulieren zu können. All das schafft Verwirrung über das Sein und Nicht-Sein.

Die Abwesenheit von Konzepten führt zur ultimativen Erkenntnis über Sein und Nicht-Sein. Verzicht auf ein konzeptionelles Ich und den daraus resultierenden willentlichen Handlungen erfahren wir Friede und Freiheit. Dem liegt die Erkenntnis zu Grunde, dass nichts eine eigenständige Existenz haben kann, Alles entsteht aus der EINEN Quelle. Sowohl sein wie auch Nicht-Sein stammen aus der gleichen Quelle.

Die Frage, die vielleicht aufkommt ist, was bedeutet Nicht-Sein?

Nicht-Sein bedeutet, dass das Objekt keine andauernde Existenz hat.

Es sind Formen, die der Geist hervorbringt, die vergänglich sind. Sie SIND nur in dem Augenblick, in dem sie HIER sind und vergehen dann nach einer gewissen Zeit. Sie haben also keine fortwährende Existenz und können dem Nicht-Sein zugeordnet werden. Manche definieren dies mit weiteren Begriffen wie zum Beispiel Illusion, Täuschung oder Maya. Alle Objekte des Universums haben keine Existenz, außer als Erscheinung im Bewusstsein. Damit ist Bewusstsein alles, was existiert als Sein. Alles ist eine Manifestation im Bewusstsein, die nicht getrennt voneinander sein kann – Advaita – Nicht Zwei!

Das, was wir sehen, ist eine Spiegelung des Bewusstseins. Wir sehen uns selbst im Spiegel.

Fragen wir uns nach dem Ursprung, also der Quelle des Bewusstseins, können wir nichts wahrnehmen, weil die gesamte Existenz aus der Absolutheit (Brahman) entsteht, die nicht wahrgenommen werden kann – weder Sein noch Nicht-Sein.

„Die Absolutheit ist die Abwesenheit der Anwesenheit. SEIN ist die Anwesenheit der Abwesenheit“ - Karl Renz

- **Die unendliche Nichtzeitlichkeit**

Ohne Zeit gibt es viele Probleme nicht. Die meisten sind an Zeit gebunden.

Nehmen wir als Beispiel eine Partnerschaft. Die meisten wünschen sich, die Partnerschaft möge lange Zeit oder ewig (bis der Tod euch scheidet) andauern. Zerbricht die Partnerschaft entsteht Leid.

Was wäre, wenn die Partnerschaft nicht an die Zeit gebunden wäre?

Wenn einfach einem Daseinsmerkmal Rechnung getragen wird, dass alle Dinge vergänglich sind, auch die Partnerschaft. Wie würde unser Leben aussehen? Was würden wir erfahren?

Wie wäre es in der Nichtzeitlichkeit zu leben, im Bewusstsein ohne einen Handelnden?

Der Handelnde kann nur in der Zeit existieren – von da bis dorthin – von der Geburt bis zum Tod.

Die Nichtzeitlichkeit fühlt sich an wie Nichts - leer.

Was geschieht, wenn wir unseren Geist im leeren Nichts gründen?

Wir handeln ohne vorherige Konzepte, wir handeln ohne Handelnden, wir handeln spontan in absoluter Freiheit. Solange keine Konzepte vorhanden sind, bleiben wir auch im Alltag von allen Erscheinungen gelöst. Erst die Konzepte, denen wir Bedeutung geben, führen uns in die Zeit und in die Anhaftung.

Buddha: Handlungen geschehen, es gibt niemanden, der sie vollbringt.

Bleiben wir bei unserem Beispiel mit der Partnerschaft.

Wenn das Konzept Partnerschaft keine Bedeutung hat, kann ich dann anhaften und bei einer Trennung Leid erfahren? Wenn das Konzept Partnerschaft keine Bedeutung hat, brauche ich dann das Konzept überhaupt oder kann ich einfach leer davon bleiben?

Welche Konzepte sind absolut notwendig für unser Leben?

Oder gibt es ein universelles Sein, eine universelle Kraft, die Leben schafft und keine Konzepte braucht?

Gibt es ein universelles Sein, eine universelle Kraft, die eine innewohnende Intelligenz hat, um das Leben zu schöpfen?

Welches Sein, welche Kraft lässt dich im Mutterbauch heranwachsen?

Wer hat die Kontrolle darüber?

„Die vielfältigen Ereignisse des täglichen Lebens existieren lediglich als Bewegung im Bewusstsein, nur durch Gottes Wille und den kosmischen Gesetzen, in völliger Nichtzeitlichkeit.“ - *Ramesh Balsekar*

Der erste Gedanke, der im Bewusstsein aufsteigt, ist ICH BIN!

Dieser Gedanke ist unpersönlich und erschafft weder Dualismus noch Identifikation. Er ist weder an Zeit noch an Formen gebunden. Dieser Gedanke ICH BIN ist keine Frage von Wissen oder Unwissenheit. Der Gedanke ICH BIN ist reines SEIN:

Die dualistischen Gedanken tauchen erst auf, wenn sich das ICH BIN Konzepte schafft und sich damit identifiziert. Es entsteht eine identifizierte, getrennte Daseinsform, die wir Ego nennen. Diese Daseinsform, die ausschließlich aus Konzepten besteht, kann nur in der Zeit existieren. In der Nichtzeitlichkeit löst sich diese Daseinsform auf.

Die Kraft, die die Konzepte am Leben hält ist einerseits der Wille und andererseits der Widerstand (Angst – wie schon im ersten Kapitel beschrieben). Diese Daseinsform führt zu einer Art gebunden sein an die Konzepte und fühlt sich an wie eine Gefangenschaft.

Die Befreiung ist, die vollständige Aufgabe des Willens, der das Verlangen und den Widerstand mit einbezieht. Damit stürzen die Konzepte in sich zusammen und wir finden uns wieder im Dasein des ICH BIN.

Für viele Suchende ist die Aufgabe des Willens gleichzusetzen mit dem Tod. Es ist kein wirklicher Tod, sondern nur das Gefühl davon. Das kann sehr abschreckend sein. Keinen Willen zu haben bedeutet keine Macht zu haben. Keine Macht zu haben bedeutet für viele völlige Hilflosigkeit und ausgeliefert zu sein und als das, was man glaubt zu sein, nicht zu existieren. Natürlich kommt es in dieser Situation zum Verlust der persönlichen Freiheit, die für das Dasein des willentlichen Egos einen Grundpfeiler darstellt. Dieser scheinbare Tod ist die Rückkehr in die Präsenz des ICH BIN und damit in die Freiheit des Seins, in die Freiheit von Form und Zeit, in die Freiheit mit allem zu sein, was ist.

Der eigene Wille wird aufgegeben (Tod) und wir leben wieder Gottes Wille und die kosmischen Gesetze im Universum. Wir sind eins mit dem Leben.

Das ist das eigentliche Ziel des Erwachens: eins zu sein mit dem, was ist – dem Leben!

Die Befreiung gründet auf der direkten Erkenntnis des Wissens ICH BIN.

Es ist nicht ein Wissen, sondern ein WISSEN.

Wir sagen nicht, ich denke, dass ich lebendig bin, sondern Ich WEISS, dass ich lebendig bin.

Mit der direkten Erkenntnis von ICH BIN braucht es kein Wissen mehr, denn alles Wissen kommt und geht. Wenn das konzeptionelle Denken und Wissen endet, entleeren sich die Konzepte und der Geist wird frei. Friede verwirklicht sich.

- **Die Eigenschaft des absoluten ICH BIN ist SatChitAnanda!**

Sat bedeutet „Sein“, *Chit* bedeutet „Bewusstsein“ und *Ananda* bedeutet „innerer Friede“.

Sat ist das Bewusstsein in Ruhe, *Chit* ist das Bewusstsein in Bewegung ICH BIN und dem offenbaren Universum. Die beiden Aspekte Ruhe und Bewegung führen zu Frieden oder auch Seligkeit. - *Ramesh Balsekar*

Erst das Überdecken von Sat, der Ruhe im Sein und der Bewegung ICH BIN durch eine willentliche Daseinsform, dem Ego, erschafft eine scheinbar getrennte phänomenale Welt, die Getrieben sein hervorbringt und einen Tuer, Unfrieden (Unzufriedenheit) und polares Denken entstehen lässt. Diese Welt, die wir als *unsere* bezeichnen, besteht nur aus Phänomenen, also Erscheinungen, die kommen und gehen.

Die Identifikation mit unserer Welt ist die Gefangenschaft in der Form. Sie ist für die meisten notwendig, weil sie erst durch diesen Zustand der Gefangenschaft die Suche nach Freiheit beginnen.

Die direkte Erkenntnis in der Tiefe unseres Seins ist das WISSEN ICH BIN.

Erst aus diesem WISSEN kann die Gefangenschaft der willentlichen Täterschaft erkannt und aufgegeben werden. Davor existiert nur die phänomenale Welt als absolute Unwissenheit des grundlegenden Seins.

Es öffnet sich die weitere Erkenntnis, dass alle verschiedenen Teile des Universums eine Manifestation der EINEN Ganzheit sind und die einzige Wirklichkeit darstellt.

Die Ganzheit ist eine alles umfassende energetische Bewusstseinsstruktur, die durch den Willen Gottes und nach bestimmten universellen Gesetzen funktioniert. Die Ganzheit kann nie verstanden werden, sondern kann nur erfahren werden. Sie kann auch nicht in Bruchstücke zerteilt werden. Nur unser Verstand mit seinem polaren Denken unternimmt den Versuch der Aufspaltung des Seins, die immer eine phänomenale Vorstellung ist und bleibt. Ganzheit ist im Verstand nicht vorstellbar, genauso wie Ewigkeit. Versuch es einmal!

- **Wir sind nicht unser Körper**

Die Identifikation mit dem Körper ist weit in der Menschheit verbreitet und ist einer der größten kollektiven Irrtümer. Der Körper ist ein Fahrzeug in Raum und Zeit. Er wird gelenkt durch unseren Geist und Energie.

Die Identifikation mit dem Körper bewirkt eine sehr engen Sichtweise des Lebens. Es ist als würde man auf das Meer schauen und nur die Wellen sehen, nicht den Ozean. In der Praxis bewirkt die Körperidentität, dass wir unser Leben auf materielle Dinge reduzieren, auf Geld, Besitz, Ruhm und Erfolg und nicht zu vergessen einen vitalen und schönen Körper. Es gibt nichts gegen einen vitalen und gesunden Körper zu sagen. Die Frage ist immer, besteht eine Anhaftung an Eigenschaften des Körpers.

Der Mensch mit einer Körperidentifizierung lebt in einer Welt von „Ich und Du“, von Schuld, Verletzung, Angst und Moral. Es ist eine Welt des Tuns und des Getriebenseins, eine Welt voller Vorstellungen und Idealbilder und vor allem voller Emotionalität.

Wo wir bei einem weiteren Irrtum angelangt wären, nämlich, der Glaubenssatz:

„Durch Emotionen bin ich lebendig.“ Diese konditionierte, oberflächliche Sicht der Dinge zeigt eine Lebenseinstellung so weit weg von der Wahrheit wie die Venus vom Fisch im Wasser auf der Erde ist. Die wirkliche Lebendigkeit ist die Urkraft aus der Einen Quelle.

Im Advaita heißt es: „Wenn du dich von der Identifikation mit dem Körper löst und entspannt im und als Bewusstsein verbleibst, wirst du genau in diesem Augenblick glücklich, friedvoll und frei von der Knechtschaft sein“ – *Ashtavakra*

Ein wesentlicher Aspekt in der Körperidentifikation und der Trennung in „Ich und Du“ ist Sexualität. In den meisten spirituellen Traditionen ist Sexualität ein Tabuthema. Dies führt zu einer Verdrängung einer der stärksten Kräfte im Universum (der Lebendigkeit selbst).

Sexualität soll auf der Körperebene die Kluft zwischen Ich und Du überbrücken und damit ein Gefühl von Einssein schaffen. Gelingt ja auch, allerdings nur für den Moment der Vereinigung und vielleicht etwas Zeit danach. Dann stellt sich die Trennung wieder ein und das Spiel beginnt von vorne.

Wird diese Kraft nicht in feinere Schwingungsfrequenzen transzendiert, bleibt sie im animalischen Bereich stecken und wird zu einem Instrument der Machtausübung. Es entsteht eine Knechtschaft der sexuellen Kraft gegenüber, die sehr verbreitet ist. Es bleibt eine animalische Triebhaftigkeit, die zu einer Abhängigkeit führt. Verborgener in dieser Knechtschaft, wie in jeder Knechtschaft auch in anderen Bereichen, ist Angst und das gegenteilige Gefühl von Macht oder Hilfslosigkeit.

Auch wenn das sexuelle Spiel als sehr harmonisch empfunden wird, bleibt es eine Anhaftung an den Körper, über den das sexuelle Erleben geschieht. Erst durch die Transzendenz der Urkraft der Sexualität kommt die energetische Ebene und danach das reine Bewusstsein dazu. Dann erleben wir Sexualität als Ganzheit und nicht als eine Überbrückung der Trennung von Ich und Du und nicht mehr als animalischen Akt, sondern als Spiel der Energien im Raum des Bewusstseins.

Tantra ist eine spirituelle Ausrichtung, die dieser Transzendenz der Sexualkraft Rechnung trägt. Es werden viele Übungen angeboten, die dazu führen, die Schwingungsfrequenzen zu erhöhen und damit immer weitere Ebenen des Seins im sexuellen Spiel miteinzubeziehen. Tantra definiert auch in den hohen Schwingungsebenen das Bewusstsein in Ruhe und das Bewusstsein in Bewegung, wie ich es bereits in einem vorherigen Kapitel beschrieben habe. Hier ist das Bewusstsein in Ruhe Shiva und das Bewusstsein in Bewegung Shakti, die gemeinsam die Ganzheit darstellen. Tantra wird mit einigen Definitionen als Übersetzung belegt. Für mich übersetze ich Tantra mit „Freiheit“.

Das ultimative Verstehen, das aus der Loslösung mit der Körperidentität geschehen kann ist, dass es kein getrenntes, individuelles Wesen mit einem eigenen Willen gibt. Das scheinbar individuelle Wesen lebt nicht sein Leben. Es wird als Instrument gelebt, durch das Bewusstsein arbeitet und genau das zum Vorschein bringt, was entsprechend den Kosmischen Gesetzen und dem göttlichen Drehbuch des Traumspiels geschehen kann.

- **Es existiert keine persönliche Täterschaft**

Wir gehen grundsätzlich von der Annahme aus, dass wir eine Person sind und die Handlungen, die im Alltag getätigt werden, zu dieser Person gehören.

In Wirklichkeit sind wir nicht der individuell Handelnde.

Die Frage, die sich damit stellt ist: Wer handelt?

Es ist der Wille Gottes, der sich in der universellen Lebensenergie zeigt und nach Kosmischen Gesetzen handelt. Wir sind Wesenheiten, die von Gott geführt, als Instrument seinen Plan des Universums vollbringen, ganz gleich, ob uns das bewusst ist oder nicht und ganz gleich, ob wir es verstehen oder nicht oder ob wir es für gut finden oder nicht.

Eines dieser kosmischen Gesetze ist das Polaritätsgesetz, das besagt, dass Manifestation in der dichtesten Form des Lebens zwei Pole braucht, um zu existieren. All das, die Welt, die Menschen, die Natur sind polare *Erscheinungen*, die kommen und gehen in dem EINEN Bewusstsein. Dieses Eine Bewusstsein ist alles, was existiert.

Wenn es nur Bewusstsein gibt, so kann mit dieser ultimativen Erkenntnis spontan das Erwachen geschehen, dass das polare Denken und die Trennung in „Ich und Du“ hinter sich lässt. Gibt es kein „Ich und Du“, gibt es nicht nur keinen Handelnden, sondern auch keinen freien Willen und keine Erfahrung eines Handelnden, denn die Erfahrung braucht einen Erfahrenden und etwas, das erfahren wird.

„Ich brauche Erfahrung“ ist ein Gedanke, der die innere Dualität und Trennung weiter aufrecht erhält. Der Gedanke trägt in sich bereits das Wollen und führt unweigerlich zur Identifikation und Gefangenschaft mit der Erscheinung.

Nur der, der alle äußeren Erfahrungswelten aufgibt und nicht auf Wissen und Schlussfolgerungen baut, die sich auf Sinneseindrücke stützen, kann ein vollkommener friedvoller Mensch werden und in Freiheit leben.

Die einzigen Erfahrungen, die wesentlich sein können, sind inneren Erfahrungen von tiefen Frieden, grundloser Freude, bedingungsloser Liebe, absolute Freiheit und Ganzheit. Diese Essenzen des Seins brauchen keinen Erfahrenden, sondern sind die Erfahrung selbst im Sein. Die Aufgabe dafür ist, alle mentalen Aktivitäten ruhen zu lassen und die Stille zu verwirklichen.

Stille ist das reine unteilbare Bewusstsein, das die Welt beleuchtet, Erst durch das Bewusstsein können die Dinge im Universum wahrgenommen werden. Es ist wie das Sonnenlicht, dass die Objekte im Raum beleuchtet ohne sich damit zu befassen, was mit den Objekten passiert. Das, was uns oft schwerfällt, ist das Unbeteiligt sein an den Objekten, weil wir uns als individuell Handelnden identifizieren und den Dingen bestimmte Bedeutungen zuordnen.

Losgelöstes Beobachten oder Bezeugen entfesselt uns von den Verhaftungen an den Erscheinungen, die sich in unserem Bewusstsein zeigen. Wir werden wieder klar in unserem „Sehen“ und realisieren unsere wahre Natur als Bewusstsein. Ich verwende dazu eine Übung, die sich „Integrale Achtsamkeit“ nennt und von *Ken Wilber*, einem amerikanischen, sehr bekannten Philosophen stammt. Je öfter diese Übung angewandt wird, desto tiefer wird das klare Verstehen der Dimension, die sich stark vom reinem intellektuellen Verstehen unterscheidet.

Die weitere Herausforderung, die wir scheinbar haben, wenn wir von der Täterschaft unserer Handlungen Abstand nehmen, ist die Akzeptanz von dem, was ist, wie es ist. In dem was ist, wie es ist können wir eine Unvermeidbarkeit erkennen, die durch die göttliche Wirkkraft das Spiel des Lebens kreiert. „Die vollkommene Akzeptanz dessen, was ist, öffnet das <Auge des Herzens>, um die Wahrheit bewusst wahrzunehmen“ - *Ramesh Balsekar*

Mit dem Auge des Herzens zu sehen bringt ein tiefes Verstehen ohne Worte hervor, ein Verstehen ohne zu denken oder zu konzeptualisieren. Es braucht keine Bewegung im Geist, nur die Empfänglichkeit selbst (Hingabe). In diesem Sinne kann auch die vollkommene Nicht-Existenz als selbständiges, autonomes Wesen verstanden werden. Dieses Verständnis ist notwendig, um die sich ständig wiederholende Kette von Konzeptualisierung in der zeitlichen Dimension der Welt zu unterbrechen. Damit wird die Unendliche Nichtzeitlichkeit enthüllt, die allem Sein zu Grund liegt.

Jedes Objekt, ganz gleich auf welche Weise es sich zeigt, als Stuhl, als Samenkorn, oder als Stern ist nichts anderes als ein Bild im Geist und der Geist ist nichts anderes als Inhalt des Bewusstseins. Die Welt ist in mir, in meinem Bewusstsein.

Daraus kann die Erkenntnis erwachsen, dass es nichts zu erreichen gibt. Die Bilder im Geist und die Geistesinhalte im Bewusstsein unterliegen nicht unserer Kontrolle.

Wir können sie „Sehen“, das ist alles.

Wie kannst du jetzt selbst herausfinden, ob diese Aussage „Es gibt keinen individuell Handelnden“ stimmt?

Ramesh benutzt unter anderem die Methode der Rückverfolgung.

Du nimmst eine Handlung von heute oder von gestern und aus der weiteren Vergangenheit her und untersuchst sie nach dem Handelnden. Die Handlung wurde durch einen Gedanken hervorgerufen. Woher kam dieser Gedanke? Hast du ihn bewusst gedacht? Oder ist der Gedanke in dir erschienen, ohne dass du darüber Kontrolle hattest? Woher kommen als diese Gedanken, die den ganzen Tag gedacht werden? Steigen sie einfach im Bewusstsein auf? Erforsche noch weitere Handlungen mit dieser Methode!

Eine weitere Methode, die von *Sri Ramana Maharshi* ins Leben gerufen wurde ist „Selbsterforschung, beginnend mit der Frage „Wer IST?“

Wenn du diese Frage stellst und den Verstand außen vor lässt, nur wahrnimmst, was findest du?.....

Findest du das individuelle Ich? Wenn ja als was? Als Gedanke!

Aber jenseits der Gedanken findest du nichts – leerer Raum.

Kein individuell handelndes Ich!

Genauso kannst du hinterfragen: Wer handelt? Wer sieht? Wer hört?“

Du wirst immer zum selben Ergebnis kommen – Nichts – Leere – Stille!

Wer also bist Du in Wirklichkeit?

Einige Methoden, die ich gerne anwende:

Nimm eine Handlung her und nimm den Faktor Zeit weg!

Was bleibt, ohne den Verstand zu gebrauchen?

Oder sieh die Situation mit der Handlung so, als würde es keine Trennung geben, als wäre alles eins! Was bleibt, ohne den Verstand zu gebrauchen?

Mach dir bewusst und nimm wahr, was sich der Handlung, die gerade geschieht, bewusst ist! Verweile in dem, was wahrnimmt!

Das kannst du auch mit der Atmung machen, mit deinen Erwartungen, deinen Hoffnungen, deinen Ansprüchen oder deinen Begehren und Ängsten.....

- **Dankbarkeit und reine Liebe**

Sei dankbar! Dankbarkeit feiert den jetzigen Moment, so wie er ist.

Mehr haben zu wollen, erzeugt immer ein Mangelbewusstsein, dass nach Befriedigung schreit. Auch Gedanken, die ein Versäumnis beschreiben erzeugen das Mangelbewusstsein, wie auch Gedanken über den eigenen Minderwert, das eigene Versagen.

Mehr haben wollen, Versäumnisse und Wertvorstellungen haben alle als Grundlage einen individuellen Handelnden, der wie wir bereits wissen, einfach nur ein gedankliches Phänomen ist, und keine Tatkraft in sich trägt. Alles wird manifestiert durch Gottes Wille und den Kosmischen Gesetzen. Das Ziel der spirituellen Verwirklichung ist, mit dem zu sein, was jetzt ist.

Dankbarkeit macht dein Wesen demütig und führt dich tiefer in dein inneres Sein, das wir als wahres Selbst bezeichnen. Das wahre Selbst ist reine Liebe, die in allem Existierenden strahlt, ob wir es wahrnehmen oder nicht. Es ist die reine Liebe, unser *Satguru*, der unser Leben wertvoll macht – der Nektar des Seins – die uns angeborene Fülle.

In der großen, allumfassenden Stille strömt die reine Liebe hervor und bereichert unser Leben. ***Sei einfach dankbar – still – und lass es geschehen!***

- **Die Großartigkeit des Seins in unserem Herzen**

„Alles wahrhaftig Bleibende, das wir in dieser Welt erstreben – echtes Glück, Freude, Frieden, Licht und Raum – erwartet uns in unserem eigenen Inneren. All dies ist immer da, aber eine ganze Weile sehen wir es nicht, weil wir in der Welt des Vergänglichen und Wechselhaften nach Erfüllung suchen“ *Mooji*

Die Frage, die wir uns stellen können ist, von wo aus schauen wir?

Schauen wir aus der Perspektive einer Person, aus dieser phänomenalen Daseinsform, die keine wirkliche Realität hat? Was sehen wir dann? Mentale und emotionale Phänomene in unserem Verstand, die sich abwechseln! Wir sehen eine dualistische Welt, die darauf abzielt, etwas Phänomenales zu einer Wirklichkeit zu machen. Wir wollen einen JEMAND manifestieren und als Wirklichkeit leben, der grundsätzlich einfach eine Gedankenform ist und nicht mehr.

Schauen wir aus unserem ursprünglichen Sein, das immer da ist, erleben wir eine völlig andere Wirklichkeit, eine Ganzheit, die uns Frieden bringt statt Rastlosigkeit, Stress und Begehren, wie aus der Sicht eines Jemand, der sich ständig beweisen muss.

Sind die Früchte der Welt so süß, dass sie mit der Schönheit deines eigenen Selbst konkurrieren können? *Mooji*

Falsche Ansichten beruhen auf dem Glauben, dass unser Leben das Resultat einer stabilen Erfahrungswelt ist. Entledigen wir uns der Person, die diesen Glauben hegt und dessen falschen Ansichten, wird unser Sehen einer höheren Ebene entspringen. Es tritt die Herrlichkeit und Schönheit des Seins zu Tage, die unser Leben in jeglicher Form bereichert.

Unser wahres Selbst im Herzen, unser *Satguru*, ruft uns zu sich, um dieses unglaubliche Sein auszukosten. In der absoluten Stille bricht eine Kraft hervor, die unserem Leben eine unbeschreibliche Süße verleiht – reine Liebe!

Reine Liebe ist der Nektar des Lebens und des Mensch seins.

Wenn wir uns immer bewusst sind, dass wir das Selbst und reine Liebe sind, dann wird der dynamische Ausdruck des Lebens und die konditionierte Denkweise schließlich an Bedeutung verlieren, ja mehr noch, transzendiert werden.

„*Amrit Ananda* – Amrit ist der Nektar reinen, ungebundenen Seins, und Ananda ist die Freude, diesen Nektar zu kosten.“ *Mooji*

Aus der tiefen Stille unseres Seins öffnet sich eine „Neue Welt“.

Es ist eine Welt, die nicht auf konditionierten Denken und machtvollen Handlungen besteht, sondern aus Essenzen wie Liebe, Friede, Freiheit, Freude und Harmonie. Die Handlungen geschehen intuitiv aus dem Herzen und tragen dazu bei, mit dem zu sein, was ist, wie es ist. Hier liegt das ganze Geheimnis des Glücks in den 4 Worten:

EINS mit dem LEBEN!

Webseite: www.aktu.net

Mail: aktu@aktu.net