

Lebe dein endliches Selbst und ruhe in der Unendlichkeit

Eines der großartigen Dinge der Weisheitstraditionen, so wie ich es sehe, ist das Erkunden unterschiedlicher Dimensionen und Facetten dieser immer gegenwärtigen, brillanten Klarheit – dem was wir wirklich sind. Ein Ansatz, den ich sehr schätze, ist der des tibetischen Dzogchen. Ein Aspekt davon ist, dass, wenn du im immer-gegenwärtigen allumfassenden GEIST ruhst, dass dann die Dinge und Erscheinungen weiterhin auftauchen, in gewisser Weise in dir, auch wenn innen und außen dabei nicht mehr viel bedeuten. Fühlt man jedoch die Beschaffenheit dieses Erscheinens von Augenblick zu Augenblick, befindet man sich in dieser offenen Geräumigkeit und ruht in diesem Raum, dann erkennt man die immer-gegenwärtige Klarheit innerhalb der alles erscheint.

Es geschieht eine Selbstbefreiung all dessen was erscheint, in diese Leere hinein. Ich mag den Begriff der Selbstbefreiung. Er bedeutet, dass, was immer in dir erscheint, – es kann etwas positives oder auch etwas negatives sein, oder was auch immer in der Umgebung auftaucht, – mit seinem Erscheinen in der Leere selbstbefreit ist. Es gibt keine Anhaftung, keine Identifikation. Dein eigenes Bewusstsein, deine Gefühle, deine Gedanken, dein Ego – alles kann in diesem Raum so erscheinen, wie es ist.

Das ist in Ordnung, und es gibt keinen Grund das Ego loszuwerden. Das einzige, was das Ego loswerden möchte, ist das Ego. Das spiegelnde Bewusstsein ist in Ordnung, es spiegelt alle Erscheinungen.

Wenn man versucht besser zu werden, etwas los zu werden oder mit etwas in Berührung zu kommen, dann ist das auch in Ordnung, lass es einfach erscheinen. Doch es ist diese immer-anwesende, große Vollkommenheit die unvermeidlich ist. Und ihre Geräumigkeit wird in dem Begriff der Selbstbefreiung zusammengefasst.

Wenn du zornig bist, und das Aufsteigen dieses Zorns in dieser unermesslichen Geräumigkeit der Unendlichkeit einfach nur bemerkst, dann gibt es dafür sehr viel Raum, weil die Unendlichkeit wirklich groß ist. Sie ist groß genug für dein Ego, groß genug für deine Zweifel. Und wenn es einen Raum für alles gibt, dann bleibt darin nichts mehr haften.

Das Großartige dabei ist, es nimmt dir die Last, dies verstehen zu müssen. Denn auch wenn du es nicht verstehst, es wird nach wie vor erscheinen und du kannst es in jedem Fall fühlen. Ob du es nun verstehst oder nicht verstehst, beides ist – unvermeidbarer – GEIST. Alles erscheint und ist selbstbefreit in seiner eigenen Natur, welche die Leere ist, die unermessliche Geräumigkeit ...

Wenn du darin ruhst bist du frei von Angst. Und wenn es nichts außerhalb von dir gibt, gibt es auch nichts, was dich vollständiger machen könnte, und daher bist du frei von Hoffnung. In dieser Geräumigkeit erscheinen weiterhin die endlichen Dinge – das ist das außerordentliche Spiel der Manifestation.

Auf der manifesten Seite besteht das Beste, was man tun kann, darin, sich voll und ganz auf dieses Spiel einzulassen, weil das die manifeste, überströmende Seite des immer-gegenwärtigen Selbst ist, das du bist. Das ist das erstaunliche daran – in deinem innersten Wesen, dem ICH BIN, welches du auch jetzt bist, gibt es einen Impuls, nicht alleine zu sein. Ich finde das unendlich faszinierend.

In dieser unendlichen Seligkeit, welche du bist, könntest du für immer und ewig verweilen, doch du hast dich dafür entschieden dich zu entäußern, und all dies zu erschaffen; das ist erstaunlich. Wir alle identifizieren uns irgendwann mit kleinen Objekten, die in unserem ursprünglichen Selbst auftauchen. Unsere Identität verschiebt sich vom ICH BIN zu einem begrenzten und endlichen Körper und Geist, und der Alptraum beginnt.

Wir sind also hier um die Erkenntnis zu feiern, dass der Alptraum nicht dasjenige berührt, was wir wirklich sind. Wenn das der Fall ist, dann werden die endlichen Objekte nicht zum Träger dessen, was du bist, sondern Träger des Ausdrucks dessen, was du bist. Was wir möchten ist, dass dieser Ausdruck so vollständig und strahlend wie möglich geschehen kann.

(Ken Wilber, Integral Operating System)