

Einsicht in die Wirklichkeit – Teil 3

21.11.10

Von Werner Hrdlicka

Im Reich der Sinne

Heute ist der 21.11.2010. Ich werde den heutigen Tag nicht so schnell vergessen. Vor 3 Wochen hat sich mein Leben verändert. Ich konnte für einen Moment die absolute Wirklichkeit sehn. In diesen 3 Wochen ist mir vieles bewusst geworden. Ich erkannte viele Zusammenhänge. Ich sah wie **Glück und Unglück** entsteht. Ich habe über vieles was mein Leben betrifft nachgedacht. Ich empfand dabei **Freude** und auch **Trauer**. Ich stellte mir die Frage, was nun weiter zu tun ist.

Dann tat ich folgendes:

Ich setze mich hin, schließe die Augen und versuche zur Ruhe zu kommen. Ich lockere meinen Körper und konzentriere mich auf den Atem.

Jetzt versuche ich mich an mein Erlebnis zu erinnern.

Was hatte ich erfahren...?

Was war passiert...?

Ich gehe tief in mich und versuche alles Erfahrene zu reflektieren.

Ich lasse los, und beobachte was passiert.

Ab jetzt bekommt mein Geisteszustand eine Eigendynamik, der ich mich hingeebe.

Ich sehe mich wie ich auf dem **Pfad des Lebens** wandere. Ich bin gerade dabei einen Berg zu besteigen. Ich bin ca. auf der Hälfte und kann den Gipfel schon sehen. Plötzlich rutsche ich ab und falle einen tiefen Abgrund hinunter. Während ich falle sehe ich mein bisheriges Leben an mir vorbeiziehen. Ich sehe alles Schöne was mich in diesem Leben gefangen hält.

Ich **höre** wunderbare Musik die durch meine Ohren fließt. Ich **rieche** einen wohlthuenden Duft der in meine Nase strömt. Ich sehe lauter leckere Sachen zum Essen, wo mir das Wasser im Mund zusammen läuft. Ich **schmecke** richtig wie gut es ist.

Und jetzt kommt das absolute Highlight. Ich **sehe** lauter wunderschöne, attraktive, tolle Frauen. Sie sind alle nackt, sie sind knackig, sie sind jung, sie sind perfekt. Sie wollen alle nur mich. Sie sehn genauso aus wie ich es mir vorstelle. Sie wollen mich verführen mit ihren perfekten Körpern. Sie **berühren** mich. Sie geben sich mir hin. Sie wollen mir große Lust verschaffen. Ich kann mit ihnen alles machen was ich will. Sie wollen nur, dass ich befriedigt bin.

Ein Film mit den schönsten Sachen des Lebens die man sich vorstellen kann läuft vor mir ab. Ich möchte sie festhalten und nicht mehr loslassen.

Aber ich merke, während ich all die schönen Dinge genieße, dass ich noch immer falle.

Wenn das alles die Erfüllung ist, warum stürze ich dann ab?

Ein Umdenken setzt ein.

Mir wird bewusst, dass ich in eine Falle getreten bin, die mich zum Absturz gebracht hat. Ich laufe von einer Befriedigung zur nächsten. **Mein Ego ist nie wirklich satt.** Es ist ein ewiges hinterherlaufen. Kaum ist ein Teil meiner Sinne befriedigt, schreit der nächste schon nach Zuwendung. Ich komme nie zur Ruhe. Alle Sinne wollen ständig gefüttert werden. Ich drehe mich immer nur im Kreis. Es ist **die Falle des Lebens.**

Ich habe die Falle erkannt, doch es ist noch nicht zu spät. Ich habe die Möglichkeit mich aus dieser Falle zu befreien. Während ich das merke, beobachte ich, wie mein Flug nach unten auf einmal geringer wird. Ich spüre einen Widerstand der meinen Absturz bremst.

Der Widerstand ist **Weisheit**, rechte **Anschauung** und rechte **Gesinnung**. Ich erkenne die Ursache meines Leidens. Es ist das **Anhaften**, die Gier. Ich begegne der Gier nach den Sinnen mit **Gleichmut**.

Ich werde langsamer und langsamer bis ich zum Stillstand komme. Ich schwebe. **Ich lasse los.** Ich schüttele mich und werfe die **Fessel der Sinneslust** von mir ab. Ich will kein Sklave der Sinneslust mehr sein. Ich erkenne wie blind ich war. Jetzt kann ich sehen. **Ich bin frei.** Ich merke wie leicht und gelassen ich werde. Ich kann mich frei im Raum bewegen. Alles ist möglich. Ich steuere meinen Körper in die **heilsame** Richtung. Meine Gedanken sind rein. Ich falle nicht mehr. Ich schwebe. Ich schwebe empor. **Ich lasse alles los.**

Auf meinem Weg nach oben sehe ich wieder alle Annehmlichkeiten die ich gehabt habe. Ich versuche nicht sie zu ignorieren. Im Gegenteil. Ich nehme sie alle bewusst wahr, aber ich bewerte sie nicht mehr. Ich hafte nicht mehr an. **Es ist wie es ist.** Ich bin **Achtsam**.

Wenn ich **höre**, dann höre ich.

Wenn ich **rieche**, dann rieche ich.

Wenn ich **schmecke**, dann schmecke ich.

Wenn ich **sehe**, dann sehe ich.

Wenn ich **fühle**, dann fühle ich.

Ich **höre** die Musik. So wie sie in mein Ohr tanzt, tanzt sie beim anderen wieder raus. Ich **rieche** den Duft, der in meine Nase strömt, und wieder hinausströmt.

Ich **schmecke** das Essen und beobachte das Gefühl wenn es wieder vergeht, wenn ich satt bin. Jetzt **sehe** ich wieder all die wunderschönen Frauen, die mich **berühren** und verführen wollen. Ich erkenne auch hier, dass ihre Schönheit vergänglich ist. Mir ist auch bewusst, dass die zärtlichen Berührungen und die schönen Gefühle nicht von Dauer sind. Wenn ich anscheinend befriedigt bin, will ich es wieder und wieder. Ich drehe mich im Kreis.

Es ist der Kreis des Lebens, der mich fallen ließ, und der mich leiden ließ. Also lasse ich auch die schönen Frauen hinter mir. **Ich erkenne, dass alles vergänglich ist.**

Ich schwebe weiter empor bis zu der Stelle wo ich abgerutscht bin. Ich kann die Stelle genau erkennen. Ich werde mir diese Stelle genau merken. **Es ist die Falle der Sinne, die mich abstürzen ließ.**

Ich schwebe weiter und weiter und sehe den Berg auf den ich wanderte. Ich schwebe jetzt weit über ihn. Ich dachte der Gipfel des Berges wäre mein Ziel, meine Erfüllung im Leben. Jetzt erkenne ich, dass es nur ein Berg von vielen ist den ich bestieg. Ich wanderte von einem Gipfel zum nächsten, und hoffte endlich auf dem höchsten Gipfel des Lebens anzukommen.

Ich schwebe noch höher und erkenne, dass die Berge auf der Erde stehen die rund ist. Von einem Gipfel zum nächsten drehte ich mich im Kreis. Im **Kreis des Lebens**. Einmal ist man oben, und dann ist man wieder unten. Es ist ein ewiges auf und ab. Man kommt nie zur Ruhe, weil man den falschen Dingen nachläuft, die einem nie dauerhaft glücklich machen.

Jetzt kann ich das alles sehen, weil ich weit über der Erde schwebe. Ich habe das weltliche Leben verlassen und bin übergegangen in das **spirituelle Leben**. Ich habe die Vogelperspektive eingenommen, **weil ich losgelassen habe**. Diese Sicht blieb mir bis jetzt versperrt, weil ich angehaftet bin. **Jetzt habe ich Klarblick.**

Ich bewege mich in immer höhere Sphären. Ich verlasse das Sonnensystem und unsere Galaxie, bis ich das ganze Universum überschaue. Ich erkenne wie klein unsere Erde ist. Ich erkenne wie klein und unbedeutend meine Probleme sind. Im Vergleich zu dieser Dimension verschwindet alles. Ich lasse alles hinter mir.

Ich sehe die **Energie die fließt** und sich **ständig verändert**. Ich überblicke nun die ganze Welt.

Mein **Bewusstsein** erweitert sich.

Ich lasse alles fallen.

Ich tauche ein in die **Realität**.

Die **Dualität** löst sich auf.

Die Galaxien lösen sich auf.

Ich löse mich auf.

Die Welt ist leer.

Ich bin leer.

Raum und Zeit lösen sich auf.

Alles passiert im **Jetzt**.

Ich fühle die Welt in ihrer **Vergänglichkeit**.

Ich fühle die **Leere**.

Ich verschmelze mit der Welt.

Ich befinde mich nun in einer **anderen Dimension**.

Alles ist Eins.

Ein Gefühl des Glücks und des Friedens überströmt mich. Mein ganzer Körper zittert und vibriert. Ich höre mein Herz laut schlagen. Ich breche in Tränen aus. **Ich weine vor Glück.** Unbeschreibliches Glück. Ich fühle jede einzelne Zelle meines Körpers. Ich fühle wie sich jede einzelne Zelle bewegt. **Ich spüre die Veränderung in mir. Ich sterbe in jeder Sekunde, und werde jede Sekunde neu geboren.** Jedes einzelne Atom in mir verändert sich permanent. Es gibt keinen Stillstand. Nichts ist von Dauer. **Alles fließt.** Es gibt keine feste Substanz. Alles ist abhängig von allem. **Alles steht in irgendeiner Form miteinander in Verbindung.** Ich brauche an nichts anhaften, weil da nichts ist woran ich anhaften könnte. Alle Dinge erscheinen nur weil sie abhängig voneinander sind, aber in sich sind sie leer. Sie haben keine feste Substanz. Ich sah es so deutlich, dass ich jeden Zweifel ausschließen kann. **Ich habe die Welt erkannt, und ihre Fallen.**

Ich habe losgelassen.

Ich bleibe solange in dem Geisteszustand, solange er dauert. Ich versuche nicht an ihm anzuhaften.

Ich verweile in Gleichmut.

Mein Geist schwebt im Gleichgewicht.

Ich strahle voller Mitgefühl, Liebe und Freude.

Ich bin mit mir im Reinen.

- Ich mache die Augen auf und bin wieder zurück.

Ich kann kaum glauben was mir eben geglückt ist. Ich habe es tatsächlich geschafft mein Erlebnis zu wiederholen, und das bewusst. Unglaublich, ich bin begeistert. Ich weine vor Glück. Ich war noch nie so glücklich.

Ich habe es geschafft ein zweites Mal einen **Erleuchtungszustand** zu erfahren. Ich hatte die gleichen Gefühle wie beim ersten Mal, nur das die Überraschung nun nicht mehr so groß war. Ich konzentrierte mich auf die **Sinneslust**, und sah ihre **Vergänglichkeit**. Ich begegnete der Sinneslust mit **Gleichmut**. Die Macht des Gleichmuts ist stärker als die **Gier**.

Das Ziel ist jetzt klar. **Ich muss das was ich mit meinem Geist geschafft habe in meinem Leben umsetzen**. Mein Vorsatz ist nun sehr gestärkt. Mir ist bewusst, dass mir das Leben noch viele Fallen stellen wird. Viele Prüfungen warten noch auf mich. Ich werde sie alle bestehen. Ich weiß es. Ich glaub an mich. Ich will endlich **frei sein**. Besser heute als morgen.

Ich merke schon wie sich die Fesseln die mich noch im Leben halten langsam lockern. Meine **Gier nach Sinneslust** ist nicht mehr so groß. Sie ist noch da, aber ich spüre wie sie schwindet, bis sie ganz weg sein wird. **Gegen Gleichmut hat sie keine Chance**. Ich bin mir absolut sicher.

Ich habe es zweimal geschafft die absolute Wirklichkeit zu sehen. Ich will, dass dieser **Zustand für immer** anhält.

Ich will Erleuchtung erlangen, und auch diesen Wunsch muss ich wieder loslassen. Wenn ich daran anhafte bin ich ein Gefangener. Wenn ich loslasse bin ich frei.

Keine gute Musik, angenehmer Duft, leckeres Essen, schöne Bilder oder der beste Sex können diesen Zustand toppen. Aus einem einfachen Grund.

- Sie sind alle **vergänglich**.
- Sie sind alle **substanzlos**.
- Sie sind alle **leidvoll**.

Das sind die 3 Merkmale des Lebens.

Dieses unbeschreibliche **Glücksgefühl der Freiheit** ist einfach nicht zu übertreffen. Es ist das höchste. Es ist das schönste Gefühl das ich jemals hatte.

Es ist eine andere Dimension.

Es ist eine Mischung aus **Freude, Freiheit, Frieden, Ruhe, Gleichmut und Glück im höchsten Ausmaß das man sich nur erdenken kann**.

Ich habe das Gefühl jetzt auf alles eine Antwort zu haben. Alles ist nun so logisch. Viele Zusammenhänge sind mir nun klar. Es gibt nichts was mich noch umhauen könnte. Nichts und Niemand kann mir noch etwas anhaben, weil ich alles losgelassen habe. **Ich bin mit mir selber im Reinen**.

Paradoxe Weise ist es so, wenn ich fühle das ich leer bin, dass ich mich noch nie so intensiv selber wahrgenommen habe.

Ich bin was ich bin.

Wenn ich an die Vergänglichkeit und an die Leere denke, fällt mir **Platons** geniales Zitat ein:

“Alles ist werden, nichts ist.“

*Treffender kann man die **Wirklichkeit** kaum beschreiben.*

- Ich habe versucht, dass was ich erlebt habe möglichst im Detail so aufzuschreiben wie ich es gesehen, gefühlt und empfunden habe. Dies ist soeben passiert und ich habe es sofort in Worte gefasst. Wenn man es selber nicht erlebt, bekommt man aber nur einen Hauch davon, wie es sich anfühlt und wie schön es ist, denn Worte reichen hier nicht mehr aus.

Es ist unbeschreiblich!

Oder wie es der Philosoph **John Locke** formulierte:

*"Keines Menschen Kenntnis kann hier über die **Erfahrung** hinausgehen."*

Mögen alle wesen glücklich sein.