



# Universal Essential Life

## Bewusstseinslage Juli/August 2019

Auflösung des Ich. Sich auflösen in der Einheit und Entfaltung des Selbstes.

Nach einer intensiven Phase der Bewusstwerdung, der Veränderungen, des Erkennens und des Sich-Lösens, kann nun wie ein grundlegender Wandel stattfinden. Bildlich könnte man vielleicht sagen, der bisherige Mieter ist ausgezogen oder ist gerade im Begriff, auszuziehen, und die Wohnung ist nun frei für den Selbsteinzug, für die Eigennutzung.

Das, was auszieht, ist das, was das eigene Sein definiert, begrenzt, ihm eine bestimmte Form gibt. Jegliche bisherige Vorstellungen über uns Selbst, werden wie aufgelöst. Sie lösen sich auf im Meer der Einheit. Und gleichzeitig tritt die eigene Individualität hervor. Das, was uns einzigartig macht, uns hervorhebt, uns zutiefst erfüllt. Auch, wenn sich dies vielleicht anfangs nicht so anfühlt. Es ist wie ein Sterbeprozess, der in eine Neugeburt führt. Das, was wir schon zimal durchlebt haben. Auf anderen Ebenen. Diesmal jedoch geht es tiefer. Es ist das Sterben und die Neugeburt von uns Selbst. Frei von jeglicher Art an Bindungen. Bindungen, die uns identifizieren, die uns durch etwas definieren, mit denen wir uns als etwas und in Verbindung zu etwas bezeichnen. Bindungen meinen falsche Vorstellungen, die wir über uns haben und sogar jegliche Vorstellung überhaupt. Alles, was wir als Ich definieren. Was wir mit mein und mir bezeichnen. Was nach „Ich bin“ folgt. Egal, ob einschließend oder ausschließend. Also, egal, ob wir sagen, ich bin dies und das oder Ich bin nicht dies oder das. Wir definieren uns als etwas, begrenzen uns dadurch und verleugnen und verraten dadurch das, was wir wirklich sind. Es ist wie verrückt. Plötzlich kehrt sich alles um. Das, was uns vorher noch wichtig war, wird plötzlich völlig unwichtig. Das, was wir vorher nicht wollten, ist plötzlich unser größter Wunsch. Tiefe Umbrüche finden statt, in dem, was wichtig ist, was für uns Sinn macht oder wie wir unser Leben sehen und gestalten. Wie eine Loslösung von äußeren Dingen. Ein Herausbrechen dessen, was wir wirklich sind und leben wollen. Alles, was uns bisher noch daran gehindert hat, hat sich deutlich gezeigt und kann jetzt in einem finalen Schlag, mit einer finalen Entscheidung, in die Vollendung kommen. Wir gebären uns neu. Wie die Raupe, die zum Schmetterling wird. Mit Geburtswehen und Todesangst während des Sterbeprozesses. Doch wir kommen nicht daran vorbei. Die Geburt ist bereits in vollem Gange, die ersten Wehen haben bereits eingesetzt. Jetzt liegt es an uns, wie sehr es sich vielleicht hinzieht, wie schmerzvoll es ist, ob es Komplikationen gibt oder ob es wie von ganz alleine einfach geschieht, kurz und schmerzlos. Denn je mehr wir uns dagegen wehren, desto mehr Komplikationen. Aber auch, je mehr wir es forcieren wollen, es beeinflussen wollen, es in eine bestimmte Richtung lenken wollen, desto größer die Komplikationen und die Verzögerung. Es liegt in unserer Hand und auch doch nicht in unserer Hand. Je mehr wir uns hingeben und vertrauen, in das, was geschieht, desto leichter wird es. Aber nicht nur hingeben und geschehen lassen, sondern auch in die Handlung kommen, wenn sich etwas zeigt, das zu tun ist. Wir haben nicht mehr die Möglichkeiten, etwas auszusitzen, zu umgehen oder erst noch etwas Anderes vorzuschieben. Das wird uns immer deutlicher gezeigt.

So vereinigen und entfalten sich in dieser Geburtsphase viele bisher einzelne und für sich betrachtete Bereiche, Dinge und Bilder. Wie bei einem Puzzle, wo wir einzelne bereits gepuzzelte Abschnitte jetzt verbinden können. Wir sehen das nächst größere Ganze. Wir sehen uns Selbst, eingewoben und Teil eines größeren Ganzen. Wir sehen uns als Teil einer



# Universal Essential Life

Einheit, die Einheit in sich tragend. Wir sehen unseren Lebenssinn, wir sehen Zusammenhänge unseres Lebens und unserer Geschichte, wir sehen unsere Begabung und unsere Berufung. Wir sehen unsere Aufgabe, unseren Ausdruck im Gesamtgefüge der Schöpfung. Und wir vereinen uns wieder mit dieser, mit dem Leben und mit uns Selbst. Wir erkennen uns als Bindeglied zwischen Oben und Unten, Innen und Außen oder Materie und Geist.

Es findet ein Bewusstseinswandel in der Selbsterkenntnis und dem Selbstaussdruck statt. Nach und nach setzen sich die einzelnen Teile zusammen, und fordern uns heraus, einen völlig anderen Umgang mit uns Selbst, mit unseren inneren Kräften, mit unseren Handlungen und mit unserer Lebensgestaltung und Lebensführung. Unsere Einstellung zu uns Selbst und zum Leben verändert sich. Ein endgültiges und umfassendes Loslassen und die Etablierung von etwas völlig Neuem. Wir steigen auf, wie Phönix aus der Asche im Geistigen und wir gebären uns Selbst neu im Menschlichen.

So gebären wir nicht nur uns Selbst, sondern damit auch unsere eigene Wahrheit. Unsere Wahrheit, die wir bisher immer versteckt, verleugnet oder zurückgehalten haben. Wir gebären die Fähigkeit, die Lüge von der Wahrheit zu unterscheiden und unsere eigene Wahrheit auszudrücken, zu leben und in die Welt zu kommunizieren. So entfaltet sich auch zunehmend Klarheit. Klarheit, was wir wollen, wie wir uns ausrichten, was wir tun und was wir nicht tun, was Wahrheit ist und was Lüge, was für uns stimmig ist und was nicht. Was wir möchten und was nicht. Und gleichzeitig dehnt sich die Kraft aus, dies auch umzusetzen. Damit verbunden ist es wie ein Herausfallen aus fremden Wegen oder Irrwegen und ein Betreten des eigenen Weges. Klarheit und Kraft verbinden sich und verschmelzen und führen dazu, sich auf den eigenen Weg auszurichten und ihn zu beschreiten. Die bisher „falschen“ Wege, Lügen und Vorstellungen zu erkennen, um sich auf die eigene Wahrheit auszurichten und sie zu leben.

Im Moment ist es auch so, dass sich Vieles nochmals oder immer wieder zeigt. Nicht, weil wir es nicht schon losgelassen haben, sondern, weil wir uns noch daran erinnern, dies einmal gelebt zu haben. Es zeigen sich unsere alten Gewohnheiten, die wir eigentlich schon abgelegt haben. Dann liegt es an uns, dies zu bemerken und bewusst das zu tun, was wir stattdessen tun wollen. Es geht vielmehr darum, zu beobachten, anstatt etwas zu tun, zu bearbeiten, zu verändern oder zu transformieren. Die Zeit des Musters, dass wir etwas tun müssen, ist vorbei. Das dürfen wir erkennen. Wir dürfen uns selbst dabei beobachten, wie wir durch unser ständiges Streben, verändern wollen, besser oder anders sein müssen usw., uns vom Wesentlichen abwenden und entfernen. Es geht nicht darum, das, was ist, anders haben, etwas tun zu müssen, sondern es geht darum, es einfach nur zu erfahren. Und so haben wir in den letzten Wochen und Monaten viele Themen für uns bearbeitet, sie durchleuchtet, sie scheinbar verändert, und jetzt ist die Phase, dass wir dies alles bewusst erfahren. Dass wir es wie in einem Kinofilm erleben. Nur, dass wir selbst das Kino, der Film und der Zuschauer sind. Alles geschieht in uns und durch uns in dieser Welt. Und wir brauchen nichts zu verändern. Wir brauchen nur zu erlauben, dass sein darf, was gerade ist. Dass wir denken, fühlen, handeln, was wir gerade fühlen, denken und tun. Und wir brauchen nichts zu tun, um es zu verändern oder um bestimmte Folgen abzuwenden oder herbeizuführen. Alles, was es braucht, ist jetzt. Der Schlüssel ist das pure Erfahren.

Es ist eine Zeit, in der viel geschieht, in der wir aber nichts wirklich tun brauchen, außer Zeuge zu sein, dessen, was sich zeigt. In uns, in unseren Lebenssituationen und Lebensumständen. Wir brauchen nur im Fluss sein. Uns nur treiben zu lassen. Und dann



# Universal Essential Life

aktiv werden, wenn sich etwas zeigt und uns dazu aufruft. Es kann sein, dass wir feststellen, dass wir bisher aktiv wurden, wenn wir eigentlich eher ruhig oder passiv wären oder dass wir wie in eine Handlungsbremse verfallen sind, wo wir besser aktiv wären. Auch können wir vielleicht feststellen, dass wir bisher immer etwas mit dem, was in uns auftaucht, gemacht haben, anstatt, es einfach geschehen zu lassen. Wir wurden aktiv, wo wir besser passiv bzw. beobachtend wären. Wir stellen immer mehr fest, wie wir unsere innere Welt mehr und mehr durchschauen. Wie wir merken, was uns wie leitet oder verleitet, was uns die Wahrheit aufzeigt und was uns in die Irre führt. Was uns inspiriert und was uns abstumpft oder begrenzt. Wir durchschauen uns Selbst, unsere inneren Antriebe, Bremsen und Verwirrer. Und wir können dies nach und nach für uns sortieren. Und beim Sortieren findet wie eine Umorientierung statt. Ein inneres Zu-Recht-rücken, das sich vielleicht anfühlt, wie wenn sich alles auf den Kopf stellt. Es kann aber auch sein, dass sich alles plötzlich wie von Zauberhand, wie von unsichtbaren Schienen, auf die für uns richtigen Bahnen lenkt. Dies ist aber nur eine Phase. Die Phase der Geburt von etwas völlig Neuem, in das wir uns voller Vertrauen einfach fallen lassen können und mitgehen können. Je freier wir dabei einfach mitgehen, desto fließender und leichter wird es. Es ist etwas Wundervolles, denn es ist der Prozess, bei dem wir uns Selbst neu gebären, um uns Selbst in bisher noch nicht dagewesener Freiheit Selbst zu entfalten.

Und das bedeutet nicht, dass wir uns einfach dem Nichtstun und dem Treibenlassen hingeben, sondern dass wir das Fließen lassen und Geschehen lassen damit verbinden, dem Leben für uns eine Richtung zu geben. Eine Richtung, die unserem Höheren Selbst, unserem tiefsten inneren Sein, unserem inneren Kern entspricht. Und die sich gleichzeitig in das Leben einklinkt, so, wie es ist. Es ist ein Fließen-lassen und ein Richtung-geben, dort, wo es jeweils angebracht ist. Denn es ist ein Sowohl-als-auch, nicht mehr ein Entweder-oder. Und das kann zu Umkehrungen des eigenen Verhaltens führen. Wenn wir plötzlich feststellen, dass wir uns haben vom Leben treiben lassen (oder von der Bequemlichkeit, von der Gewohnheit), anstatt dem Leben für uns eine Richtung vorzugeben. Oder wenn wir bemerken, dass wir strategisch oder aus purem Willen etwas unbedingt erreichen wollten, was aber nicht dem Fluss des Lebens oder dem Lauf unseres Lebens entspricht. Wenn wir erkennen, dass wir uns in unseren Ideen zum Leben und zu unserem Leben geirrt haben und es doch nicht das ist, was wir dachten, dass es sein würde. Wenn wir erkennen, dass wir vielleicht zu sehr im Genießen und in der Ausrichtung auf Schönheit oder Wohlgefühl sind oder zu sehr im Wollen oder im strategischen Durchsetzen oder mentalen Durchdenken, anstatt in der Freude, Leichtigkeit oder Kreativität und Inspiration. Es ist ein Ausgleich unserer inneren Anteile an Männlich, Weiblich und Kindlich, den wir bewusst gestalten und mitgehen können. Wir erkennen, dass wir nur unsere Ideen über das Leben und über uns Selbst verändern müssen, um neue Erfahrungen zu kreieren. Und dass es diese Erfahrungen sind, um die es im Leben geht. Es geht darum, geistige Ideen im Physischen als Mensch in der Materie und im Materiellen zu erfahren. Denn das Menschsein auf Erden bietet ungeahnte Möglichkeiten, dies zu tun.

So kann sich ein noch tieferes Ankommen im Menschsein einstellen. Eine tiefe Dankbarkeit für das Leben, Vertrauen in das Leben und Liebe zum Leben. Besonders zum Leben als Mensch hier auf Erden. Wir gebären uns neu in der Entfaltung unseres Selbstes im Menschsein.

Es kann zu einer Vereinigung von dem, was auch als Ego bezeichnet wird und dem wahren Selbst kommen, aus der das geboren wird, was wir sind. Wir sind Seele und bei genauer Betrachtung sind Ego und Selbst dasselbe. Es sind unterschiedliche Anteile von etwas Größerem. Wir haben uns als Wesen, das wir sind, selbst geteilt. In einen Teil, den wir Ego



# Universal Essential Life

nennen und der laut unseren Vorstellungen alle unsere Anteile trägt, die wir als negativ und nicht gewünscht ansehen und einen Teil, den wir unser Selbst oder unser wahres Selbst nennen, dem wir alle unsere gewünschten und für uns positiven Anteile zuschreiben. Wir haben dann begonnen, in uns gegeneinander zu kämpfen und zu konkurrieren. Dabei gibt es diese „künstliche“ Trennung in uns eigentlich nicht. Alles, was wir sind, sind Ideen und Vorstellungen, die sich durch uns in Form bringen. Diese sind weder gut, noch schlecht. Sie sind einfach. Und wenn wir unsere Vorstellungen über uns verändern, verändern wir unser Sein. Überzeugungen von heute sind für uns morgen dann vielleicht nicht mehr relevant und wir ersetzen sie durch andere. Dabei ist es egal, ob sie für uns, für Andere, für die Gesellschaft positiv oder negativ sind. Unsere innere Zerrissenheit entsteht dadurch, dass wir Selbst uns spalten in Gut/Richtig/Schön und Gewollt und in Böse/Falsch/Unschön und Nicht-Gewollt. Und das tun wir selbst. Wir sind zu jeder Zeit das, was wir gerade sind. Frei von Bewertung und im Grunde frei von Ego oder Selbst. Das, was wir sind, ist unser Wesen und es gibt keinen Urzustand oder kein wahres Wesen, zu dem wir uns entwickeln müssten oder könnten. Wir können nur das sein, was wir sind. Und das wählen wir durch die Vorstellungen und Ideen, die wir über uns haben. Dabei gibt es vielleicht Anteile, die sich schöner anfühlen und Anteile, die sich schlechter anfühlen. Aber es entstammt unserer eigenen Wertung, dass wir uns Selbst in Gut, als Selbst, und Schlecht, als Ego, einteilen. Unser Wesen ist frei von jeglicher wertender Vorstellung, was wir sind und es liegt an uns Selbst, wofür wir uns entscheiden, um es zu erfahren. Wir lassen die Ideen über uns und die Welt durch uns in der Materie entstehen, wir erschaffen sie, um sie erfahren zu können.

Dies zu erkennen, löst den inneren Zwiespalt auf und das Streben nach Selbstoptimierung oder Entwicklung. Es wird erkannt, dass dies alles nicht notwendig ist. Die Idee, sich in seinem Sein entwickeln zu müssen, hin zu irgendetwas, das besser, lichter, erfolgreicher ist, fällt in sich zusammen und kann durch eine neue Idee und Vorstellung ersetzt werden. Alles, um genau diese Ideen im Menschsein in der Materie erfahren zu können. Wie fühlt es sich an? Wie gestaltet sich dadurch das eigene Verhalten? Was ergeben sich daraus für Möglichkeiten? Wo begrenzt es? Was erzeugt es für Gedanken? Dies alles können wir so entdecken und erfahren. Wir sind nicht hier, um vom Ego zu einem wahren Selbst zu streben. Wir sind hier, um das zu sein, was wir sein möchten. Es geht um Erfahrung. Und durch die Erfahrung geschieht gleichzeitig Entwicklung. Denn durch unsere immer wieder neuen Ideen, entwickeln wir uns. Das Leben ist ein Schöpfungsprozess, durch den Entwicklung geschieht. Es ist kein Entwicklungsprozess, durch den Schöpfung geschieht.

Etwas, das gestern noch für uns wahr war, können wir heute als unwahr erkennen. Und so definieren wir immer wieder neu, was für uns wahr ist, welche Idee wir heute leben und erleben wollen. Und dabei definieren wir uns immer wieder neu. Wir setzen uns immer wieder neue Grenzen, geben uns immer wieder eine neue Form. Und wir sind dabei völlig frei. Mit dieser Freiheit dürfen wir uns erlauben, alles zu sein und alles zu erfahren. Es gibt kein Gut und kein Schlecht, kein Ego und kein wahres Selbst. Es gibt nur solange ein Ego, solange wir noch an der Idee daran festhalten. Das Loslassen der Idee des Egos, ist die Freiheit des Selbstes. Und das führt zu tiefem Frieden mit uns Selbst. So löst sich die Idee eines starren, festgelegten und begrenzten Ichs auf, zugunsten eines freien Selbstes und inneren Friedens.