

„Es gibt viel Literatur über den Weg bis zum Aufwachen, aber verhältnismäßig wenig Material, das frisch Aufgewachte bei Ihrem weiteren Lebensweg unterstützt und auf häufig auftretende Irrwege oder spirituelle Fallen hinweist. Ein ehrlicher Erfahrungsaustausch über das spirituelle Leben jenseits der Abgetrenntheit ist schon lange überfällig.“, erklärt Romen Banerjee, Konzeptentwickler des *forum erleuchtung*, dessen Verlag *silent press* nun mit einem 704 Seiten umfassenden und liebevoll gestalteten Buch auf dem Markt debütiert. Hier erzählen 35 aufgewachte, spirituelle Lehrerinnen und Lehrer sehr privat und individuell, welche Formen spirituelle Vertiefung im Alltag annehmen kann.

Kommentare von zwei führenden Spezialisten der Advaita-Szene:

„Je mehr Menschen über das spirituelle Erwachen so authentisch und natürlich berichten können, wie in diesem Buch, desto segensreicher für uns alle.“

Christian Salvesen, (Autor von „Advaita“)

„Dieses Buch ist wie ein Kristall, transparent und zugleich die Fülle des Daseins reflektierend. Es erzählt vom Ankommen und Vertiefen, vom Loslassen und sich Berühren lassen, von den Fallstricken des Ichs und der Ichlosigkeit und es räumt radikal mit den Mythen rund ums Erwachen auf. Ein grandioses, weil zu tiefstberührendes Werk.“

Katharina Ceming

Auszüge aus zwei Kapiteln von Padma Wolff und Torsten Brügge:

Plötzliches Erwachen und allmähliche Befreiung

Unser Lehrer Sri Poonjaji liebte die Metapher der Salzpuppe, um das Phänomen des Erwachens darzustellen: Eine Puppe aus Salz wird ins Meer geworfen. Was passiert? Sie löst sich im Salzwasser - dem Stoff, aus dem sie hervorgegangen ist - auf. Dieses Bild beschreibt zwei wesentliche Aspekte von Selbst-Erkenntnis: das erste Erwachen und die folgende fortgesetzte Befreiung. Ersteres zeigt sich urplötzlich. In dem Moment, in dem sich die Puppe des Wassers um sich herum gewahr wird, erkennt sie, dass das darin gelöste Salz ihre wirkliche Substanz ist. Sie durchschaut die Täuschung der vorher für wirklich und beständig gehaltenen Trennung. Sie erinnert sich an ihre ursprüngliche Herkunft und spürt, dass das in ihr und um sie herum vorhandene Salz überall dasselbe ist. Ob in fester oder gelöster Form, das Salz ist Eins. Dies bewirkt eine befreiende De-Identifikation. Körper und Person mögen immer noch als feste Form gespürt werden und doch leuchtet schon die klare Erkenntnis des Einsseins mit dem Ozean hindurch. Ein erster Einblick in die Löslichkeit aller Erscheinungen ist geschehen. Die Weite des Ozeans wird als eigentliche Identität erahnt.

Doch der Prozess der Befreiung endet hier noch längst nicht. Denn in der Folge kommt es zur Auflösung sämtlicher Verhärtungen der Salzpuppe. In besonderen Ausnahmefällen geschieht dies blitzartig. Bei den meisten Menschen allerdings läuft dieser Prozess eher allmählich ab.

Nach und nach dringt das Salzwasser des Ozeans in alle Ecken und Winkel unseres Rest-Ichs. Es durchweicht die Knoten der noch festen Identität. Es löst sie an, spült sie hinweg. Das ist für die Salzpuppe nicht immer angenehm. Manchmal wehren sich Krusten vehement dagegen. Dann knackt und kracht es heftig. Doch begegnen wir diesem Prozess in Hingabe, setzt sich das Erwachen lebendig fort. ...

... ganzes Kapitel im Buch

Advaita-Freiheit / Advaita-Falle

Oberfläche und Tiefe

Die moderne Advaita-Bewegung, wie sie sich vor Allem in der "Satsang-Szene" der westlichen Welt seit Mitte der Neunziger Jahre zeigt, bringt einerseits ein enorm befreiendes Potential mit sich. Andererseits zeigen sich auch gravierende Missverständnisse und Verzerrungen. Dabei wird im Namen der Nicht-Dualität eine "absolute Wahrheit" verkauft die tatsächlich oft nur eine verengte und immer noch dualistische Sichtweise von Spiritualität darstellt.

Das Verhältnis von "Advaita-Freiheit" und "Advaita-Falle" lässt sich gut an der klassischen Lehrmetapher des Ozeans darstellen. Stellen wir uns einen Querschnitt durch den Ozean vor: Da gibt es zum einen die dünne oberflächliche Schicht. Hier sehen wir voneinander getrennte Formen unterschiedlicher Wellen. Hier gibt es Bewegung. Ein Auf und Ab. Ein Kommen und Gehen von Formen. Wellen werden geboren und verändern sich. Werden durcheinander gewirbelt und sterben wieder in den Ozean hinein. Diese Oberfläche symbolisiert die rela-

tive Dimension des Seins. Die Welt der Erscheinungen und Vorhandensein eines persönlichen Bewusstseins, wie wir sie in unserem gewohnheitsmäßigem Denken wahrnehmen. Eine einzelne Welle stellt eine Person dar, die einen vermeintlichen Ich-Kern besitzt. Sie fühlt sich getrennt von anderen Person - vom Du. Sie empfindet sich - solange sie sich mit ihrem Wellenkörper identifiziert - abgeschnitten von ihrem eigentlichen Ursprung: Der Tiefe des Ozeans.

Betrachten wir die Tiefe des Meeres zeigt sich ein ganz anderes Bild: Hier gibt es keine Trennung. Alles ist ganz offensichtlich aus demselben Urstoff - alles ist dasselbe Wasser. Die Bewegung an Oberfläche ist für die Tiefe bedeutungslos. Geburt, Wandel und Tod der Wellen kümmert die Tiefe nicht. Sie bleibt reglos angesichts der Vergänglichkeit. Ruht unberührt in sich selbst.

Diese Tiefe symbolisiert die absolute Dimension des Seins. Das reine Gewahrsein welches den Urgrund aller phänomenalen Aspekte des Seins bildet. Ob es nun Buddha-Natur, Dao, göttlicher Urgrund oder anders benannt wird, es ist die Wirklichkeit hinter den Dingen, die Quelle aller Erscheinungen.

In die Tiefe tauchen

In der Ozean- Metapher wird die Entstehung des menschlichen Leidens folgendermaßen beschrieben: Die formlose Tiefe des Ozeans hat nicht nur die Fähigkeit die vielfältige Welt der Wellen zu kreieren und sie zu genießen, sie kann noch ein fantastisches Versteckspiel mit sich selbst inszenieren. Die Tiefe kann sich mit einer von ihr selbst erschaffenen Wellen identifizieren, dass sie ihre ursprüngliche Identität mit der Ganzheit des Seins vergisst. Konkret bedeutet dies: In unserem Bewusstsein hat sich anhand von eingeschliffenen Wahrnehmungs- und nicht hinterfragten Glaubensmustern eine Identifikation mit unserem persönlichen Bewusstsein fest-

gesetzt. Ihr Kern zeigt sich in Glaubenssätzen wie "Ich bin mein Körper", "Ich bin mein Gefühl", "Ich bin meine Gedanken" "Ich bin der Handelnde". Das sich aus solchen - und natürlich auch noch viel komplexeren Ideen - zusammengesetzte Selbstbild scheint dann "wirklich wirklich". Indem wir nicht hinterfragten Ausgangspunkt unserer Aufmerksamkeit wird, übersehen wir den eigentlich veränderlich und illusorischen Charakter dieses Konstrukts. Die absolute Dimension des Seins wird durch einen Schleier des irrenden Denkens verborgen.

In diesem Sinn muss jede authentische spirituelle Vermittlung darauf abzielen, diese Fehlfunktion rückgängig zu machen. Sie entlarvt das persönliche Ich-Gefühl als pure Täuschung und lädt zu der direkten Erfahrungen der darunter liegenden Tiefen-Dimension des Seins ein. Erst dort können wir eine Erfüllung und Befriedigung erfahren, die tiefer ist als das Auf und Ab von Vergnügen und Leid an der Oberfläche unseres persönlichen Bewusstseins.

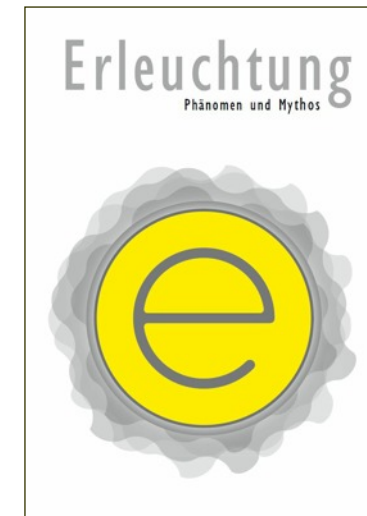
Die Ansätze der Advaita-Vermittlung haben die Kraft zu dieser befreienden Selbsterforschung. Gerade Lehrer wie Sri Ramana Maharshi, Sri Nisargadatta und Sri Poonjaji brachten in den Bereich des traditionellen Advaitas sogar ein "neues" revolutionäres Element ein. In Ihrer Art der Vermittlung betonten sie die Tatsache, dass ein Zugang zu der Tiefendimension immer schon hier und jetzt möglich ist. Es braucht keine Jahre, Jahrzehnte oder mehrer Leben der spirituelle Praxis und Reinigung, um sich der absoluten Dimension des Seins gewahr zu werden. Die Tiefe ist immer schon da. Gleich unter jeder Welle warten die ruhigen Wassernassen des Ozeans sie auf ihre Entdeckung - vollkommen egal, wie die Welle aussieht oder welche Entwicklung sie bisher genommen hat. Und tatsächlich scheint es eine besondere Kraft der in den Westen geschwappten Satsang-Bewegung zu sein, dass sie Menschen oft sehr schnell tiefgreifende Einblicke ins Absolute ermöglicht.

Es ist als würden wir in der Gegenwart eines Lehrers von jetzt auf gleich senkrecht nach unten in die Stille schauen und fallen. Damit einher geht auch eine oft radikale De-Identifikation von unserer bis dahin gewohnten Identität. "Neti, neti, neti..." ist der Befreiungsschrei dieser Lösung. "Ich bin nicht meine Körper,... nicht meine Gefühle,... nicht meine Gedanken,... nicht der Handelnde". Wir gewinnen eine befreiende Distanz zu unserem bisher so begrenzten Ich-Gefühl und entdecken eine völlig neue Art des Daseins: "Ich bin die leere Weite des Gewahrseins, die Alles beobachtet"

In der Tiefe landen

Diese Erkenntnis ist ein wichtiger Schritt hin zu echter Befreiung. Doch es ist nur ein Zwischenschritt, welcher manchmal als letztendliche Erleuchtung verklärt wird. ...

... ganzes Kapitel im Buch



Deutschland: Preis je Buch € 24,80 (zzgl. 3 € Verpackung und Versand)
Österreich, Schweiz: Preis je Buch 24,80 EUR (€ zzgl. 7 € Verpackung und Versand)

Bestellungen unter:

buchbestellung@forum-erleuchtung.de