

## Aufwachen

„Über Stiere reden oder in der Arena stehen ist nicht dasselbe.“

(Spanisches Sprichwort)

Ich möchte mich für den ganz gewöhnlichen Zustand des Wachseins aussprechen. Kümmer dich nicht um Erleuchtung! In meinem Leben und bei meiner Arbeit bin ich einer Menge Leute begegnet, die viel mit ihrem spirituellen Bewusstsein beschäftigt sind. Nicht, dass ich die Suche schlecht machen möchte. Wir alle müssen auf diese Reise gehen. Aber es gibt eine Art, sich damit zu befassen, die wirklich nichts weiter als narzisstische Tagträumerei ist. Osho pflegte zu sagen: „Der gefährlichste Traum ist zu träumen, du seist wach.“ Gefährlich deshalb, weil dieser Traum uns so einnimmt, dass wir vielleicht niemals daraus erwachen! Eines der typischen Kennzeichen dieses Traumzustandes ist die häufige Anwendung des Spiritualitäts- und Erleuchtungsjargons, so als würde die Fähigkeit, darüber zu sprechen, Wachheit demonstrieren. In der Zwischenzeit, kaum bemerkt, passiert das Leben!



Am Ende gibt es keinen großen Unterschied zwischen spiritueller Unbewusstheit und dem Handeln in der Illusion, man sei spirituell bewusst. Der einzig wirkliche Unterschied – und es ist wirklich ein Unterschied! – ist der, was du im jeweiligen Fall mit deiner Zeit machst. Im ersten lebst du das Leben, das von der Gesellschaft bestimmt ist. Arbeit, Unterhaltung, Sport, Familie, Ehe, vielleicht Scheidung, etwas Gutes tun, etwas Böses tun und das Beste aus dem machen – oder auch nicht –, was du an Fähigkeiten hast, an materiellen Gütern, aus dem Körper, mit dem du geboren wurdest, und so weiter. Im zweiten Falle tust du all jene Dinge, die dem spirituellen Erwa-

chen dienen oder damit assoziiert werden: Du machst deine Yogaübungen, meditierst jeden Morgen, ernährst dich vegetarisch, denkst positive Gedanken, gehst zu Tantra-Workshops, sitzt bei Gurus und so weiter.

Viele von uns leben irgendwo zwischen diesen beiden Zuständen – wir wollen mehr als ein Null-acht-fünfzehn-Bewusstsein, und trotzdem vegetieren wir zufrieden vor dem Fernseher dahin und schauen uns ausgeliehene Filme an. Wir können bequem zwischen beiden Zuständen aushängen, einfach weil sie nicht grundlegend verschieden sind. Schließlich werden beide angetrieben von unserem Versuch, zu bekommen, was wir wollen – ob das nun ein Leben voller Vergnügungen ist oder die goldene Karotte der Erleuchtung. In jedem Fall ist es das „Haben Wollen“, das uns leitet.

Wirklich wach zu sein – was für ein Unterschied! Es hat nichts mit dem zu tun, was wir tun. Es hat damit zu tun, wie wir tun, was wir tun, wie wir unser Dasein leben. Wach zu sein ist so einfach, dass es keinerlei Übungen bedarf. Es ist die Art, wie wir sind, wenn wir mit all unseren Sinnen und Empfindungen in Berührung sind, mit unseren Gefühlen, unseren Begabungen, unserer Intuition, mit jedem Geräusch in unserem Körper, das uns etwas über unsere Freuden, Sorgen, Ängste und Verletzlichkeiten verrät, mit der Sehnsucht unseres Herzens, und ganz innen mit dem unbeschreiblichen Mysterium von Seele und Geist – und gleichzeitig hellwach sind für all die Wunder dieser Hier-und-Jetzt-Realität.

Wenn wir auf solche Weise wach sind, ist unser Erleben der Existenz so reichhaltig, dass Diskussionen über Spiritualität und Bewusstsein uninteressant werden. Gerade weil wir aber nicht wach sind, brauchen wir etwas, um die Lücke zu füllen, etwas, das uns unterhält, beschäftigt, unser Gefühl von Bedeutung nährt. Und warum brauchen wir das? Angst. In den drei Jahrzehnten, in denen ich Menschen – angefangen bei mir selbst – geholfen habe, sich des ganzen Geschenks des Seins bewusst zu werden, ist es immer nur die Angst gewesen, die im Weg stand. Wir haben viel mehr Angst davor, wer wir sind, als wir glauben. Wir haben Angst vor der Dunkelheit, Angst vor dem Unbekannten, und vor allem haben wir Angst



Alan Lowen

vor nichts. Das ist der Grund, warum spirituelle Sucher auf die Jagd nach spirituellen Erfahrungen gehen. Gott hat verboten, dass Nichts jemals geschehen dürfe. Es ist immer so intensiv, im Kreis mit den Teilnehmern zusammensitzen und nichts geschehen zu lassen, wie ich es manchmal in meinen Workshops mache. Schon vor vielen Jahren habe ich entdeckt, dass so etwas für viele Leute nahezu unerträglich ist. Was ich ebenfalls entdeckt habe: Wenn der Kreis nach und nach dem Raum des Nichts zu vertrauen begann, passierten die außergewöhnlichsten Formen des Öffnens und des Erwachens. Ja, aus dem Nichts heraus! Aber so ist es immer. Im Wesentlichen geht es beim Erwachen darum, dass wir uns anfreunden mit allem, was wir sind, mit allem, was wir in uns selbst abgelehnt haben.

Was ich meisten daran liebe, ist dass Erwachen eine niemals endende Reise ist. Aufzuwachen heißt zu erkennen, dass das Erwachen weitergeht. Es ist kein Endzustand. Es geschieht weiter, es sei denn, du versuchst es festzuhalten und deins daraus zu machen. Die schlichte Tatsache ist die: Alles, was du jemals sein kannst, ist im Weg zu stehen, so wie viele selbstgemachte spirituelle Lehrer genau der Sache im Weg stehen, über die sie reden. Spirituelles Erwachen braucht unsere klischeehaften Worte der Weisheit nicht. Es braucht nur unser Vertrauen und unseren Mut, uns weiter zu öffnen, für immer. Liebe die Reise!

Alan Lowen, Übersetzung: Susann Pasztor

## Satsang mit Samarpan



*„Hingabe erwächst aus unzähligen Momenten des Widerstands und Loslassens.“*

### Satsang in München:

03. – 09. Mai 2010, 19:30 Uhr

Haus International (Nahe Nordbad)  
Elisabethstraße 87, Eingang Kathi-Kobus-Straße

Einlass ab 18:30 Uhr. Bitte bis 19:15 Uhr eintreffen

Keine Anmeldung erforderlich!

Info: Mallika 08152 - 397 941

Aktuelle Informationen unter [www.samarpan.de](http://www.samarpan.de)

## Anja Treumann Camiaris



Channeling

Heilstrahlbildungen  
in die Regenbogenenergie

Seelenreading



Bewusst Sein im Inntal

Praxis für Mediale Heilarbeit  
-Reiki -Channeling -Heilstrahlen  
-Lichtarbeit der Neuen Zeit

Breitensteinweg 3, 83064 Raubling  
Telefon 0151 - 206 22 573  
[www.bewusstseininntal.de](http://www.bewusstseininntal.de)