

ES IST ALLES JETZT

von
Jean Tinder

Übersetzung: Birgit Junker

Lektorat: Gerlinde Heinke

Obwohl dies in den letzten 20+ Jahren schon ein paar Mal erwähnt wurde, hat Adamus während des Shoud im April sehr deutlich gemacht, dass buchstäblich ALLES nur im Jetzt ist. Hier sind ein paar Auszüge:

Der einzige Ort, an dem jemals etwas passiert, ist das Jetzt. Es gibt keine Kommunikation außerhalb des gegenwärtigen Moments. Es gibt nur Erinnerungen an die Vergangenheit und Gedanken oder Vorstellungen über die Zukunft, aber es gibt keine Kommunikation. Alles kommuniziert im Jetzt-Moment. Ihr wollt Kommunikation? Dann seid im gegenwärtigen Moment.

Der gegenwärtige Moment ist der Ort, wo alles ist, auch eure vergangenen Leben. Sie sind nicht wirklich in der Vergangenheit. Der gegenwärtige Moment ist der Ort, wo die ganze Fülle ist. Sie liegt nicht in der Zukunft. Sie liegt nicht in der Zukunft. Der gegenwärtige Moment ist der Ort, wo eure Gesundheit ist.

Es gibt keine Zeit.

Es ist alles genau hier, im gegenwärtigen Moment. Alles. Es gibt keine Kommunikation außerhalb des gegenwärtigen Moments. Es gibt keine Heilung außerhalb des gegenwärtigen Moments. Es gibt keine Fülle außerhalb davon. Das war's. Deshalb ist es jetzt so dringend notwendig, bewusst im gegenwärtigen Moment zu sein... im gegenwärtigen Moment zu kommunizieren und euer Licht im gegenwärtigen Moment leuchten zu lassen.

Während ich das alles faszinierend und verblüffend fand, konnte ich nicht umhin, mich zu fragen, was das für mein tägliches Leben bedeutet. Was bedeutet es, dass meine

vergangenen Leben alle genau jetzt stattfinden, und warum spielt das eine Rolle? Wenn meine Gesundheit im gegenwärtigen Moment liegt, gilt das dann auch für meine emotionale Gesundheit? Und wie hilft das, wenn ich mich vom Leben aus der Bahn geworfen fühle? Wenn meine ganze Fülle im Jetzt ist, wo finde ich sie dann, verdammt noch mal? Mein geradliniger und logischer Verstand will es wirklich verstehen, aber manchmal geht das einfach nicht auf. Aber wie so oft in diesen Tagen hatte ich kürzlich ein paar Erlebnisse, die mir dabei geholfen haben, das alles zusammenzufügen.

Ich bin sicher, ihr wisst, wie es ist, in einer neuen Situation zu sein - jemanden Neues kennenzulernen, etwas Neues auszuprobieren, etc. - wenn sich plötzlich ein vergangenes, aber ähnliches Ereignis in euer Bewusstsein drängt. Es ist diese alte "Gebranntes Kind scheut das Feuer"-Sache, wo man eine schmerzhaft Erfahrung aus der Vergangenheit nicht wiederholen will, aber eine neue Situation hat die Erinnerung gerade wieder hochkommen lassen. Die Vergangenheit ist gerade zurückgekommen, um euch zu verfolgen, vielleicht sogar, um sich zu wiederholen, und eure innere Welt ist in Alarmbereitschaft.

Das Leben ist voller Überraschungen, und ich habe mich kürzlich in einer neuen Situation mit einem alten Freund wiedergefunden. Eine erfreuliche und unerwartete neue Beziehung ist aufgeblüht und das Leben ist voller Freude. Allerdings gab es gelegentlich Momente, in denen ich mich plötzlich an ähnliche Interaktionen aus der Vergangenheit erinnerte und sogar alte Gesichter "sah" und alte Stimmen "hörte", die sich in mein aktuelles Erleben einmischten. Das war beunruhigend, so als ob alte Erinnerungen, die durch die aktuelle Situation ausgelöst wurden, in mir "durchbluten". Natürlich begann damit sofort die innere Befragung: "Was mache ich *dieses Mal* falsch?"

Warum tauchen jetzt Geister aus längst vergangenen Zeiten auf? Habe ich *immer noch* ungelöste Probleme, die sich wiederholen? Bin ich ein solches Gewohnheitstier, dass unbewusste Muster so leicht wieder auftauchen? Was sind diese Echos und Fetzen aus der Vergangenheit, die keinen Platz in meinem Jetzt haben? Und wenn sie keinen Platz haben, warum sind sie dann hier? Aber Moment mal, wenn wirklich alles im gegenwärtigen Moment ist, spielen diese alten Geschichten dann immer noch in einer anderen Version des Jetzt? Und was mache ich dann mit dieser Information? Wie wird der "gegenwärtige Moment" nicht zu einem großen verwirrenden Durcheinander?

Okay, tiefer Atemzug. Da ich die Fragen gestellt hatte, wusste ich, dass die Antworten hier irgendwo zu finden sein würden und vielleicht sogar auf andere Dinge in meinem Leben zutreffen. In meiner Vorstellung sah ich so etwas wie ein Rad mit "mir" in der Mitte und Speichen, die in alle Richtungen ausstrahlen und von denen jede eine andere Erfahrung macht. Interessanterweise waren von diesem zentralen Punkt aus alle Speichen der "Vergangenheit" und der "Zukunft" gleichermaßen zugänglich.

Das Bild half mir zu verstehen, wie meine anderen Lebenszeiten zur gleichen "Zeit" ablaufen und wie das, was ich im Zentrum tue, sie berührt und beeinflusst UND was

immer sie durchmachen, auch mich beeinflusst. Während ich die Realisierung durchmache, fühlen sie, wie das ihre auslöst, was dann buchstäblich meine persönliche Geschichte verändert (und wer weiß, was noch). Und wenn das stimmt, muss es für *alle* Erfahrungen in der "Vergangenheit" gelten, nicht nur für abstrakte, meist vergessene frühere Leben. Mit anderen Worten: Vielleicht sind es keine unbewussten Muster, die mich wieder heimsuchen, sondern ich verbinde mich mit mir selbst in anderen Erfahrungen.

Vielleicht fühle ich die "vergangenen" Situationen, weil sie von *dieser* beeinflusst werden.

Vielleicht ist das Durchbluten die *Heilung* und nicht das Feststecken.

Vielleicht sind die alten Erinnerungen keine Probleme, sondern Anteile von mir, die auf Anmut und Mitgefühl warten.

Vielleicht befreit es sie irgendwie, wenn ich sie *erlaube*, anstatt sie zu bekämpfen.

Vielleicht bringt es Befreiung und Ausgeglichenheit, wenn ich mich die unruhigen Echos *fühlen* lasse, anstatt ihnen zu widerstehen oder sie zu korrigieren.

Und genau das ist es, was zu geschehen begann! Ich habe schon oft gesagt, dass Widerstand gegen etwas es nur noch realer macht. Doch ich wehrte mich gegen diese Spuren der Vergangenheit, wünschte mir, sie würden verschwinden und fürchtete, sie würden sich wiederholen. Ich entdeckte, dass, sie in mein Jetzt zu erlauben, sie von den Fesseln der "schmerzhaften Erinnerungen" befreite und sie nach Hause brachte, zurück zu der Vollkommenheit, aus der sie einst kamen.

Das alles hat meinen Verstand umgehauen, denn es war eine buchstäbliche Erfahrung, dass alles im Jetzt geschieht und wie es im echten Leben angewendet werden kann. Jedes Mal, wenn eine schwierige Erinnerung hochkommt, versuche ich, dieses Jetzt von hier aus zu umarmen und die Erinnerung im Jetzt existieren zu lassen, anstatt in einer schmerzhaften Version der Vergangenheit. Das ist sicher eine seltsame Erfahrung und schwer zu erklären. Aber statt sich immer wieder darüber zu ärgern, etwas falsch gemacht zu haben oder eine schlechte Entscheidung getroffen zu haben, erlebe ich *dieses* wunderschöne Jetzt, das all die verstreuten Momente der "Vergangenheit" auffängt und ihre Schönheit buchstäblich zum Leuchten bringt!

Es war schon so weit, dass ich nach einem Beispiel suchte, um es in diesem Artikel zu erzählen, aber es fiel mir schwer, irgendeinen verbliebenen Schmerz aus der Vergangenheit auszugraben. Gibt es etwas, das ich bereue? Eine Erfahrung, die mich verletzt hat? Ich bringe diese Erinnerung ins Jetzt und nehme sie an. Auf diese Weise erhellt das Licht meiner Akzeptanz irgendwie dessen Schönheit, die Erfahrung wird befreit, die Erinnerung wirft ihren Ballast und ihren Schmerz ab, und ein weiterer Schub meiner Energie wird freigesetzt. Ich weiß nicht, wie ich diese Physik sonst beschreiben soll, aber ihre Auswirkung ist spürbar.

Neulich löste etwas einen panischen Gefühlsausbruch aus, der mich in einen ängstlichen Taumel versetzte. Aber ein paar gute Atemzüge und die Erinnerung an das, was ich hier gerade geschrieben hatte, brachten mich wieder ins Gleichgewicht, bevor ich überhaupt wusste, worum es bei dem Schreck ging oder welche alte Version von mir den Panikknopf gedrückt hatte. Offensichtlich kann es sogar "im Hintergrund" passieren, wenn die Entscheidung zum Erlauben getroffen wird, solange ich atme und meiner Liebe zu meinem Selbst vertraue.

Ich habe immer gedacht, dass das alte Sprichwort wahr ist: "Wenn wir nicht aus der Vergangenheit lernen, sind wir dazu verdammt, sie zu wiederholen." Mit anderen Worten: Wenn ich den inneren Müll, der die Probleme der Vergangenheit verursacht hat, nicht aufarbeite und auflöse, werden sie sich einfach wiederholen. Aber wenn alles im *Jetzt* willkommen geheißen wird, verändern mein momentanes Gleichgewicht und mein Licht alles, da dieser Moment der Schönheit jede andere Erfahrung segnet, selbst die scheinbaren Fehler. Vielleicht habe ich nie etwas falsch gemacht. Vielleicht ist *wirklich* alles in Ordnung, sogar perfekt, einfach weil DIESER Moment perfekt ist.