

SO IST DAS LEBEN

von
Jean Tinder

Übersetzung: Birgit Junker

Lektorat: Gerlinde Heinke

Als ich ein Teenager war, hatte mein Vater eine Radiosendung namens "So ist das Leben". Er war Prediger und nutzte das Radio, um seine Version des Evangeliums zu verbreiten, eine ziemlich großzügige Darstellung von Gottes Geschenk der Erlösung durch den Glauben an Jesus. Ich erinnere mich nicht wirklich an vieles in der Sendung, nur daran, dass ich in Charlie, den süßen Ansager mit der tollen Stimme, verknallt war. Aber der Titel hat mir immer gefallen und ich habe ihn im Laufe der Jahre oft für mich wiederholt. Wenn etwas nicht so läuft wie geplant oder mich ein unerwarteter Schluckauf aus der Bahn wirft, versuche ich mich daran zu erinnern: "Tja, so ist das Leben."

Aber ich habe auch lange Zeit mit dem Leben gekämpft und mich gegen meine aktuelle Erfahrung gewehrt, in der Hoffnung, dass ich etwas Besseres erfahre. Meine Familie konzentrierte sich darauf, es in diesem düsteren Leben "richtig" zu machen, um sicherzustellen, dass wir im nächsten Leben unsere Belohnung bekommen würden. Je mehr wir litten, desto mehr glaubten wir, dass Gott uns liebt, denn "*Wen der Herr liebt, den züchtigt Er, und jeden Sohn, den Er aufnimmt, geißelt Er.*" (Hebr. 12,6) "Züchtigen" bedeutet "durch Strafe oder Leiden korrigieren". Der Sinn des Lebens bestand also darin, das aktuelle Elend zu ertragen und sogar zu begrüßen, um schließlich die himmlische Belohnung zu erhalten. Die ganze Atmosphäre meiner Kindheit war "Sei gut und mach dich bereit, denn Jesus wird jeden Moment kommen."

Irgendwann geriet dieser Plan ins Wanken, denn ich hatte zwei widersprüchliche Wünsche: So schnell wie möglich in den Himmel kommen (damit ich endlich glücklich sein kann) UND erwachsen werden und heiraten (weil... Sex!). Da ich fest an die Macht des Gebets glaubte, flehte ich Jesus oft an, mit seiner glorreichen Rückkehr zu warten, bis ich

keine Jungfrau mehr war. (Anscheinend hat er mich erhört... ha!) Aber im Grunde ging es im Leben nur darum, langes Leiden zu ertragen, in der Hoffnung auf die endgültige Flucht.

Aus heutiger Sicht kann ich sehen, dass es nur eine weitere Variante der menschlichen Tendenz war, sich dem zu widersetzen oder zu ignorieren, **was ist**, und stattdessen auf das zu hoffen (oder zu befürchten), was eines Tages sein wird. Und manchmal fühle ich mich traurig, wenn ich sehe, dass viele von uns das immer noch tun! Frustriert von den Kämpfen des Lebens schauen wir zu Adamus, Tobias oder sogar zu unserem eigenen Meister-Selbst, um das Leben besser zu machen, um uns von den aktuellen Schwierigkeiten zu befreien oder zu retten. Denn "Wenn das Leben endlich gut läuft, dann wissen wir, dass wir ein Meister sind", oder? Eigentlich. Ich bin der Meinung, dass das Leben NICHT besser wird, solange wir es nicht vollständig akzeptieren, **wie es ist**. Die Ironie ist, dass auch ein Meister immer noch schlechte Tage hat, wie Geoff in seinem Artikel diesen Monat so deutlich erklärt hat, aber das macht einen nicht weniger zu einem Meister, als wenn alles rosig ist. Beim Meistersein geht es um das, was in mir ist, nicht um das, was um mich herum passiert.

Natürlich scheint die totale Akzeptanz kontraintuitiv zu sein. Wenn ich mich in einer unglücklichen Situation befinde und eine weitere Runde des menschlichen Fegefeuers durchmache, bedeutet Akzeptanz dann nicht, dass ich für immer darin feststecke? Sollte ich nicht versuchen, die Situation in Ordnung zu bringen oder sie zumindest zu verbessern? Es ist an sich nichts Schlimmes, wenn ich versuche, mein Leben zu verändern, aber wenn ich mich so sehr anstrenge, das Leben "da draußen" zu verändern, wird es zu einem mühsamen Prozess, der selten das gewünschte Ergebnis bringt, weil ich mich auf das Spiegelbild konzentriere und nicht auf die Quelle.

Wenn ich darauf warte, dass das Leben besser wird, ist meine Energie nicht im Hier und Jetzt präsent, wo *alles perfekt ist*. Aber halt! Was ist, wenn der gegenwärtige Moment *nicht* perfekt ist?

Was ist, wenn mein Körper schmerzt, meine Rechnungen nicht bezahlt werden, meine Beziehungen in die Brüche gehen und ich nur noch Depressionen fühle? Natürlich ist nichts davon perfekt!

Doch der Meister weiß, dass es perfekt IST. Betrachtet es so: Entweder ist in der gesamten Schöpfung alles gut, und wir sind dabei, uns an unsere Schöpferschaft zu erinnern, oder es ist nicht gut, und wir sind es dann nicht.

Auf dieser Reise der Wiederentdeckung funktioniert es nicht, sich daran zu erinnern, dass ich der Schöpfer bin, und dann so zu tun, als wäre ich es nicht, wenn mir die Schöpfung nicht gefällt. Egal, ob mein Leben ideal oder schrecklich ist, der erste und wichtigste Schritt zur vollen Souveränität besteht darin zu akzeptieren, dass ich bereits souverän *bin* und es immer war. Die Perfektion meiner jetzigen Schöpfung kann ich erst erkennen, wenn ich sie vollständig akzeptiere und annehme, *genau so, wie sie ist*. DAS ist das

Leben, nicht irgendein hoffentlich besserer zukünftiger Moment. DIESER chaotische, unglückliche, unbeholfene, schwierige Moment IST DAS LEBEN. Kann ich ihn vollständig annehmen? Wenn ich das tue, bestätige ich, dass *ich* mir diese ganze Situation selbst erschaffen habe, egal wie sie ist, und ich kann anfangen zu verstehen, wie es funktioniert. Wenn ich irgendeinen Teil meiner Schöpfung so ablehne, wie sie ist, lehne ich mich selbst als ihren Schöpfer ab und stehe wieder am Anfang und frage mich, warum das Leben beschissen ist und nichts klappt.

Am Morgen, als ich diese Zeilen schrieb, hatte ich einen sehr lebhaften Traum, der sich wichtig anfühlte. Wie so oft in meinen Träumen arbeitete ich als Helfer bei einer Veranstaltung des Crimson Circle, aber dieses Mal nahm ich mir ein wenig Zeit, um darauf zu achten, was vor sich ging. Kurz nachdem ich mich hingekümmert hatte, rief mich Adamus nach vorne. Ich fühlte mich ungepflegt und schmutzig, weil ich gerade draußen gearbeitet hatte, aber er bestand darauf. Als sich die Erfahrung entfaltete und er zu mir sprach, wusste ich, dass ich nur so dastehen konnte, wie ich war - unordentliches Haar, schmutzige Kleidung, widerwillig, aber präsent - und trotzdem ein Meister sein. Als ich das alles akzeptierte, fühlte ich, wie sich meine Haltung veränderte. Meine Kleinheit verschwand und eine volle, großartige Präsenz begann von meinem Wesen auszugehen. Dann, als ich von etwas erfüllt wurde, das ich nicht zurückhalten konnte, verkündete ich für alle hörbar: "*Ich Bin das Ich Bin* - und ihr könnt es auch sein!" Es gab keinen Zweifel, kein Zögern, nichts als Gewissheit, und ich erkannte, dass ich nur mit der totalen Akzeptanz meines Lebens und meines chaotischen Selbst, so wie es war, ankommen konnte.

Ich höre von vielen Shaumbra auf der ganzen Welt und habe festgestellt, dass wir uns oft in einer von zwei Phasen oder Stadien befinden: Die eine ist die, in der wir uns durch den endlosen Schlamm des Loslassens wühlen, immer und immer wieder versuchen, dem Leben einen Sinn zu geben und hoffen, dass es endlich besser wird, wenn wir realisiert werden. Die andere ist die totale Akzeptanz des Lebens, wie es ist, sei es aus Resignation oder Zufriedenheit. Ich bin mir nicht sicher, ob es einen Unterschied macht, ob jemand einfach aufgibt, das Leben in Ordnung bringen zu wollen, oder ob er tatsächlich anfängt, seine Perfektion zu sehen, aber das Ergebnis ist ähnlich: Wenn man das Leben endlich so akzeptiert, wie es ist, anstatt sich zu wünschen, dass es anders wäre, beginnen sich die Dinge ironischerweise tatsächlich zu verändern.

Irgendwann im letzten Jahr habe ich zum Beispiel aufgehört, mir eine Beziehung zu wünschen und danach zu suchen, weil ich beschlossen habe, dass meine eigene liebevolle Gesellschaft viel besser ist als eine weitere Runde von Frustration, Missverständnissen und Enttäuschungen. Ob ihr es glaubt oder nicht, diese Zufriedenheit, Akzeptanz, Liebe und Freude tauchte unerwartet in meiner äußeren Welt auf und spiegelte sich in der Gegenwart eines ganz besonderen Wesens wider. Aber solange ich nicht die Tatsache akzeptierte, dass *dies das Leben ist*, gab es keine Möglichkeit, dass es sich veränderte. Immer wieder erinnere ich mich daran, hier zu sein, in DIESEM Moment, auch wenn es unangenehm ist.

Sicher, es gibt immer noch ungesehene Muster und vergessene Überzeugungen, die an die Oberfläche befördert werden (danke, Drache), aber wenn ich akzeptiere, dass *das Leben so ist* und mit dem präsent bleibe, was ist, verändert es sich irgendwie von ganz allein. Es ist nicht leicht, dabei zu bleiben, wenn Scham, Frustration, Unbehagen oder eine andere Herausforderung durch mich hindurch brüllen. Aber je mehr ich den Moment beobachten und erfahren kann, *ohne zu urteilen*, desto schneller verändert er sich und desto freier fühle ich mich. Und das liegt nicht daran, dass ich mich selbst psychoanalysiert habe oder neue Überzeugungen erschaffen habe, um die alten zu überwinden, oder eine andere Willensanstrengung unternommen habe. Die wirklichen Veränderungen geschehen, wenn ich völlig akzeptiere: "Das ist es, was ich fühle, und es ist in Ordnung. Das ist meine Erfahrung, also werde ich mich davon erfüllen lassen. Das ist jetzt mein Leben und es ist perfekt. Es wird sich verändern, das tut es immer, aber es gibt nichts zu reparieren, nur zu erfahren."

In dieser Akzeptanz beginne ich, die absolute Perfektion des Lebens zu sehen, so wie es ist, auch wenn es scheiße ist. Manchmal bin ich sogar versucht, mich schuldig zu fühlen, weil das Leben so einfach ist, während andere leiden und sich abmühen. Ich möchte schreien: "Es ist so einfach, ein perfektes Leben zu haben; sieh doch einfach, wie es schon ist!" Aber anstatt zu versuchen, allen zu helfen, muss ich mich vielleicht nur in meiner Ausstrahlung erheben und erklären: "Ich Bin das Ich Bin - und ihr könnt es auch sein." *So ist das Leben*, und es ist wirklich so einfach. Ja, auch wenn es das nicht ist.