

SCHÄTZE DER JAHRESZEIT

von
Jean Tinder

Übersetzung: Gerlinde Heinke

Lektorat: Birgit Junker

Während die Tage kürzer werden und die Dunkelheit zunimmt, begrüße ich diese Jahreszeit der Besinnung. Es ist eine Zeit, um zurückzuschauen und über die Ereignisse des Jahres zu staunen (oder zu schaudern), und sich auf die Wahrscheinlichkeiten, die Möglichkeiten und die Potenziale der Zukunft zu freuen. Mehr als alles andere ist es eine Zeit, um nach Innen zu schauen, zu fühlen, wo wir auf der inneren Reise sind.

Hier in den USA befinden wir uns zwischen den zwei größten Feiertagen des Jahres, Erntedank und Weihnachten. Eine Zeit der Dankbarkeit für die Segnungen des Lebens, gefolgt von einer Zeit des Schenkens und des Staunens. Dazwischen liegt auch die Sonnenwende, ein Moment des Gleichgewichts, wie die Pause zwischen dem Einatmen und dem Ausatmen. In dieser „Zeit dazwischen“ fühle ich auch die längeren Buchenden des epischen *Traum des Merlin* im September und dem Himmelskreuz-Ereignis im kommenden März. Dehne ich mich weiter aus und ich fühle den Beginn unserer Reise in Atlantis und den Höhepunkt unseres Abenteuers in dieser Lebenszeit. Es war eine verrückte Fahrt, diese irdische Reise. Voller Überraschungen, Unbehagen, Entdeckungen, Freude, Trauer, Liebe und so vieles mehr. War es all das Wandern, den Schmerz, die Dunkelheit und Frustration wert?

Letztendlich bin ich an dem Punkt, um eindeutig „Ja!“ zu sagen. Ich empfinde eine große Dankbarkeit für die Schätze der Weisheit, die jetzt in meinem Besitz sind, und es gab wahrscheinlich keinen anderen Weg, sie zu finden, außer den Weg zu gehen, den ich ging, und alles zu fühlen, was ich fühlte. Es gibt viele Schätze, aber hier sind ein paar meiner Lieblings-Schmuckstücke:

ERFAHRUNG OHNE KONFLIKT

Wenn ich das Ende der Dualität wirklich und wahrhaftig akzeptiere, bedeutet das, IN jeder Erfahrung zu sein, anstatt ihr zu widerstehen und zu versuchen, aus ihr

herauszukommen. Natürlich bin ich immer noch ein Mensch und es gibt Zeiten, wo sich diese Neutralität als nicht möglich anfühlt, denn sicherlich ist „diese“ Erfahrung viel besser als „jene“. Aber mehr und mehr bin ich in der Lage, mich in was auch immer geschieht zu vertiefen, es einzusatmen und sofort die Weisheit zu spüren.

Neulich erhielt ich eine beunruhigende Nachricht über eins meiner Kinder, etwas, das keine Eltern gerne hören wollen. Als ich bei meinen Gefühlen blieb, tief atmete und mein Herz trotz der Tränen und Angst öffnete, sah ich die Jahrzehnte alte Wurzel der Situation, meinen Beitrag zu ihrer Entstehung und ich sah exakt, wie meine Reaktion sein könnte. Wenn in der Vergangenheit ähnliche Dinge aufkamen, ging ich entweder direkt in den „Reparieren“-Modus oder sagte mir selbst eine Binsenweisheit wie „Ihre Seele führt sie, lass es einfach sein.“ Obwohl keine der beiden Reaktionen falsch ist, bedeuten beide, dass ich mit dem, was ist, nicht vollständig präsent bin. Aber wenn es nichts zu reparieren gibt und alles zu ehren ist, schafft das den Raum für Auflösung und Heilung. Und mir zu erlauben, den Schmerz, die Schuld und die Hoffnung zutiefst zu fühlen und damit präsent zu sein – ohne zu versuchen, etwas zu ändern oder zu reparieren – beleuchtet irgendwie das Potenzial für ein anderes Ergebnis.

OHNE WIDERSTAND FLIESEN

In engem Zusammenhang mit dem vorherigen Schatz ist dieser hier für den Verstand besonders knifflig. Wir Menschen möchten Dinge gerne geschehen machen und wir haben eine Million Möglichkeiten versucht, es zu tun. Gebete, Zaubertänke, Blutopfer, Selbsthilfebücher, Diäten, Universitätskurse, Knüppel, Almosen, Bestechung, sich die Finger wund arbeiten – die Liste ließe sich endlos fortsetzen. Aber jeder Bestandteil auf ihr hat etwas mit Schieben und Ziehen und dem *Versuch*, „es geschehen zu machen“ zu tun. Das Problem ist, dass trotz all dieser Anstrengung die Dinge selten so laufen, wie wir es wollen. Irgendwann wird das alles so anstrengend, dass wir einfach aufgeben. Letzten Endes sagt Adamus immer wieder: „Einfach erlauben!“, also versuchen wir das schließlich. Aber Passivität bringt den Fluss nicht besser in Schwung als schieben und ziehen. Wie also zum Teufel funktioniert das *wirklich*? Das ist der Punkt, wo der Fluss ins Spiel kommt.

Ich habe so viele Sackgassen und Umwege auf meinem Weg zu einem magischen Leben genommen, dass ich ein Buch darüber schreiben könnte, was man NICHT tun sollte! Aber im Fluss zu sein läuft grundsätzlich auf Selbst-Liebe, Verlangen, Vertrauen und Akzeptanz hinaus. Erstens, ihr müsst euch selbst genug lieben, um euch dessen würdig zu fühlen, dass eure Wünsche erfüllt werden. Dann schenkt euch tatsächlich das Erlauben und Verfolgen eurer Wünsche, das Vertrauen in den Fluss (auch wenn die Dinge nicht wie geplant laufen) und die Akzeptanz der Synchronizität, die sich bereits direkt vor euch entfaltet, das Rezept für ein magisches Leben!

Das Fazit für mich ist: Fluss bedeutet, IN der Erfahrung des Lebens zu sein, ohne so viele *Kommentare* darüber abzugeben.

WUNDER IN HÜLLE UND FÜLLE

In engem Zusammenhang mit den vorherigen Schätzen geht es bei diesem um die ureigene Güte des Lebens. Wenn ich den Begriff „Wunder“ oder „Magie“ verwende, bezieht sich das auf die ungeplanten, unerwarteten, vielleicht unverständlichen Wege, auf denen die Energie mir immer, *immer* dient. Es ist das, was auf natürliche Weise passiert, wenn ich meine Ruder aus dem Wasser nehme und dem Fluss des Lebens – *meines* Lebens – erlaube, mich dorthin zu bringen, wohin er möchte. Da er mir gehört, kann es nichts geben, was meine Reise und meine Freude nicht unterstützt, daher kann einfach nichts schief gehen! Es sei denn, ich mische ich ein.

Neulich erzählte mir jemand, wie sehr er den Feiertag genossen hatte, vor allem weil er aufgehört hatte, ihn zu etwas anderem zu machen, als er war. Wenn ich aufhöre mit dem Versuch, aus ALLEM etwas anderes zu machen, als es ist, kann ich endlich das Wunder an jeder Ecke sehen.

LASST DIE LEUTE IHR DRAMA HABEN

Jeder ist in seinem eigenen Fluss des Lebens, ob er nun ruhig und gleichmäßig ist oder eher wie ein Hurrikan der Kategorie 5. Das Problem ist, dass Wirbelstürme dazu neigen, Dinge zu packen und herumzuschleudern. Es ist einfach die Natur ihres Energieflusses, und das bedeutet, dass es manchmal ein sehr feinfühliges Bewusstsein erfordert, sich aus dem Drama anderer herauszuhalten. Ich bin zum Beispiel ein sehr pünktlicher Mensch und fühle mich am wohlsten, wenn ich pünktlich oder früher zu Verabredungen komme. Aber hin und wieder verspäte ich mich zufällig oder, noch schlimmer, ich habe einen totalen Filmriss, der dazu führt, dass ich zu spät komme oder die Verabredung ganz vergesse. Das Seltsame ist, dass die wenigen Male, in denen das passiert ist, es irgendwie die Erwartung der *anderen Person* an das Leben erfüllte. Mit anderen Worten, wenn ich einen Anruf verpasse, oder vergesse, eine Einladung zu versenden, oder sonstigen „Mist baue“, bestätigt das fast ausnahmslos die Wahrnehmung von jemand anderem, „nicht gehört zu werden“ oder „sich ausgeschlossen zu fühlen“ oder irgendein anderes Leid, das ihm „immer wieder zugefügt“ wird.

Es ist wichtig anzumerken, dass mich das nicht in irgendeiner Form von meiner persönlichen Verantwortung entbindet. Ich muss die Verantwortung für meine eigenen Entscheidungen, Fehler und Versäumnisse übernehmen, aber wenn etwas passiert, das völlig untypisch ist, dann ist es Zeit zu prüfen, ob ich vom Sturm eines anderen gepackt wurde – und mich dann anmutig zurückziehen.

Gesegnet ist der Meister, der es schafft, sich nicht in den Wirbelstürmen anderer zu verfangen.

DIE SICHTWEISE ERZEUGT DIE REALITÄT

Dies ist ein weiterer kniffliger Punkt, denn wir neigen dazu, unseren Ansichten zu glauben. So, wie wir andere Menschen und ihre Beweggründe und alles andere sehen, erscheint

völlig real. Aber wie das alte Sprichwort über den Pessimisten und den Optimisten, die ein halbvolltes Glas betrachten, besagt, ist es unsere *Sichtweise*, die real ist, welche dann unsere Erfahrung erschafft. Abhängig von jemandes Gemütslage kann die Autobahn voller netter Menschen sein, die eine Spritztour machen – oder voller Idioten und Deppen. Dieselben Autos, derselbe Verkehr, dieselbe Straße, nur ein anderer Wahrnehmer.

Gibt es sowas wie eine objektive Realität? Letztendlich nicht, denke ich. Erzählt mir jede Situation, selbst die schrecklichsten Dinge, die Menschen sich gegenseitig antun, und ich kann einen andere Sichtweise dazu anbieten. Es stellt sich also die Frage, worauf möchte ich MEINE Aufmerksamkeit richten? Welche Welt wähle *ich* heute wahrzunehmen? Denn dann *wird es so sein*. So perfekt funktioniert das und so erschaffen wir voll und ganz unsere individuellen Realitäten.

Wenn man die Art und Weise ändert, wie man Dinge betrachtet, ändern sich die Dinge, die man betrachtet.

JEDER MOMENT IST NEU

Auch wenn es wie ein kitschiges Klischee klingt, aber ihr KÖNNT wirklich jederzeit ein völlig neues Leben wählen. Jedoch sind die Menschen Geschöpfe mit Gewohnheiten und Mustern. Es macht das Leben auf der Erde in mancher Hinsicht ein wenig leichter, aber es lässt auch die Veränderung schwieriger erscheinen, als es sein müsste. Wie verändert man also ein Muster, ohne zu schieben und zu ziehen und daran zu arbeiten oder es als „falsch“ oder „richtig“ zu erachten?

Hier ist *eine* Möglichkeit, sich das zu betrachten. Stellt euch vor, eure Lebensenergie ist wie eine Pfütze. Sie ist friedlich und ruhig, bis euer Wunsch einen Kieselstein ins Wasser fallen lässt, der dann ein Muster in Gang setzt, was die ganze Pfütze beeinflusst. Wenn euch das Muster gefällt, lasst euren Aufmerksamkeits-Kieselstein immer wieder an diese Stelle fallen, und es wird sich fortsetzen. Aber wenn ihr dieses Muster nicht länger haben wollt, versucht *nicht*, es zu reparieren oder zu verändern; das stört es nur noch mehr und macht das Muster noch chaotischer. Lasst stattdessen einfach euren neuen Aufmerksamkeits-Kieselstein irgendwo anders hinfallen und ein neues Muster erzeugen, das euch gefällt.

Mit anderen Worten, vergesst, was ihr gestern nicht wolltet oder jetzt nicht wollt. Was ist euer Wunsch in DIESEM Moment? Die Muster, die eure Aufmerksamkeit nicht bekommen, werden einfach verblassen.

ALLES IST WIRKLICH IN ORDNUNG

Ich könnte mit so vielen weiteren Schätzen dieser Reise weitermachen, aber das könnt ihr auch! In dieser Zeit der Dankbarkeit, des Schenkens und der Magie, werde ich die Dinge wahrnehmen, die ich wirklich mag. In dieser bedeutsamen Pause zwischen gestern und morgen, einer Zeit, die so reich an Möglichkeiten ist, lade ich euch ein, euch einen

Moment zu nehmen und die Schätze anzuerkennen, die ihr gefunden habt. Es ist eine wunderschöne Art des Wahrnehmens und somit das beste Geschenk zu erschaffen, das ihr euch und Allem Was Ist machen könnt: Eine ganz neue Welt.

Nachtrag: Als ich mich wenige Minuten, nachdem ich diesen Artikel geschrieben habe, bei einer Tasse Tee entspannte, musste ich wegen der Botschaft, die auf dem Etikett des Teebeutels stand, schmunzeln: „*Bei Dankbarkeit geht es nicht darum, was man erhalten hat; es geht darum, wie man das empfängt, was da ist.*“