

ANKER IM HIMMEL

von
Jean Tinder

Übersetzung: Gerlinde Heinke

Lektorat: Birgit Junker

Habt ihr euch jemals gefragt, wie ihr euch mit eurem Seelenselbst verbinden, mit ihm kommunizieren und seine Gegenwart genießen könnt? Ich denke, eine der häufigsten Fragen unter Shaumbra ist so etwas wie: „Wie kann ich meine Seele spüren? Woher weiß ich, dass sie überhaupt hier ist?“ Ich denke mal, das macht Sinn, denn was nützt es, sich daran zu erinnern, wer wir wirklich sind, wenn wir uns als Menschen immer noch verloren und allein fühlen? Es ist das eine, diese anspruchsvollen Konzepte mental zu verstehen, aber wenn sie nicht sofort zu gelebten Erfahrungen werden, können sich Frustration und Traurigkeit einstellen.

An irgendeinem Punkt während der Suche flüsterte mir meine eigene Seele die Idee zu, dass eine Annäherung an das Thema aus einer ganz anderen Richtung eine ganz andere Erfahrung bringen könnte. Sie wies mich darauf hin, dass ich im Außen nach ihr suchte, anstatt zu erkennen, dass sie bereits im Inneren ist. Sicher, das habe ich alles schon einmal gehört, aber schließlich wurde mir klar, dass ich meine Göttlichkeit nur schwer erfahren kann, wenn ich mich mit meinem begrenzten menschlichen Selbst identifiziere. Aber diese neue Art, das Selbst wahrzunehmen, hat sich als so effektiv erwiesen, dass ich sie mit euch teilen möchte.

Perspektivwechsel

Das Wichtigste, woran ihr euch erinnern solltet, ist, dass das ALLES ihr seid. Wenn ihr das Gefühl habt, dass eure Sichtweisen eingeschränkt sind, liegt das daran, dass ihr euch anhand dieser Grenzen identifiziert. Es wäre so, als würden eure Hand, Nase und Augen jeweils ihre einzigartige Sichtweise eines Apfels als die einzige Realität identifizieren. Aber sie alle sind Bestandteile von euch, und das Anerkennen ihrer Zugehörigkeit erlaubt ihnen,

sich mit euch verbunden zu fühlen und somit eure vollständige Apfel-Realität zu genießen. Genauso ist die Anerkennung eurer eigenen Zugehörigkeit als Mensch – und damit die Verbindung zu eurer Ganzheit – eine der schnellsten Möglichkeiten, die größere Realität des Selbst zu fühlen. Anstatt sich als vergessener, einsamer Mensch nach der Seele zu sehnen, könnt ihr stattdessen als liebende, mitfühlende Essenz der Seele nach dem Menschen greifen – und eine ganz andere Erfahrung machen.

Es geht nur darum, wie ihr euch selbst identifiziert, also probiert das mit mir:

Nehmt einen tiefen, sanften Atemzug und fühlt euren Körper. Nehmt wahr, ob er entspannt oder angespannt ist, ob er sich einsam oder friedlich anfühlt. Nehmt wahr, wie er Raum einnimmt und ob es etwas gibt, das er braucht oder will. Atmet einfach und fühlt.

Lasst nun den Körper so sein, wie er ist, und stellt euch vor, ihr wäret eine große flauschige Wolke. Vielleicht hat sie eine schöne Pastellfarbe, vielleicht ist sie golden oder weiß, aber sie schwebt sanft, während ihr atmet. Stellt euch vor, wie diese Wolke von euch nun eurem Menschen nahekommt und den Körper vollständig in völliger Akzeptanz umhüllt. Fühlt, wie es sich anfühlt, eure tapfere, erschöpfte Person zu umarmen.

Nehmt einen weiteren sanften Atemzug und nehmt nun die liebevolle Präsenz wahr, die euch, den Menschen, umhüllt. Wie fühlt sich das an? Atmet es ein. Empfängt es. Fühlt, wie ihr endlich, wahrhaftig gesehen und tief verstanden werdet.

Atmet weiter und wechselt nun zwischen diesen Wahrnehmungen hin und her – umhüllt euren Menschen in einer Wolke aus Liebe und seid dann derjenige, der umhüllt wird. Vielleicht hat einer von euch eine Botschaft für den anderen; ihr könnt euch beim Zuhören abwechseln. Wenn ihr euch diese Erfahrung oft gönnt, werdet ihr sehen, wie einfach es ist, sich mit euch zu verbinden.

Da wir in einem so engen Fokus leben, macht nur eine leichte Anpassung – eine subtile Verschiebung der Perspektive, ein anderer Blickwinkel – den entscheidenden Unterschied, denn IHR seid genau hier. Was ihr erfährt, hängt davon ab, von wo aus ihr schaut, nicht wonach ihr sucht.

Schwereelosigkeit

Vor ein paar Wochen hatte ich das bemerkenswerte Erlebnis, mit Mantarochen im Meer zu schwimmen. (Sie sind riesig, wie geflügelte Autos, die nur Zentimeter von eurem Gesicht entfernt sind!) Während wir Schnorchler an der Oberfläche blieben, gehörten zu der Tour auch Taucher, die die Mantarochen von einem anderen Blickwinkel aus beobachten konnten. Während sie sich vorbereiteten, hörte ich, wie der Betreuer die Leute fragte, wie viel zusätzliches Gewicht sie bräuchten, offensichtlich um ihnen dabei behilflich zu sein, auf den Meeresboden zu sinken, etwa 10 Meter unter uns. Man könnte sagen, dass sie sich

zusätzliche Schwerkraft verliehen, die ihnen dabei half, in dieser unnatürlichen Umgebung zu bleiben.

Ich weiß nicht viel über Tiefseetauchen, aber ich stelle mir vor, dass es dem Eintauchen unseres Engel-Selbst in die physische Realität sehr ähnlich ist. Wir mussten die Verankerung der Schwerkraft errichten, um in unserer Verkörperung zu bleiben, zusammen mit spezieller Ausrüstung wie einem Körper und einem Gehirn, die uns bei der Navigation helfen. Wie beim Tiefseetauchen ist es eindeutig gefährlich und etwas schwer zu manövrieren. Alles ist dunkel und verschwommen, das Atmen fällt schwer und der Druck ist fast unerträglich. Ganz zu schweigen von all den gruseligen Dingen, die aus dem Nichts auftauchen könnten! Warum zum Teufel sind wir überhaupt hier? Nun, warum tauchen Taucher? Natürlich wegen der Erfahrung!

Tatsächlich war die Erfahrung so faszinierend, dass wir immer wieder zurückkehrten, bis es uns leichtfiel, bis wir uns auskannten und sogar anfangen, diese dichte Umgebung zu genießen. Wie beim Bau von Burgen unter dem Meer haben wir uns ein Zuhause geschaffen, sind eingezogen und haben angefangen, jeden Winkel zu erkunden. Aber es ist nicht unser ECHTES Zuhause, und nachdem wir so lange hier waren, fühlen sich einige von uns Tiefseetauchern ein bisschen wassergetränkt, eingelegt und bereit, in unsere natürliche Umgebung zurückzukehren. Es war ein großartiges Abenteuer, aber ich vermisste das beschwingte Gefühl, mich leicht zu bewegen und zu atmen, frei und voller Licht.

Also, lasst uns nach Hause gehen, oder? Das Problem ist, mit all dieser Schwerkraft, die mich nach unten zieht, wie kann ich dann überhaupt wieder an die Oberfläche kommen? Lernen, strampeln und so kräftig wie möglich schwimmen, erschöpft mich nur. Ich lerne zwar etwas, aber das Ganze ist zu schwierig – das Gewicht ist zu schwer, die Schwerkraft zu stark – und ich fühle mich in dieser Dichte gefangen, in der alles dunkel und scharf und schwer und ernst ist. Als Mensch/Taucher in diesem Szenario habe ich unzählige Male um Hilfe gerufen. Aber es gab so wenig Resonanz, dass ich vermute, meine Seele kann mich nicht hören. Sie muss sich wieder im Luxushotel befinden und mit einem Mai Tai chillen, bis ich mein Abenteuer beendet habe und das Ausflugsboot mich nach Hause bringt. Aber in Wirklichkeit war ich unter Wasser so beschäftigt und fokussiert, dass ich es bin, die sie nicht hört, die eigentliche Kapitänin dieses Schiffes! Unser Kommunikationsweg ist immer offen, und sie ist tatsächlich viel näher als ich denke.

Jetzt, da ich ihr mehr Aufmerksamkeit schenke, erinnert mich die Seele daran, dass die Schwerkraft nur ein Werkzeug ist. Aber nachdem die Schwerkraft mich so lange nach unten gezogen und in dieser verrückten Welt festgehalten hat, fühlt es sich an, als wären die Gewichte in mich eingebettet, anstatt nur Teil meines Kostüms zu sein. Und das lässt meinen Menschen denken, dass ich sterben muss, um sie loszulassen.

„Aber was, wenn“, flüstert die Seele, „es auch Anker gibt, die dich nach oben ziehen?“

Ich höre für einen Moment auf, zu kämpfen, um über diese neue Idee nachzudenken. Könnte es sein, dass Aufsteigen und Freischweben genauso natürlich sind wie Sinken und unten bleiben? Es ist Zeit für ein wenig Erkundung der Imagination.

Erinnert ihr euch an die liebevolle Umarmung durch die Wolken, die ich vorhin erwähnt habe? Jetzt stelle ich mir vor, wie ihre Umarmung mich sanft anhebt, niemals zwingt, aber immer ein Gefühl von Auftrieb bietet, sobald ich mich darauf einstelle. Als Mensch fühlt es sich jetzt so an, als wäre ich mit etwas „da oben“ verbunden, das mich genauso leicht anhebt, wie die Schwerkraft mich nach unten „gehoben“ hat.

Mein Verstand hatte Schwierigkeiten, die „umgekehrte Schwerkraft“ zu verstehen, oder das, was Adamus Aerotheon nennt, aber es fällt mir leicht, mir vorzustellen, wie ich sanft von meinem eigenen wunderbaren Selbst emporgehoben werde. Während ich hier unten in den Tiefen versunken bin, war sie im endlosen Himmel verankert und gab mir alle Zeit der Welt zum Erkunden, aber ließ mich nie los.

Es ist jetzt so leicht zu fühlen. Ich atme einfach ... schließe meine Augen ... imaginiere ... und lasse los.

Mit einem tiefen Atemzug spüre ich eine ansteigende Welle, wie ein Ballon, der in den Himmel zieht.

Mit Loslassen und Ausatmen sinke ich sanft zurück zur Erde, wieder schwer.

Es ist kein Kampf in die eine oder andere Richtung; es ist eine Entdeckung – „Oh, daran erinnere ich mich!“

Ich fühle, wie sich die durch die Dichte verursachten Krämpfe entspannen, die durch den Kampf verursachten Knoten sich auflösen, die Verwirrung nachlässt. In letzter Zeit war es ein ziemlicher Kampf, der Schwerkraft der Dualität, den Machtspielen, dem Leiden und all den anderen menschlichen Prüfungen zu entkommen.

Aber ich muss mich nicht herauskämpfen. Ich kann einfach die Einladung der Leichtigkeit – und des Lichts – annehmen.

Wollt ihr euch mir anschließen?

Atmet ein ... fühlt euch so leicht und beschwingt.

Atmet aus ... wir sind immer noch in diesem Abenteuer, aber ein bisschen weniger festgefahren.

Atmet ein ... entspannt euch, geborgen in eurer eigenen göttlichen Umarmung.

Atmet aus ... es ist so eine wunderschöne Welt hier unten.

Atmet ein ... die Leichtigkeit ist jetzt so einfach mit dieser Verankerung im Himmel.

Atmet aus ... alles ist gut in eurer unglaublichen Schöpfung.

Atmet ein ... euer Selbst schwebt genau hier.

Atmet aus ... ganz gleich, wo ihr seid, es seid alles IHR.

Möchte jemand einen Mai Tai?