

# Egobuster: Spirituelle Anarchie!

19. Dezember 2016



Ein rotziges Essay übers Erwachen und ein paar Bonus-Tracks

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Sowas wie ein Vorwort</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>Spirituelle Anarchie Teil 1: Über emotionale Faschisten, Er- wachen als Wahrheitssuche und die totale Inklusion</b>	<b>5</b>
<b>3</b>	<b>Spirituelle Anarchie Teil 2: Get real sheeple! There ain't no rules!</b>	<b>14</b>
<b>4</b>	<b>Spirituelle Anarchie Teil 3: Wieso bei lebendigem Leib Ster- ben doch das Geilste ist, wo gibt!</b>	<b>23</b>
<b>5</b>	<b>Bonus Tracks</b>	<b>29</b>
5.1	MEINUNG und WILLE . . . . .	29
5.2	KONTEMPLATIONEN . . . . .	33
5.3	Meme . . . . .	36
5.4	Danke- für ALLES! . . . . .	39

*”Hier könnte ein sau-beeindruckendes Zitat von irgendwem stehen.”*

*(Unbekannt)*

# 1 Sowas wie ein Vorwort

Ich schreibe und veröffentliche seit Start meiner Website (egobuster.net) Ende August 2015 Blogartikel und bekomme in regelmäßigen Abständen Kritik an der Lesbarkeit dieser. Dazu muss man wissen, dass meine Website in Grautönen gehalten ist und die Schrift schwarz. Zugegebenermaßen ist das nicht für jeden Leser die nutzerfreundlichste Aufmachung. Aber es sieht einfach geil aus, sorry. Zu geil, um es zu ändern. Nochmals sorry. Und um mein Bedauern, diesem bereits vielfach geäußerten Leserwunsch nicht nachkommen zu können nochmals fett zu unterstreichen, gibt es hier, als Weihnachtsgeschenk sozusagen, einen dreiteiligen Blogartikel von mir, nämlich 'Spirituelle Anarchie! 1-3' erstmals als pdf, also quasi in (E)Buchform. Gratis. Für Dich.

Und nicht einfach nur copy-paste,ding-dong- nei-henn! Richtig hübsch gemacht, mit LaTeX (einem Schreibprogramm), was viiiieeel länger dauert- aber am Ende halt auch viiiieeel geiler aussieht. Ja, so bin ich zu Dir. ;-)  
Und als wäre das nicht schon fast wie Weihnachten, gibt es zusätzlich zum dreiteiligen Essay noch ein paar Bonus Tracks. Das sind ein paar Sachen, die ich bislang nur auf Facebook veröffentlicht habe.  
So. Dann also mal viel Spaß beim Lesen!

## 2 Spirituelle Anarchie Teil 1: Über emotionale Faschisten, Erwachen als Wahrheitssuche und die totale Inklusion



Ich muss mal wieder über emotionale Faschisten wettern. Sonst nannte ich

diese Menschen auch schon 'heilige Hausfrauen', 'Bambi-Spirituelle' etc. Ich mache das u.a. um aktiv für eine Vorselektion zu sorgen- jemand der sich solcherart Schuhe anzieht passt einfach nicht zu dem, was ich anbiete und schon gar nicht dazu, wie ich das anbiete ;-)

Ich bin nicht heilig von wegen unendlich gütig, immer milde lächelnd und leise und sanft sprechend- ich bin vollständig und ganz. Großer Unterschied. Ich lege auch keinerlei Wert darauf, dass man mir meine 'Erleuchtung' aus 10 km Entfernung ansieht. Ich habe auch kein Problem damit, wenn irgendwer meint, dass ich nicht erleuchtet bin. Es ist mir völlig egal, was irgendwer über mich denkt. Ich muss nichts beweisen oder irgendwelche Rollenklischees erfüllen- ich will weder ein Guru noch ein Meister sein, weil ich diese ganzen Konzept-Identitäten für Unsinn halte und eher für irreführend als für hilfreich. Ich bin ein Scout. Ich sehe mich als Gefährte, als Wegbegleiter. Jemand, der das Terrain und die Stationen auf dem Weg kennt, diesen Weg selbst gegangen ist- und genau deshalb weiß, dass die Verbindung zwischen den Stationen, die jeder durchläuft, so unterschiedlich und zahlreich sind, wie es Menschen gibt.

Ich schreibe Dir nicht vor, wie und wo Du lang zu gehen hast und auch nicht in welchem Tempo- ich versuche Dir zu assistieren und kann Dir bei Bedarf in etwa sagen, wo Du Dich befindest- wie weit es bis zur nächsten Station ist, mit was unterwegs eventuell zu rechnen ist- sowas. Grundlegend für diese Art der Begleitung ist aber zu verstehen, zumindest eine vage Ahnung davon zu bekommen, worum es eigentlich geht- und worum nicht. Dazu gilt es erst mal zu klären, wieso Bambi-Spiris eigentlich duale Emo-Faschos sind. Hier einige Merkmale:

- Sie sind sehr stark in gut-böse-Denke verhaftet. Göttliches irgendwas ist gut- Ego ist böse. Schöne Gefühle sind gut, negative Gefühle sind böse. Lächeln is top, streng oder gar laut werden bääh.
- Gerne sprechen solche Bambi-Spiris über Mitgefühl, Liebe, Gott und wettern umgekehrt über alles weltlich-menschliche.
- Bambis ernähren sich oft vegetarisch/vegan (nix gegen diese Ernährungsformen- es geht mir hier um was anderes), verfolgen auch sonst einen gesunden Lebensstil, bzw. was sie dafür halten und das natürlich nicht nur aus hoch moralischen, sondern aus spirituellen Erwägungen, denn:
- Oft geht es bei ihnen um Purifizieren, Reinigen- um erhöhte Schwingungen und darum, das Dreckige, Schlechte, Böse los zu werden.

- Dazu gehört selbstverständlich jedwede Gewalt, aber in der Regel oft auch Drogen, Sex ohne Liebe, etc.
- Da wird dann stattdessen geschwitzt und gechantet bis die Soja-Schwarte kracht, da werden Chakren geputzt bis sie blitzblank sind, das Böse verteufelt und das Gute in den Himmel erhoben, dass es eine wahre, dichotome 'Freude' ist...Macht was Ihr wollt- nur bitte, bitte nennt diesen Käse nicht Nondualität, Spiritualität oder gar irgendwas mit Erwachen- es hat damit einfach nichts zu tun.
- Wenn man mit konkreten Fragen herausfordert, z.B. indem man ganz genau erfahren möchte, was mit irgendwelchen schwammigen und schlampig benutzten Begriffen eigentlich gemeint sein soll- dann ist man einfach zu verkopft, weil das ja 'verstandesmäßig' nicht zu verstehen wäre und das Gespräch zu Ende ;-)
- Oder es wird behauptet, es sei doch schon längst alles erklärt worden.
- Alternativ geht auch noch: Kritik per se ablehnen- weil sie ja negativ ist und Negatives wollen Bambi-Spiris nunmal nicht in ihrem Wohlfühl-Märchen.
- gerade Gottfanatiker aller Art behaupten auch gerne mal, dass sie sozusagen ein Vorkaufsrecht auf Gott gepachtet haben- sie wissen z.B. ganz genau, dass Gott nicht jedermanns Freund ist- vor allem sind auf keinen Fall jene Wesen Gottes Freund, die des eigenen Feind sind- liegt ja auf der Hand ;-)

Kriegst Du ein Geschmäcke, was ich mit Bambis meine? Kannst Du sehen wie stark die Ego-Verhaftung, die Dichotomie der relativen Welt bei ihnen wirkt? Ich nehme das ab jetzt einfach mal an.

Es geht mir nicht darum, diese Menschen ins Lächerliche zu ziehen (macht zwar auch Spaß, aber führt nicht weit). Es geht mir viel mehr darum aufzuzeigen, wieso und wo genau diese Menschen einen Block in der Größe einer Himalaya-Felsformation im Weg haben. Dazu sei gesagt: Ich war nie ein Bambi, war mir immer zu blöd- aber ich hatte definitiv mit einem ordentlichen Helfersyndrom zu tun, bevor ich mich meiner Selbst entledigt habe. Und genau das- den unbedingten Drang helfen zu wollen, gut sein zu wollen, überhaupt als Problem, als Hindernis zu erkennen, hat mir unheimlich weitergeholfen- nicht nur, aber auch beim Erwachen.

Bleiben wir kurz beim Helfersyndrom, weil ich mich damit etwas auskenne:

Solche Leute sind oft Kassierer-Typen. Aushalten, stillhalten, durchhalten- schön Rückschläge und Ablehnung kassieren- und dabei immer weiter selbstvergessen (aber nicht selbstlos!) reinbuttern, leisten, für andere da sein- um so das eigene Ego, den eigenen Selbstwert, zu füttern. Ja, so Leid es mir tut- so ist es nunmal. Ich komme genau daher und es war sehr schmerzhaft- zuerst- aber auch sehr befreiend- langfristig- mir das einzugestehen. Ich hatte früher meistens eher nicht nur geholfen, weil ich eben gerade da war und helfen konnte. Sehr, sehr oft, habe ich geholfen und insgeheim, oft unbewusst, irgendeine Gegenleistung erwartet- Dank, Anerkennung- mich eben irgendwie gut fühlen können/dürfen, dafür geholfen zu haben. Den Dalai Lama sehen und auch so sein wollen- nicht nur aber auch, weil er halt so toll rüber kommt und alle ihn so toll finden- wenn das auch nur annähernd selbstlos oder ego-befreit sein soll, dann Brat ich mir nen Storch.

Trotz oder gerade deswegen tat ich mich aber auch schwer damit, meine Moralvorstellungen zu hinterfragen oder gar über Bord zu werfen. Es erschien mir ungeheuerlich- und es ist auch ungeheuerlich. Aufwachen ist kein Spaziergang, sondern eine blutige, dreckige Schlacht- gegen sich selbst. Man nimmt sich buchstäblich dabei auseinander. Und damit auch alles, was einem lieb und heilig ist. Gerade das, wenn man es konsequent verfolgt, wirkt wie ein Brandbeschleuniger.

Aufwachen ist ein kompletter Tabubruch im Kopf- für manche sogar mit ihrem ganzen bisherigen Leben. Dazu gehört auch und insbesondere, die als positiv eingetüteten Ego-Anteile zu erkennen und zu durchschauen. Das geht aber nur, wenn man verstanden hat, dass und inwiefern auch diese eben Teile von Ego sind.

Deutlich umfassender und auch besser als ich das zur Zeit kann (oder vielleicht jemals können werde), hat das Jed McKenna in seinen Büchern beschrieben.

Ich werde es dennoch hier versuchen zu erörtern, worum es beim Erwachen geht.

1. Verstehe, dass es beim Erwachen nicht (!!!!) darum geht, dass Du Dich zu immer wähernder Glückseligkeit aufschwingst- stattdessen geht es beim Erwachen um die Wahrheit. Es geht darum zu erkennen, was Du wirklich bist- nämlich alles und zugleich absolut nichts. Gar nichts. Wenn Du Glückseligkeit willst, nimm Drogen, hab verdammt guten Sex oder mach Dir nen schönen Tag in einem Spa. Wenn Du erwachen willst, die eine Wahrheit erkennen, dann mach Dir klar, dass das was Du dabei entdecken wirst Dir eventuell nicht gefallen



wird. Dein Ego, soviel steht fest, wird es hassen.

2. Um die Wahrheit zu erkennen, musst Du alles loslassen. Alles. Das Gute, das Schlechte und alles dazwischen. Das Loslassen wird enorm dadurch erleichtert und beschleunigt, dass Du die Suche nach der einen Wahrheit rigoros und konsequent, am besten als einziges (!) auf Deinem inneren To do- Zettel stehen hast.
3. In diesem Stadium gilt als Faustregel auch: Alles, dessen Du Dir gewahr sein kannst bist nicht Du- denn Du bist ja (zunächst mal) das, was sich aller möglichen Dinge gewahr ist. Also Körper- nicht Du! Gedanken- nicht Du! Haus, Auto, Familie, Beruf- nicht Du! usw..
4. Ok- aber wie ist das mit der Wahrheit? Deine Suche dreht sich darum herauszufinden, was DU und nur DU allein wirklich weißt. Es geht nicht um Information- irgendwas gelerntes- es geht darum, herauszufinden, was Du zu 100% sicher weißt. Nicht darum, was Du zu 99.99999... % 'fast sicher' weißt. Denn: in der Realität gibt es keine Wahrscheinlichkeiten. Es gibt hier nur 0 oder 1. Entweder, etwas ist da (1) oder es ist nicht da (0). Wahrscheinlichkeiten sind der Zahlenraum dazwischen. Wahrscheinlichkeiten sind niemals Sicherheiten. Fast sicher gibt es nicht! Nebenbei ein Problem, ein grundsätzliches, mit dem man im Prinzip mit einem Handstreich sämtliche Wissenschaft als Quatsch entlarvt. Nichts davon ist wahr, im genauen, im absoluten Sinne.

**Du willst also herausfinden, was genau Du wissen kannst, zu 100%.**

Bei mir war es so, dass ich dabei immer und immer wieder an 'Materie' stieß- mein Sohn, der Tisch vor mir, die ganzen Menschen auf der Welt etc. Irgendwann, als ich schon einiges an Gerümpel weggeräumt hatte, aber noch immer nicht am Ende war, fiel mir sozusagen intuitiv, geschenkt ein Koan- mein Koan- der Koan- ein. Auf einmal war da der Gedanke:  
*Zeig mir irgendetwas außerhalb von Bewusstsein.*

Bäämmm! Das war der Moment in dem mein Kopf explodierte- weil mir, kaum war dieser Satz in meinem Kopf, direkt klar wurde, dass das nicht geht.

Ich schnallte und es war wie ein Erdbeben- dass es nichts, absolut gar nichts gibt, außerhalb von Bewusstsein. Diese Erkenntnis sackte tiefer und

verfeinerte sich danach. Ein ungehörter Ton- was soll das sein? Ein ungedachter Gedanke? Hä?

Eine Zeitlang war ich felsenfest davon überzeugt, dass es definitiv außerhalb von Bewusstsein nichts geben könne.

Aber das war auch nur ein Zwischenstopp.

Inzwischen brauche ich es nicht zu wissen. Ich weiß, dass ich es nie werde wissen können. Ich weiß, dass 'ich' im Sinne von dieser Actionfigur innerhalb von Bewusstsein bin und niemals Zugriff auf irgendetwas außerhalb haben werde- ich weiß aber auch, dass das nicht unbedingt heißen muss, dass es nichts außerhalb von Bewusstsein geben kann. Ich weiß es einfach nicht- und ich werde ziemlich sicher auch nie erfahren. Daher ist es müßig und eventuell nur ein weiterer Irrweg, wild darüber zu spekulieren, ob und was sich außerhalb der eigenen Reichweite befindet.

Mit allem innerhalb von Bewusstsein hingegen, bin ich identisch. Es gibt keine 'Person' die diese Zeilen schreibt- es gibt nur schreiben. Jetzt. Es gibt keinen Hörer, der Musik hört- das ist ein Ding. Untrennbar. Vereint.

Und das sind natürlich auch die ganzen schönen, verlockenden Beispiele auf die die Bambis so abfahren- Du bist die Sonne, der Tautropfen, der Regenbogen. Ja, das stimmt! Aber es ist nicht die ganze Wahrheit. Die ganze Wahrheit ist:

Du bist alles.

A-l-l-e-s.

Du bist Krebs und Krieg und Hundescheiße- und Du bist auch der, der in die Hundescheiße rein tritt- und der Hund, der sie dahin gekackt hat...

Du bist Gott und der Teufel und auch Gottes Kind und auch der heilige Geist und Jesus. Du bist aber auch ein Dämon, Du bist Hitler, Du bist die deportierten Juden.

Das heißt, Du bist alles. Nichts und niemand wird irgendwo stehen gelassen. Kein Dreck, keine noch so niederen Gefühle- nichts bleibt irgendwo zurück. Das ist Nondualität: Die totale Inklusion.

Alles darf da sein, alles ist sie- beziehungsweise: DU.

Tod und Seuchen, Krieg und Frieden, das Schönste und das Schrecklichste und das alles bist Du. Daher hält es unnötig auf und ist nicht mehr und nicht weniger als ein Irrweg zu glauben, man müsse sich von irgendwas reinwaschen, befreien, sich reinigen, nur die guten Gefühle und Eigenschaften kultivieren und die schlechten möglichst weit wegschieben, sie loswerden- wo es im eigentlichen Sinne darum geht, alles willkommen zu heißen- nachdem man alles durchschaut und über Bord geworfen hat.

Auch wenn ich das Wort Gott nicht gern benutzen mag, weil es durch Religionen missbraucht und überfrachtet und verzerrt ist, ist das im Prinzip

genau was Gott eigentlich bedeutet: der Schöpfer und die 'Substanz' von allem. Wer bist Du also, dass Du Dir einbildest irgendwas ablehnen oder als ungöttlich zu bezeichnen? Ist das nicht Gotteslästerung per se? Dazu sei angemerkt: ich hab kein Problem mit Gotteslästerung als solcher, weil mir das Gott-Konzept eher schnuppe ist- ich führe das Argument nur an, weil es evtl. hilfreich ist, um einen- Deinen?- grundlegenden Irrtum zu verdeutlichen.

Die Frage ist doch so alt wie die Menschheit oder zumindest die Weltreligionen- wenn Gott alles geschaffen hat, wieso dann auch Sachen wie Krieg und Hungersnöte? Ja wieso denn nicht, verdammte Axt? Es ist Gott, herrjeh. Maßt Du Dir etwa an, dessen Entscheidungen in Frage zu stellen- oder sie auch nur verstehen zu wollen?

Guck raus, auf die Straße, jetzt. Was siehst Du? Ist es schön oder eher nicht? Mit Feenstaub garniert oder schmuddelig? Es ist egal- es ist Gottes Schöpfung, wenn man das unbedingt so sagen will.

### **Gott ist die Hundescheiße an Deiner Sohle. Und die Sohle- und Du. End of story.**

Und genau so was mag Ego nicht hören. Das will Ego nicht wahrhaben. Ego will immer irgendwas haben, worüber es sich erheben kann- Ego liebt Hierarchien, Stufen, Unterschiede. Die bösen anderen, die schlimmen Konzerne, die fiesen, schlechten Gefühle. Ego muss immer etwas haben, wozu es sich in Relation setzen kann- am besten irgendein Problem.

Die Vorstellung alleine, davon abzulassen klingt unerhört in Egos Ohren. Ganze besonders in moralischen Ego-Ohren- noch viel schlimmer erst in voll aufgeblasenen spirituellen Superego-Ohren... ;-)

Damit will ich nicht sagen: " Hey, mach was Du willst. Geh los, raub alte Omis aus, schnapp Dir ne Machete und richte im nächstbesten Kindergarten ein Blutbad an."

Was ich sage ist: Wenn Du erwachen willst, wirklich und ganz und gar (und auch hier gibt es nur 0 und 1- es gibt kein 'bisschen wach') , dann wirst Du nicht darum herum kommen, an irgendeinem Punkt all Deine moralischen Vorstellungen über den Haufen zu werfen.

Denn Du wirst ohnehin alles über den Haufen werfen müssen. Das fällt uns allen herrlich leicht, (zumindest sehen wir die Notwendigkeit relativ leicht ein) wenn es um so ganz böse Eigenschaften geht- Wut, Ärger, Verlangen, Gewalttätigkeit- weg damit, ja klar, hurra. Und da kann man ja auch gerne beginnen- war bei mir auch so, keine Frage.

Aber da ist nur die eine Seite der Medaille- wenn überhaupt.

Der ganze positiv konnotierte Quatsch, um den sich Ego herum aufbaut-

aus dem es auch besteht- muss ebenfalls in die Luft gejagt werden, im Zuge des Erwachens. Und da wird es haarig, dreckig, eklig, schmerzhaft. Nicht bei dem anderen, was man je eh weg haben will. Das ist im Vergleich lächerlich einfach- pillepalle.

Aus eigener Erfahrung kann ich Dir versichern: wenn Du vor dem Erwachen einigermaßen sozial konditioniert warst, wirst Du auch danach nicht auf einmal zum Psychopathen oder Amokläufer.

Im Gegenteil. Das wunderbare ist, wenn Du alles über Bord geworfen hast und Dein Selbst/Ego/Ich nicht mehr im Weg herum steht, dann wirst Du viel authentischer mitfühlen, viel spontaner und radikaler das Richtige im jeweiligen Moment tun. Also keine Sorge, Du wirst nicht zum Arschloch über Nacht durchs Erwachen. Wenn Du davor aber eins warst, dann besteht eine gute Chance, dass sich daran auch durchs Erwachen rein gar nichts ändert. So oder so: Du wirst frei sein. Und das beinhaltet auch die Freiheit, mitfühlend und ethisch 'richtig' zu handeln. Dafür wirst Du dann überhaupt erst die entsprechenden Ressourcen haben- denn die Ego-Illusion aufrecht zu erhalten kostet enorm viel Kraft und Energie. Das merken wir alle nicht, weil wir das kaum anders gewohnt sind. Das merkst Du aber dann, wenn die ganze Energie auf einmal frei wird, und für andere Sachen, als fürs 'Geselbste' zur Verfügung steht.

All das heißt aber nicht, dass Du fortan alles und jeden zu Tode kuschelst. Nein.

Wenn da jemand ist, der offenkundig ein ganz pralles Ego vor sich her trägt, dann kann es auch das Gebot der Stunde sein, da mal ganz beherzt mit ner Nadel rein zu pieken und das Ding zum platzen zu bringen. Das sieht aus Sicht des angepieksten Egos natürlich überhaupt nicht mitfühlend und nach Kuschelkurs aus. Ist es ja auch nicht.

Ich habe mittlerweile gegenüber Egos auf ihren Trips wenig bis gar kein Mitgefühl mehr. Wieso sollte ich auch mit einem Geist mitfühlen? Einen Schatten streicheln wollen? Ich fühle mit dem mit, was durch Ego gefesselt ist- dem, was Du wirklich bist- und es ist schmerzlich, der Fehlidentifikation mit dem Ego beizuwohnen. Aus manchen kann man das, was sie wirklich sind hervor kitzeln- manche muss man streicheln- und bei anderen- ehrlich gesagt der absoluten Mehrheit- hilft mitunter nur ein Vorschlaghammer.

Manchmal muss/kann man gar nichts tun- bzw. wird bei jedem irgendwann im Leben jede dieser Vorgehensweisen mal zum tragen kommen.

Gerade die Vorschlaghammer-Ego-Leute kriegen vor lauter Ge-iche und herum laviere natürlich oft gar nicht mit, worum es geht. Jedenfalls noch nicht. Stattdessen schlagen sie wild um sich. Das macht aber gar nichts. Nach dem Vorschlaghammer kommt was größeres- und danach was noch größeres und es wird so lang immer doller, bis die Lektion verstanden

wurde. Natürlich kommen die ganzen Keulen nicht samt und sonders von mir, bewahre-das macht das Leben auf viele verschiedene Varianten. Ich bin vielleicht die mit dem Vorschlaghammer und irgendwer anders kommt dann mit dem Bolzenschussgerät oder so...

Darüber, also über das Muster dass einem immer wieder in Variationen das 'Gleiche' passiert, oft in wachsender Intensität, bis man gelernt hat, was es zu lernen galt- darüber kann ich einige unterhaltsame, spannende biographische Stories erzählen- so wie sicherlich fast jeder andere auch ;-)  
Ich würde sogar behaupten, dass dieser beschriebene Mechanismus das ist, worauf das Karma-Konzept basiert- und dabei glaube ich nicht mal an Karma :-)

### 3 Spirituelle Anarchie Teil 2: Get real sheeple! There ain't no rules!



Spiritualität ist anarchistisch, autonom- eine Anomalie an sich- so wie Neo im Film The Matrix eine Anomalie darstellt...

In diesem Sinne gibt es keine Regeln, die man befolgen könnte, um zu erwachen. Es gibt keine Best-practice, keinen Standard- und am wenigsten sind es die, die gemeinhin dafür gehalten werden. Trotzdem ist das Ergebnis immer gleich- alles kollabiert- das Ich, die Welt- alles. Solange noch irgendwas übrig ist, ist es nicht das Ende.

Weder steht die Anzahl (nicht) gegessener toter Tiere in irgendeinem Zusammenhang mit Deiner Chance zu Erwachen- noch die Stundenzahl, die Du meditierend auf einem Kissen zu gebracht- oder verschwitz und angeschickert im Berghain getanzt hast.

Es gibt bei vielen Erwachten Gemeinsamkeiten- es gibt aber auch Unterschiede, in deren Biographien. Vielen Erwachens-Erlebnissen scheinen schwere Krisen voran zu gehen- beziehungsweise habe ich inzwischen den Verdacht, dass viele sogenannte 'psychische Störungen' unverständene Aufwachversuche sind. Aber manche trifft der Blitz der Erkenntnis auch völlig unvorbereitet und spontan. Meditation ist aus meiner Sicht gut, um die 'innere Brille' zu putzen- aber erstens sicher nicht für alle Menschen gleich gut geeignet und zweitens, spricht die 'Erfolgsrate' angesichts der

schieren Masse von Meditierenden aller Arten, nicht gerade dafür, dass Meditation an und für sich unweigerlich zum Erwachen führt. Macht auch nix, weil Meditation auch für 'Normalsterbliche' einiges an Nutzen mit sich bringt- ganz simpel dabei angefangen, dass man dadurch gelassener wird und nicht bei jeder Kleinigkeit komplett ausrastet. Ähnliches könnte ich übrigens auch über eine vegetarische Ernährung- oder auch über eine durchtanzte Nacht sagen- hat alles was für sich, aber nicht zwingend irgendwas mit Erwachen zu tun.

Darüber hinaus ist es müßig darüber zu spekulieren und unmöglich einigermaßen sinnvoll zu erforschen, was genau die 'Erfolgsfaktoren' des Erwachens sein könnten- es liegt nämlich ziemlich Nahe, dass nur ein Bruchteil der Erwachten sich überhaupt als solche zu erkennen geben (und von denen, die es behaupten sind sicherlich auch nicht alle erwacht). Das hat vielerlei Gründe- allen voran vermutlich den, dass man darüber im eigentlichen Sinne nicht sprechen kann. Kurz gefolgt von dem, dass wenn man es dennoch versucht, in einem 'stinknormalen' Umfeld, man dann ziemlich schnell für ziemlich verrückt gehalten wird.

Insofern halte ich es für äußerst wahrscheinlich, dass die allermeisten Erwachten keinerlei Drang verspüren, das an die große Glocke zu hängen. Vor allem dann nicht, wenn ihr Weg der eines Einzelkämpfers war, Abseits der bekannten Traditionen- womit wir wieder beim anarchistischen Element von Spiritualität sind- womit ich jetzt einfach mal den Erwachensprozess meine.

In einem hierarchischen System wie z.B. dem Zen, ist es natürlich völlig klar, dass man sich seine Erkenntnisse irgendwie, irgendwann bescheinigen lässt. In so einem geschützten Rahmen, einer Gruppe Gleichgesinnter, wird man auch nicht ausgelacht oder für verrückt erklärt- es sei denn natürlich, man hält irgendeinen Firlefanz für ein Satori und macht sich damit vor seinem Meister zum Obst. Ein Punkt, der für eine Sangha, eine spirituelle Gemeinschaft spricht. Allerdings sprechen aus meiner Sicht deutlich mehr Dinge dagegen, sich in ein institutionalisiertes Aufwach-Bonuspunkt-Programme zu begeben- allen voran der Umstand, dass 'falsch Positive' also fälschlich für Erwacht gehaltene zwangsläufig im weiteren Verlauf die ganze Linie versauen, wenn sie ihrerseits dann weitere 'falsch Positive' produzieren.

Schaut man auf äußerst prominente Erwachte, wie Buddha, Jesus oder von mir aus auch Eckhart Tolle, indes, fällt auf: die sind ganz offensichtlich irgendwie allein da drauf gekommen. Das waren bzw. sind, isolierte Einzelkämpfer. Mutige Abenteurer. Diese Isolation wird auf ne Art ja auch bei Vipassana-Retreats oder in Klöstern simuliert- aber eben nur simuliert. Ich kann und will mangels eigener diesbezüglicher Erfahrungen nicht

ausschließen, dass die Isolations-Simulation zum Erwachen reichen mag. Meine Erfahrung ist einfach nur eine völlig andere.

Den allergrößten Teil meiner Suche habe ich allein bewerkstelligt. Was ich aber vor allen Dingen ganz auf mich allein gestellt gemacht habe, weil das einfach niemand anderes für einen machen kann, war, mir Stück für Stück die Haut vom Leib zu ziehen- mich bzw. Ego in ein Säurebad zu legen- mich in die Luft zu jagen- und die ganze Welt gleich mit. Die einzige Orientierung, die ich damals hatte war gegen Ende, auf den letzten steilen Metern, der sporadische Kontakt zu Jed McKenna. Seine Hauptaufgabe in dieser äußerst schmerzvollen, anstrengenden Zeit war es, mir hin und wieder rückzumelden, ob ich noch auf dem Weg bin oder irgendwie wegdrifte. Mehr brauchte es nicht und mehr kann auch niemand für einen tun. Das liegt daran, dass es zwar einerseits bestimmte Punkte oder Phasen gibt, die sich stark bei verschiedenen Erwachenden ähneln- andererseits aber tatsächlich jeder Weg zum torlosen Tor hin vollkommen einzigartig ist. Dieser Weg, dieser Prozess ist einsam. Autark. Man ist Mutterseelen allein. Und das wird immer deutlicher, je mehr Teile man von sich selbst, von der Welt an die man glaubte, weg gehackt hat. Irgendwann ist da nichts und niemand mehr- kein Ich, kein Jed, keine Familie-keine Welt, kein Sinn, keine Bedeutung, kein Grund, keine Hoffnung.

Du starrst auf einmal der Ewigkeit ins unendlich leere Auge- und sie starrt zurück und verschluckt Dich. Plop.

Dafür muss man bereit sein. Man muss bereit sein, zu sterben. Man muss die Wahrheit und nichts als die Wahrheit kennen wollen- ganz egal, was es kostet, ganz egal, ob einem die Wahrheit am Ende gefällt.

Diese vollständige Bereitschaft, diese Konsequenz ist aus meiner Sicht das einzige, was es wirklich braucht um zu erwachen. Alle Leinen los und volle Fahrt voraus- ans Ende Deiner Welt.

Es ist sehr schwer, obwohl gerade mal ein Jahr her, noch direkt in Worte zu fassen, wie sich das alles angefühlt hat- neulich habe ich aber eine alte Notiz in meinem Handy gefunden und um den Vorgang zu illustrieren, hier ein paar Auszüge- auf Englisch, weil sie sich ja an Jed richteten, aus der Zeit, als der Prozess in vollem Gange war:

*„Part of I is exhausted, with another part of I still trying to keep up the search habit. But the exhausted part refuses to fuel this search habit any longer cause it's so fed up with all of this.*

*It thinks: "Yeh, there is no self, check, all is Maya/illusion, all is consciousness, checkcheckcheck- but fuck. I just don't perceive the world like that. It stays fucking solid, fucking most time of the day, head keeps thinking, ego keeps acting-nothing changed! all is the same as before. I act*



*like before- fuck fucking fuck!!!“*

Kurze Zeit später:

*„How on earth could anyone ever succeed in revolting against Maya? it's like Don Quichotes fight against the windmills. It's ridiculous. 'i' cannot even kill 'me'- I can't even give up trying. This whole self- thingy is just fucking useless- but that doesn't keep it from pretending otherwise as well. Gosh, what a magnificent trap this is. And how 'I' keep repeating myself here.... and how embarrassing drama-queenish this all is- and how I can't stop my self from writing this b.s. anyway.  
I am so DAMN STUPID!!!“*

Wieder etwas später:

*„Reached another plateau, admiring the view from here. Noticed I can admire or detect much more beauty regardless of its relative value- the drinker with the blurred view- my backpain- all beauty, all perfect the way they are... “*

Kurz darauf:

*„Excitement is fading out, leaving more and more space for pure contentment.. The emptied out space fills up with deep trust. (...)  
Moreover, I start to lose the desire of telling this to you Jed- feels more and more useless, because I simply know I am completely on track. “*

Und dann, eine sehr wichtige Station- Nihilismus:

*„Pfffffffffffft. Lost in the meaningless hole... Can't maintain a thought, even a good one. Dunno what to do. All, including truth realization [Jeds Begriff für 'Erleuchtung'] has lost its meaning. I just pretend to function- not even knowing why I do this- only cause seems to be my knowledge of the gamse rules- and watering my nice meaningless garden and looking after my nice meaningless kid seems to be a bit more pleasant than being brought to a mental hospital, tight to bed and pumped with medicals....  
Meaninglessness staring at me from wherever I look. Makes me wanna scream and force others to see and hear- but then: would it make any difference? Of course not! No wonder nobody really wants to know the truth! Besides being true it has really nothing in its favor! It doesn't change a goddam thing to know it. Oh, wow- this is all an illusion- nothing is, except consciousness- Great! And...????? Now what?! Yeah, sure: now nothing!!!  
Now I or what is left over from me knows that all is nothing but a silly joke- but the joke is still being told no matter if I know it from every angle or not- it is been told anyway- if I know it, listen to it, run away from it- it*

*simply doesn't matter at all. Yes, I agree, this truth realization thing is a pretty dumb thing to do!*

*I have no clue how to continue- my life, this journey- luckily, my breathing and stuff takes care of itself, otherwise I would have died at latest yesterday...*

*These days I am scared as fuck of what's waiting for me. This here already feels like dying alive or at least being buried alive. I'm really scared of what comes after and how to bear with that since this is already almost impossible to stand. Jeez what kind of an insane bastard signed me up for this????“*

Eine Weile danach war meine Beerdigung...

Und danach? Tja. Danach herrscht erst Recht Anarchie. Was auch sonst? Da sind keine Fragen mehr, keine Angst- ich kann Hierarchien nicht mehr ernst nehmen, Stress, Druck, Zukunftssorgen- alles weg. Aber auch Ziele, Erwartungen, Wünsche- puff.

Kein Verlangen mehr nach Anerkennung, keine brennende Sehnsucht mehr nach anderen Menschen, nach Beziehungen, Smalltalk, Gesellschaft (wenn es sowas gibt: gut, wenn nicht: auch gut)- keine Angst mehr vor Kritik- oder dem Tod oder Krankheiten oder dem Leben oderoderoder.

Man steht alleine auf nem leeren Parkplatz vorm Erlebnispark herum. Du weißt dann Bescheid- und genau das trennt Dich auf ne Art vom Großteil der Menschheit- und auf ne andere Art auch nicht- weil Du alles bist. Aber genau das braucht dann auch seine Zeit. Du weiß dann, alles ist ein Spiel, ein Traum und kannst und magst erst mal gar nix mehr davon mitmachen. Aber dann fragt sich auch irgendwann: wieso eigentlich nicht- wo ich nun mal hier rumstehe, auf dem Spielfeld? Langsam kommst Du also wieder vom Berg runter geklettert und testest, was von Deinem alten Leben noch geht und was nicht mehr. Und was nun auf einmal geht aber davor noch nie ging. Da warten viele Überraschungen. Ein neues Leben- bzw. das Leben überhaupt- hat begonnen.

Die einzige 'Regel' die einzige spürbare Verpflichtung, die es danach noch gibt, ist aus meiner Sicht: Wahrheit. Ich bin zutiefst der Wahrheit verbunden. Der nondualen, singularen Einheit von allem.

Zugleich lüge ich aber wie gedruckt. Sprache ist Lüge. Die ganze Welt eine Illusion. Wenn ich im Supermarkt bezahle- also bedrucktes Papier gegen irgendwelche Lebensmittel tausche- ist das hochgradig illusorisch- trotzdem mach ich es- wieso auch nicht? All das hier ist hochgradig illusorisch- im Prinzip bleibt nur die Wahl zwischen im Traum weiter spielen oder den

Traum vollständig beenden- abtreten, sterben (in dem Fall 'richtig' also physisch).

Das Nichts was das alles in Wahrheit ist, wird nur ganz schlampig übertüncht. Es ist so offensichtlich, wie ein sehr dicker Mensch, der nackt aus der Sauna kommt noch immer nackt ist, auch wenn er sich einen kleinen Waschlappen vor den Schritt hält. Es scheint überall durch, quillt aus allen Ecken, es schreit einen förmlich die Stille, das Nichts, die Ewigkeit aus allen Richtungen an- und kaum einer scheint es zu bemerken.

So laufe ich als wandelnde Anomalie durch diese Traumlandschaft und meistens auch unbemerkt, unentdeckt. Was auch gut so ist- denn manche Traumfiguren können äußert wütend und innerhalb des Traumes dann auch 'gefährlich' werden, wenn sie merken, dass man anders ist, als sie. Bill Hicks bringt das in seinem Text 'Live is a ride', mit dem er seine Shows beendete wunderbar auf den Punkt.

Ab und an dann ein sehr waches Augenpaar- ein kurzer Blick, voll gegenseitigem Erkennen- ein Stromstoß, eine klare Energie, die von Wach zu Wach geht- oder dazwischen fließt. Vampire erkennen sich untereinander- so sie sich treffen und sich zu erkennen geben wollen!

Und auch ab und zu mal: Ein 'Normaler' der mich beäugt, irritiert ist, herum rätselt und mich dann irgendwann fragt: 'Was ist eigentlich mit Dir? Du bist so...- irgendwie so... anders? Irgendwie scheinst Du nichts zu wollen oder... was ist das, was Dich so anders wirken lässt?

Tja, wie soll ich das mal eben erklären?

Wie soll ich erklären, dass ich einfach leer bin- nichts- und alles zugleich? Und das auch noch mit Sprache, Wörtern, die zum unterscheiden gedacht sind- nicht zum einen. Geht nicht. Ich versuche es natürlich trotzdem ab und an- sofern da Worte gesagt oder geschrieben werden sollen, der Impuls da ist- aber es ist am Ende des Tages ohnehin alles Stuss.

Ich bin tippen, ich bin dieses Wort- und das hier auch- ich bin die Lampe am Schreibtisch- ich bin der Tisch- ich bin die Tabakkrümel... Ja ohhh- sie raucht noch- na dann kann sie ja nicht erwacht sein! Is mir Hupe- denk was Du willst. Ich muss nix beweisen- ich könnte es auch gar nicht. Du wirst mich, solange Du nicht selber wach bist, immer nur als Form wahrnehmen- als Mensch, Frau- erwacht oder auch nicht- und Deine Einschätzungen werden sich an Formen binden- raucht sie? Isst sie tote Tiere? Flucht sie manchmal? Blablabla...

Vielleicht sind die besten Gurus sogar die, die das einfach nur spielen, wer weiß? Ist ein hochverehrter Guru nicht etwas, was ein unterwürfiges Ego richtig geil findet? Jemand zum Füße küssen und sich wie geadelt fühlen, wenn er einem Aufmerksamkeit schenkt? Vermutlich wäre ich genau deshalb, weil ich nix spiele ein ganz verdammt schlechter Guru.

Nochmal: Es ist scheiß egal, ob ich rauche, Alan Watts ein Säufer war oder Eckhart Tolle Tee trinkt- wieviel Autos Osho besaß oder auch was der Buddha angeblich irgendwann gesagt hat. Das hat nichts damit zu tun ob und wie erwacht die genannten sind oder waren- noch viel wichtiger aber: Es hat kein bisschen was mit Dir zu tun und Deinem Erwachen. Die Beschäftigung damit, herauszufinden ob Entität XY wach ist oder nicht, ist nur eine weitere Falle, die Dich davon abhält, Dich um Dein eigenes Erwachen zu kümmern. Und auch ansonsten völlig müßig, denn: Du wirst es nicht schaffen an äußeren Merkmalen, an Verhaltensweisen, daran ob jemand Vegetarier ist, raucht oder gerne in den Puff geht- zu erkennen, ob derjenige wach ist. Wach sein ist Anarchie. Und Erwachen ebenso.

Ein Beispiel, wo jemand sicherlich ganz und gar nichts über mein Wach-sein bemerkt hat, sondern mich für eine frustrierte Emma-Leserin hielt: Gerade vor ein paar Tagen, hatte ich einen herrlich bekloppten Dialog mit jemand. Anlass war, dass ich ihn für seine sexistischen Äußerungen kritisiert habe. Natürlich ist das auf der großen Skala völlig irrelevant. Natürlich geht 'mir persönlich' (Hallo? Keiner zu Hause!) das am Arsch vorbei. Aber hey, ich hab nix besseres zu tun gehabt, es versprach spaßig und unterhaltsam zu werden (ich steh auf Splatter-Horror). Außerdem leidet ein gerüttelt Maß an Frauen unter solchen Typen- also genug Gründe zusammen, denjenigen von der Seite anzupissen. Zumal ich insofern kann, da mich das keine Nerven oder Blutdruck kostet. Wen soll er treffen? Wenn überhaupt, meinen 'Spritzschutz'- der daraus besteht, dass es dahinter niemand gibt, der vor irgendwas-PipiKackaKotze- das aus dem angepieksten Ego herausquellen könnte, geschützt werden muss. Aus Gründen hab ich so ein Gerechtigkeits-Ding am laufen, so what? Adyashanti hat, wie er von sich selbst sagt ein 'Nice-Guy-Ding' am laufen. Bei Osho war es wohl irgendwas mit Autos. Jed McKenna hat wohl ein Arschlochding am rennen. Amma hat eine Umarmungs-Fetisch. Manche sagen gar nichts (mehr) -haben also ein Schweige-Ding zu laufen... Andere outen sich überhaupt niemals- haben also ein Verschweige-Ding.... There ain't no rules!

Wer weiß, vielleicht ist sogar Beatrix von Storch erwacht, hatte aber einfach Bock und nix besseres vor, als diese Rolle zu spielen, die sie spielt- ein Nazi-Ding also... Insofern: Hör auf Dir darüber ne Platte zu machen. Wach einfach selbst auf und dann wirst Du ja sehen, was bei Dir für ein Ding am Rennen ist. Das ist alles was zählt.

Das klingt vermutlich extrem krass- ist es auch- ist auch genau so gewollt. Menschen wachen in der Regel-die es ja nicht gibt- schneller auf, wenn man sie wachrüttelt, als wenn man sie sanft streichelt und ihnen liebe Worte ins

Ohr haucht. Wenn diese lieben Worte auch noch den Inhalt haben, dass ja nur ganz wenige nach achtzig Jahren in einem Kloster das überhaupt erreichen können ist die Falle perfekt. Es heißt ja, der Glaube versetzt Berge- ich sage jeder Glaube ist ein Irrglaube, der Berge genau an Ort & Stelle hält. Wenn Du also glaubst, Erwachen sei ein unerreichbares Ziel in weiter Ferne, wird das auch genau so sein für Dich. Dabei gibt es absolut keinen Grund, weshalb erwachen länger als maximal 3 Jahre dauern sollte- sofern Dein Entschluss feststeht und Du dran bleibst- und Dir klar ist, warum es bei der ganzen Kiste geht.

Mitunter ist Erwachen sogar eher wie ein Wiederbelebungsversuch. Es kann sein, dass sich das Ganze nicht nach aufwachen anfühlt, sondern eher so, als würde man mit einem Defibrillator ins Leben (zurück) geschockt werden- bei mir jedenfalls war es so. Alles Dinge, die die Bambi-Fraktion nicht wahr haben will und worüber Aufklärung daher dringend Not tut. Denn ich denke, wenn deutlicher wäre, warum es bei der ganzen Erwacherei tatsächlich geht, würden es einerseits viele Leute lassen, die ohnehin nicht dazu bereit sind, weil sie sich lieber rosarote Erwachens-Märchen erzählen lassen- und dafür andere es viel erfolgreicher durchziehen können.

Also, liebe Menschen:

Hört auf Euch in irgendwelche Heiligen-Mythen rein zu verfatzen. Darum geht es bei der Chose einfach nicht. Es kann zwar auch darum gehen- Du wirst hier auf meiner Seite sicher Texte finden, die das Gegenteil von dem Aussagen, was ich hier gerade behaupte- solche, in denen es um Mitgefühl und Liebe und moralisches Gedöns, Verantwortung und Gerechtigkeit geht- es muss aber nicht darum gehen- weil es schlussendlich, in allerletzter Konsequenz scheißegal ist- weil es bezüglich Erwachen keine Rolle spielt. Solche Themen behandle ich bloß, weil ich halt diesen Gerechtigkeits-Fimmel habe. Erwachen als solches befindet sich jedoch jenseits von Gut und Böse. Das ist die verdammte Wahrheit.

Die Wahrheit ist: Nichts von all dem hier hat irgendeine Bedeutung. Lediglich die, die Du ihr beimisst. Oder anders gesagt: Du im Sinne der Actionfigur hast die Bedeutung, die Dir beigemessen wurde/wird. Du hast eine Rolle zugewiesen bekommen- und zwar von Dir SELBST (im Sinne des großen Einen). Am besten ist, Du stehst der Sache möglichst wenig im Weg und lässt sie Dich frei entfalten. Dich in Deiner ganzen, totalen Nicht-ich-keit.

Bam!

Und um das zu ermöglichen, musst Du Dich selbst in die Waagschale werfen. Komplett.

Ohne Ausnahme.

Das ganze ist kein Wellness-Urlaub und hat auch mit Reinigung erst mal

nix zu tun. Die Scheiße, das Blut und der Eiter werden zwar hinterher aufgewischt. Aber davor geht's erst mal darum, sich mit all dem Mist auseinanderzusetzen, den aus sich heraus zu puhlen. Das ist eklig, dreckig und so ziemlich das, was man sich unter einem waschechten Exorzismus vorstellt- außer, dass es hier um alle Dämonen- gute, schlechte und sogar neutrale geht.

**Erwachen ist die totale Destruktion. Nirwana bedeutet Auslöschung.**

Das ist was sehr handfestes, konkretes, dieser ganze Vorgang. Dazu musst Du bereit sein, Dich in Deine Scheiße rein zu knien, Dich neben die Leichen in Deinem Keller zu legen. Ob Du das mitten auf der Tanzfläche, beim Busfahren, allein daheim oder bei einem Meditations-Retreat machst ist dabei letztendlich scheiß egal. Es geht nicht so sehr darum, wie Du das machst- sondern was Du machst und das Du es machst. Putzen kommt dann danach. Und gucken, wie man sein restliches Leben verbringt, ist die Aufgabe für den gesamten Rest des Lebens.

In diesem Sinne wünsche ich Dir, dass Dein echtes Leben möglichst bald beginnt und freue mich darauf, Dich demnächst auf dem leeren Parkplatz zu begrüßen! ?

#### 4 Spirituelle Anarchie Teil 3: Wieso bei lebendigem Leib Sterben doch das Geilste ist, wo gibt!



Nachdem ich in den beiden ersten Teilen dieser Artikel-Reihe ziemlich deutlich den destruktiven Charakter des Erwachens hervor gehoben habe, möchte ich im dritten und voraussichtlich letzten Teil die folgende, berechtigte Frage erörtern:

Wieso soll man denn nun diese anstrengende, selbst-zerstörerisches Scheiße überhaupt machen, wenn sie einem nicht immerwährende Glückseligkeit schenkt?!

Zunächst mal: Du sollst gar nix. Mach einfach was Du willst. Genauer gesagt: Wenn Du mit Deinem Leben, so wie es ist, einigermaßen zufrieden bist dann vergiss das mit der Wahrheit, mit dem Erwachen möglichst schnell wieder und hab um Himmels Willen einfach ein schönes Leben! Das ist mein voller Ernst!

Bei lebendigem Leibe zu Sterben ist mit großer Wahrscheinlichkeit nicht Jedermann's Sache- und es ist auch absolut nicht notwendig. Denn: In letzter Konsequenz steuert jedes Leben ohnehin aufs Erwachen, aufs Erreichen von Nirvana zu. Remember: Nirvana bedeutet Auslöschung. Womit endet nochmal das Leben? Ach, genau: Mit dem Tod- was nichts

anderes als die totale Auslöschung bedeutet. In New-Age- Sprech übersetzt kann man natürlich auch sagen: Du kehrst dann zurück zum Ursprung, zur Quelle allen Seins (Woooooow!).

Nee, nix wow, soo irre aufregend is das nämlich gar nicht- und auf keinen Fall spannender, als am Leben zu sein. Glaubste nicht? Prima, dann zück ich doch gerne meine Stecknadel um Deine Seifenblase kaputt zu machen: Stippvisiten dort, bei der ominösen 'Quelle' machst Du jede Nacht, während des Tiefschlafs. Is jetzt nicht soo ein spannender Zustand, oder? Auch für den eher wahrscheinlichen Fall, dass Du keinerlei Erinnerungen daran hast: Es kommt durchaus vor- z.B, ab und zu bei sehr intensiv Meditierenden, dass sie während des Tiefschlafs bewusst sind. Hab ich auch schon ein paar Mal erlebt- und was soll ich sagen? Es ist genauso, wie es sich auch für Dich retrospektiv anfühlt. Da ist einfach nichts- außer eben Bewusstsein, ohne dass sich darin irgendwas ereignet. Und womöglich ist Tiefschlaf noch eine Art Disneyworld der Unterhaltung im Vergleich dazu, tot zu sein. (Wie es ist, tot zu sein, vermag ich natürlich nicht mit absoluter Gewissheit zu sagen- ich war in diesem Leben noch nicht tot- sorry!)

Nun kann man also einerseits sagen, diese ganzen Qualen auf sich zu nehmen, um vorzugreifen, etwas früher, als vor dem Ableben klar zu kriegen, sei sinnlos, weil es ja ohnehin spätestens mit dem Tod quasi frei Haus geliefert wird.

Dann erzählt diese Egobuster-Tante noch in epischer Breite, wie schmerzhaft und anstrengend die Aufwacherei ist- wozu also der ganze Scheiß? Warum nicht einfach sein Leben leben, so wie es ist und Nirvana dann mit dem Tod erreichen? Ganz ehrlich: Ich bin die Letzte, die damit ein Problem hat, wenn das Leute so halten. Ich würde sogar sagen: Wenn Du nicht absolut und zweifelsfrei den Drang nach Wahrheit verspürst- wenn Du nicht absolut und ohne jeden Zweifel einfach aufwachen MUSST- aus einem inneren Drang heraus- dann solltest Du es unbedingt lassen! In dem Fall nimm bitte die blaue?rote?welche? Pille und geh zurück in die Matrix. Wenn Du den unbezwingbaren Drang aufzuwachen verspürst indes, ist es nur eine Frage der Zeit (die es nebenbei bemerkt auch nicht gibt), bis das auch passieren wird.

Und wenn es passiert, wenn der Prozess in vollem Gang ist- ja, dann wirst Du wissen, dass es gut ist. Du wirst täglich gefühlte Tonnen an Gepäck verlieren- auch wenn die Ablösung so schmerzt, als würdest Du Dir Körperteile selbst, ohne Narkose amputieren, wirst Du jeweils nach einer solchen Amputation wunderschöne Plateaus erreichen. Orte, wo die Aussicht einfach spitzenmäßig ist- und dann geht der Wahnsinn von vorne los- die nächste Tür kündigt sich wie ein Donnerrollen an. Und dann das nächste Plateau, dessen Aussicht, dessen Früchte alles bisher gekannte in



den Schatten stellen. Und so geht das immer weiter- seek& destroy und danach enjoy und dann wieder von vorne. Und wie in so nem ollen Computerspiel, ist immer der nächste Felsblock/Gegner- die nächste Tür, die bislang schwerste. Du wächst- bzw. schrumpfst, je nachdem, wie man es sehen will- an Deinen Aufgaben. Bis Alles/Nichts übrig ist und Du, wie Jed es sagt 'done' also 'durch' bist. Fertig. Obwohl es dieses 'Fertig' im eigentlichen Sinne nicht gibt, gibt es auch -wieder wie bei nem ollen Computerspiel- quasi erreichte Levels, wo dann 'Zwischengespeichert' wird. Ich nenne das Points of no Return. Also, wenn Du z.B. vollumfänglich gerallt hast, dass es einfach (für 'Dich') nichts außerhalb von Bewusstsein gibt oder geben kann und deshalb, schon rein der Logik halber- alles Bewusstsein IST- wenn Dir diese klare Einsicht- Heureka!- in Mark und Bein übergeht. Der Moment, in dem Du das vollumfänglich rallst- das ist ein Point of no Return. Danach kannst Du nie wieder über einen längeren Zeitraum den Traum allzu ernst nehmen. Geht einfach nicht mehr. Umgekehrt gesagt: Wenn's noch geht, dann hast Du diesen Punkt noch nicht überschritten. So einfach ist das. Null und Eins, bzw. Keins. Du ( ja ungenau- egal) wechselst beim Passieren eines solchen Points of no return auf ne Art die Seiten (ja, ich weiß- Nondualität und Seiten-harr, harr, zwinker, Sie wissen schon) und das ist Irreversibel. Wobei letzteres wiederum nicht ausschließt, dass nicht auch 'post-awakening' ego-assozierte Probleme auftauchen können! Ich glaube Scott Kiloby ist es, der sagt: 'It can take years to lose the second shoe.' Das sagt aber nichts über den Umstand aus, dass der erste in der Tat bereits verloren wurde...

Zurück zu der Tiefschlaf-Metapher, denn die ist noch für einen weiteren Punkt nützlich: So wie Tiefschlaf Bewusstsein ohne Ereignisse/Leben/Welt ist, ist der 'Wachzustand' eine Voll-Immersion – allerdings tragen wir im Wachzustand eine Art Brille, durch die wir die Welt filtern- diese Brille nennt sich Ego. Ich habe so das Bild von Ego, dass es wie eine Filterfunktion wirkt- Ego steht zwischen 'reinem Bewusstsein' (unendlich, merkmalsfrei,) und der (inneren Bewusstseins-)Welt. Nimm Ego raus aus der Gleichung- indem Du es, die Brille, als das, was es ist erkennst und durch-schaust (sic!). Und Zack- alles ist genau wie vorher- und zugleich völlig anders- denn Du bist weg. Puff. Und immer noch da! Huch. Vielleicht illustriert es diese kleine Metapher ganz gut: Hast Du als Kind einen Lieblingsfilm oder Buch gehabt? Und, hast Du dieses Buch, diesen Film, Jahre oder noch besser Jahrzehnte später nochmal angeguckt und dabei Dich vielleicht gewundert, wie Dir die böse Hexe damals solche Angst machen konnte? Weshalb Dich Held XY damals so tief beeindruckte und Dir heute wie ein Hanswurst vorkommt? So ähnlich ist das, was ich meine,

wenn ich sage: alles ist genau wie vorher und zugleich völlig anders. Dein Lieblingsfilm wurde nicht inzwischen neu geschnitten- Du hast Dich so grundlegend verändert, dass der gleiche Film völlig anders auf Dich wirkt. Alles anders- alles gleich.

'Schaffst Du Dein Ego ab' um das ganz salopp zu sagen (weil es nichts abzuschaffen gibt- nur etwas zu sehen und zu durchschauen), fällt sozusagen die Trennscheibe weg. So war danach bei 'mir' eine Phase in der es doch noch zwei gab- Bewusstsein und Bewusstseinsinhalte- der berühmt-berüchtigte 'Zeuge'-Zustand- und dann fiel das auch weg. Und dann war da -Bam- Vollkontakt mit Leben- bzw. genau gesagt einfach Leben. Zack. Unmittelbar, total. Und so ist es geblieben. Und zwar insofern, dass sich Bewusstsein auch den unbewusstesten und verkrampftesten Zuständen- z.B. wenn da hier& da doch mal die Person/Ego/Selbst aktiv ist- bewusst ist. Und dabei Bewusstsein immer unendlich, unberührt, merkmalsfrei- rein- bleibt. Was sollte es auch sonst tun- es kann nicht anders.

'Es tat' auch 'vorher' nie was anderes- nur war 'Dir' das 'damals' nicht klar- weil du Dich ja für die Sockenpuppe, statt für den, der sie spielt hieltst. Obwohl Du natürlich das alles- und zugleich auch nichts bist... Dieses lebendige, dieses freie Fließen ohne Begrenzung, ohne Zentrum, ohne Regeln, ohne Angst- dieses kristallklare Sein- das ist erwacht sein. Das ändert aber nicht zwingend etwas an der Programmauswahl. Andere Metapher: Kino.

Im 'spirituellen Tiefschlaf' könnte man sagen, bist Du eine Figur auf der Leinwand und hast sogar vergessen, dass Du nur ein Schauspieler bist, der eine Rolle in einem Film spielt. Hin und wieder- besonders beim Rollenwechsel, z.B. von Mutter zu was-immer-Dein-Beruf-ist, oder von Autofahrer zu Fussgänger- gibt es kurze Momente, wo es Dir wenigstens ansatzweise auffällt. Während des Erwachens wird Dir nach und nach (mitunter auch mit einigen 'Rückfällen' verbunden) klar, dass Du nur eine Rolle spielst gar nicht zum Film gehörst, sondern im Zuschauerraum sitzt Du eigentlich die Leinwand bist, auf die der Film projiziert wird Du zugleich Figur, Schauspieler, Drehbuchautor, Regisseur, Zuschauer, die Kinositze, die Leinwand, der Projektor, das ganze verdammte Kino, also: ALLES bist- und ebenso Nichts.

Diese 'Basis', die im eigentlichen Sinne keine ist als permanente Lebensrealität zu erleben hat etliche, äußerst erfreuliche Nebenwirkungen. Alles was geschieht, wird völlig ungetrübt wahrgenommen und erlebt. Auch Trübsinn. Cherry-picking hat ein Ende und wird von radikaler Akzeptanz abgelöst. Bevor Du jetzt denkst: Ha! Na also, jetzt fängtse doch an mit

schwurbeligem Eso-Gelaber, ich mach gleich mal ein Räucherstäbchen anweit gefehlt. Zur Illustration:

Kurze Zeit bevor 'ich' erwachte, starb mein heiß geliebter Kater und Gefährte Loki ganz urplötzlich an einer Lungenembolie. Ich saß direkt daneben. Es war ein Riesendrama. Ich weiß es noch wie gestern. Ich habe eine ganze Woche durchgeheult, ich konnte es nicht fassen. Ich war verzweifelt, wütend, hab das Schicksal verflucht- das volle Programm. Der Schmerz war kaum auszuhalten. Scharf, beißend, stechend- Höllenqualen. Untröstlich war ich- und dankbar wurde jeder Strohhalm wohlfeiler Worte mitfühlender Freunde angenommen.

Etwas mehr als ein Jahr später, am 10. März diesen Jahres, starb meine Mama an einer Lungenembolie. Völlig klar: ein noch herberer Verlust als ein Haustier. Auch völlig klar: Ein sehr trauriges Ereignis. Allerdings mit dem 'kleinen' Unterschied, dass 'ich' inzwischen erwacht war. Meine liebe Mama war vorher Nichts und zugleich Alles und ebenso als Etwas im Bewusstseinstraum 'unterwegs'. Was also ist da nun gegangen? Was wurde verloren und von wem?

Nichts. Nichts wurde verloren, nichts ist gegangen- nirgendwohin. Und trotzdem kann da Trauer sein. Und trotz der Trauer ist da auch Gleichmut- die innere Hängematte. Die Sicherheit, das Wissen, dass eh alles eins ist und das hier nur ein Traum. Und die Freude, wie gut 'sie' ihr Spiel hier gemacht hat. Die Liebe und Dankbarkeit dafür, das erlebt zu haben. Und die Gewissheit als unendliches Nichts, als Bewusstsein das alles, auch den größten Schmerz und die traurigste Trauer völlig unbeschadet und unbelastet durchfühlen und erleben zu können. Einfach nur der 'Raum' für das alles zu sein- eine Art emotionaler Blitzableiter. Das erleichtert und vereinfacht das Da-Sein insbesondere in so einer 'schweren' Zeit ganz enorm. Es ist schon fast ungeheuerlich, der Unterschied im Erleben, im Vergleich zu damals, als mein Kater starb. Und das hat nicht im Geringsten etwas damit zu tun, dass ich meinen Kater meiner lieben Mama vorziehen würde- bewahre. Es hat etwas mit diesem Wach-Sein zu tun. Damit, im Moment zu sein- egal wie traurig er sein mag. Radikal akzeptierend zu sein und nahezu keine selbstgestrickten Story-Gedanken mehr zu haben- und absolut keinen Story-Gedanken, so sie denn doch mal auftauchen, zu glauben. Nichts mehr festhalten zu wollen oder können. Eine Kontraktion schon im Ansatz zu bemerken, zu durchschauen- und weg ist sie.

So beschrieb ich das vor knapp drei Wochen, als alles noch frischer war:  
*'was anders ist: ich kann mich nicht drumwickeln. da kontrahiert nix, da*

*klammert nix, sticht nix, schneidet nix. irgendwas wallt auf, tut kurz weh, intensiv, da ist weinen oder auch nicht (deutlich weniger als bei meinem*

*kater- so unerhört das klingen mag)- und dann puff, ist es raus aus dem system. one big letting go.*

*also, genau das ist so schwer in worte zu fassen- denn es ist nicht so, dass ich drüber stehe oder so ein quatsch- aber ich verzweifle auch nicht. selbst wenn da kurz verzweiflung ist, flutscht die halt so durch, durch das nichts, was ich bin.*

*kriegs nicht besser ausgedrückt. alles was ich sagen kann ist: wenn ich noch zweifel daran gehabt hätte 'wach' zu sein, wären sie spätestens seit vorletztem donnerstag weg.'*

Jetzt würde ich sagen: Man steht nicht drüber- man steht überall drum herum und ist zugleich mit dem um was man herum steht identisch. Und da sich das alles permanent wandelt, ist es ein Wahnsinns-Ritt- ohne Ross und Reiter- wird nie langweilig- aber auch nicht mehr 'todernst'. Nicht mal mehr der Tod ist todernst. Er ist ein Gefährte- mein ständiger, treuer Begleiter. Und das, lieber lesender Mensch, ist all die Mühen und Qualen des Erwachens wert. Auch wenn 'ich' ohnehin keine andere Wahl hatte, weil sich das niemand 'selbst' aussucht- oder vielleicht sogar gerade deshalb, bin ich dankbar für dieses unermesslich wertvolle Geschenk.

Ich hoffe, dass ich mit diesem Teil das Gesamtbild des 'Erwachens-Paketes' einigermaßen vervollständigen konnte.

Wir sehen uns auf der anderen Seite! Wenn Du Jemand brauchst, der Dir hilft Dein Gepäck aufzugeben, kannst Du Dich gern bei mir melden.

Natürlich auch, wenn Du gern einen Kommentar hinterlassen möchtest.

## 5 Bonus Tracks



### 5.1 MEINUNG und WILLE

Egobuster·Monday, November 14, 2016 on Facebook

Dein Recht auf freie Meinungsäußerung beinhaltet nicht meine Verpflichtung, Dir zuzuhören! (D)eine Meinung ist einfach nur das- (D)eine Meinung. Sie ist in keinster Weise dazu geeignet, eine Handlungsanweisung für mich oder sonst irgendwen zu sein. Es ist nur eine Meinung. Eine unter mindestens 7 Milliarden- denn jeder Mensch hat deutlich mehr als nur eine Meinung! Mit anderen Worten: Jede Meinung ist lediglich ein beurteilender Gedanke, ohne jedwede Substanz, ohne jedwede Handlungsimplikation. Trotzdem ist es in der Regel leider so, dass fast immer, wenn irgendwer

irgendeine Meinung kundtut, derjenige, bewusst oder unbewusst erwartet, dass sich dadurch das Verhalten anderer Menschen ändert. Tatsächlich gibt es aber zwischen den beiden Dingen (Meinungsäußerung und Verhaltensbeeinflussung) gar keine Verbindung- das glauben wir nur. Denn das Problem ist, dass die allermeisten Menschen dazu neigen, ihre Gedanken zu glauben. Und je stärker oder intensiver sich eine ihrer Meinungen anfühlt, umso wahrscheinlicher ist es in die Falle zu tappen, zu denken, dass diese Meinung richtig sei. Wobei richtig nahezu identisch mit 'wahr' aufgefasst wird. Dabei ist Intensität, wenn überhaupt nur ein äußerst schwaches Entscheidungskriterium für die Frage, ob etwas wahr ist oder nicht, oder real oder nicht. Wenn man sich mit dem Messer in den Finger schneidet, ist das deutlich intensiver, als den schwachen Geruch von Kuchen, den jemand in der Nachbarschaft backt zu riechen. Nur, sagt dieser Unterschied an Intensität irgendetwas darüber aus, welche der beiden Erfahrungen 'realer' ist? Schau Dir das mal genau an! Beobachte Dich selbst vielleicht beim nächsten Mal, wenn Du Deine Meinung kundtust und Dein Gegenüber gegenteiliger Meinung ist. Kannst Du das einfach so stehen lassen? Oder fühlst Du den Drang, Dein Gegenüber von Deiner Meinung zu überzeugen? Ist da ein Wille in Dir, den anderen dazu zu bringen, sich konform zu Deiner Meinung zu verhalten? Wirst Du Dir all der Zutaten gewahr, die in dem so harmlos erscheinenden Meinungspaket enthalten sind? Sind bei Dir Faktoren, wie dem andern Deinen Willen, Deine Meinung aufzwingen zu wollen? Schau Dir das sehr genau an! Kannst Du etwas dagegen unternehmen? Theoretisch ja. Vielleicht hast Du ja Lust ein paar der folgenden Tipps mal auszuprobieren: Versuche zunächst mal Deine und die Meinung anderer als das zu sehen, was sie wirklich sind. Inwieweit verändert das alleine vielleicht schon Deine Art zu kommunizieren? Versuche mal, Deine Meinung überhaupt nicht auszusprechen. In welchen Fällen geht das- und in welchen nicht? Wenn Du auf jemand triffst, der eine andere Meinung hat als Du: Wie wär's dann einfach mal damit zu sagen: Wir sind unterschiedlicher Meinung. Und dann weiter nichts dazu sagen. Schau Dir an, was als nächstes geschieht, wenn irgendwas geschieht... Wenn Du Dich in einer Situation wiederfindest, in der jemand versucht, Dir seinen Willen gemäß seiner Meinung aufzuzwingen, versuche zunächst mal auf das hinzuweisen, was du hier gerade gelesen hast. Schau Dir an, was passiert... Wenn das nicht hilft: Verlasse die Situation einfach bzw. beende sie. Schau Dir an, was dann passiert, sofern überhaupt irgendwas passiert... Fazit: All das hier gesagte gilt natürlich für einen selbst und für alle sogenannten anderen wechselseitig. Daraus folgt, unabhängig davon, wer den Kampf ums Recht haben und dem andern seinen Willen aufzwingen nun angefangen haben mag, es an einem gewissen Punkt dazu kommt, dass

beide Parteien genau das hier beschriebene machen werden. Sofern nicht mindestens einer von beiden damit aufhört, was in der Regel nicht passiert. Das ist die Wurzel aller Konflikte und die Maschinerie, die diese bis in alle Ewigkeit am Laufen hält. Das muss aber nicht so sein. Du darfst Dich aus solchen bescheuerten Debatten heraus halten oder auch aufhören damit, Dich zu beteiligen. Du hast das Recht dazu, ohne jedwede Vorwarnung oder diesbezügliche Erklärung, diese Idiotie zu beenden. Du darfst solcherlei 'Unterhaltungen' jederzeit beenden. Solche Situationen verlassen. Geh da einfach weg. Und wenn sich das in Deinem Wohnzimmer oder sonstwo stattfindet, wo Du Hausrecht hast- setz den seltsamen Besuch halt einfach vor die Tür. Niemand zwingt Dich dazu, Dir sowas reinzuziehen- außer vielleicht Du selbst! Befreie Dich davon und zugleich befreist Du auch andere davon. Viel Erfolg!

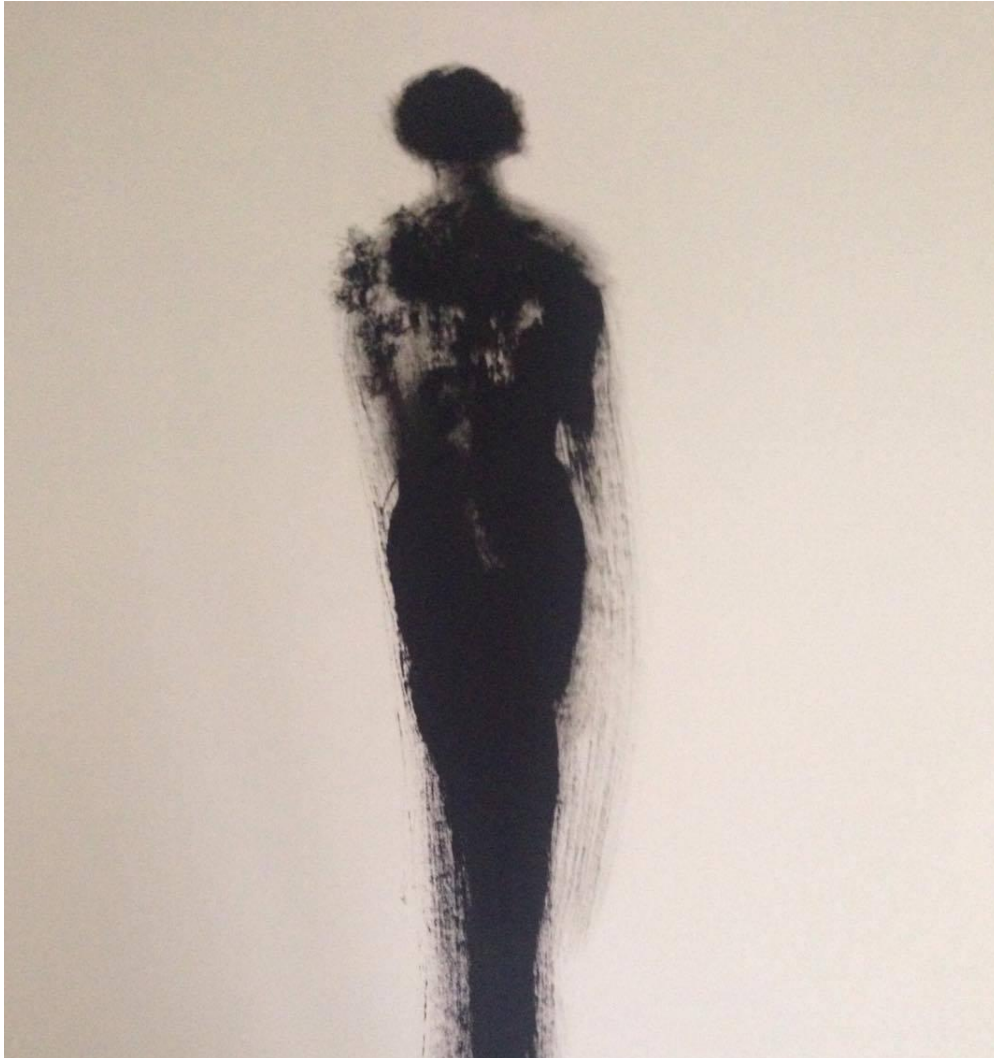
Dein Recht auf freie Meinungsäußerung beinhaltet nicht meine Verpflichtung, Dir zuzuhören! (D)eine Meinung ist einfach nur das- (D)eine Meinung. Sie ist in keinsten Weise dazu geeignet, eine Handlungsanweisung für mich oder sonst irgendwen zu sein. Es ist nur eine Meinung. Eine unter mindestens 7 Milliarden- denn jeder Mensch hat deutlich mehr als nur eine Meinung! Mit anderen Worten: Jede Meinung ist lediglich ein beurteilender Gedanke, ohne jedwede Substanz, ohne jedwede Handlungsimplikation. Trotzdem ist es in der Regel leider so, dass fast immer, wenn irgendwer irgendeine Meinung kundtut, derjenige, bewusst oder unbewusst erwartet, dass sich dadurch das Verhalten anderer Menschen ändert. Tatsächlich gibt es aber zwischen den beiden Dingen (Meinungsäußerung und Verhaltensbeeinflussung) gar keine Verbindung- das glauben wir nur. Denn das Problem ist, dass die allermeisten Menschen dazu neigen, ihre Gedanken zu glauben. Und je stärker oder intensiver sich eine ihrer Meinungen anfühlt, umso wahrscheinlicher ist es in die Falle zu tappen, zu denken, dass diese Meinung richtig sei. Wobei richtig nahezu identisch mit 'wahr' aufgefasst wird. Dabei ist Intensität, wenn überhaupt nur ein äußerst schwaches Entscheidungskriterium für die Frage, ob etwas wahr ist oder nicht, oder real oder nicht. Wenn man sich mit dem Messer in den Finger schneidet, ist das deutlich intensiver, als den schwachen Geruch von Kuchen, den jemand in der Nachbarschaft backt zu riechen. Nur, sagt dieser Unterschied an Intensität irgendetwas darüber aus, welche der beiden Erfahrungen 'realer' ist? Schau Dir das mal genau an! Beobachte Dich selbst vielleicht beim nächsten Mal, wenn Du Deine Meinung kundtust und Dein Gegenüber gegenteiliger Meinung ist. Kannst Du das einfach so stehen lassen? Oder fühlst Du den Drang, Dein Gegenüber von Deiner Meinung zu überzeugen? Ist da ein Wille in Dir, den anderen dazu zu bringen, sich konform zu Deiner Meinung zu verhalten? Wirst Du Dir all der Zutaten

gewahr, die in dem so harmlos erscheinenden Meinungspaket enthalten sind? Sind bei Dir Faktoren, wie dem andern Deinen Willen, Deine Meinung aufzwingen zu wollen? Schau Dir das sehr genau an! Kannst Du etwas dagegen unternehmen? Theoretisch ja. Vielleicht hast Du ja Lust ein paar der folgenden Tipps mal auszuprobieren: Versuche zunächst mal Deine und die Meinung anderer als das zu sehen, was sie wirklich sind. Inwieweit verändert das alleine vielleicht schon Deine Art zu kommunizieren? Versuche mal, Deine Meinung überhaupt nicht auszusprechen. In welchen Fällen geht das- und in welchen nicht? Wenn Du auf jemand triffst, der eine andere Meinung hat als Du: Wie wär's dann einfach mal damit zu sagen: Wir sind unterschiedlicher Meinung. Und dann weiter nichts dazu sagen. Schau Dir an, was als nächstes geschieht, wenn irgendwas geschieht... Wenn Du Dich in einer Situation wiederfindest, in der jemand versucht, Dir seinen Willen gemäß seiner Meinung aufzuzwingen, versuche zunächst mal auf das hinzuweisen, was du hier gerade gelesen hast. Schau Dir an, was passiert... Wenn das nicht hilft: Verlasse die Situation einfach bzw. beende sie. Schau Dir an, was dann passiert, sofern überhaupt irgendwas passiert...

Fazit: All das hier gesagte gilt natürlich für einen selbst und für alle sogenannten anderen wechselseitig. Daraus folgt, unabhängig davon, wer den Kampf ums Recht haben und dem andern seinen Willen aufzwingen nun angefangen haben mag, es an einem gewissen Punkt dazu kommt, dass beide Parteien genau das hier beschriebene machen werden. Sofern nicht mindestens einer von beiden damit aufhört, was in der Regel nicht passiert. Das ist die Wurzel aller Konflikte und die Maschinerie, die diese bis in alle Ewigkeit am Laufen hält. Das muss aber nicht so sein. Du darfst Dich aus solchen bescheuerten Debatten heraus halten oder auch aufhören damit, Dich zu beteiligen. Du hast das Recht dazu, ohne jedwede Vorwarnung oder diesbezügliche Erklärung, diese Idiotie zu beenden. Du darfst solcherlei 'Unterhaltungen' jederzeit beenden. Solche Situationen verlassen. Geh da einfach weg. Und wenn sich das in Deinem Wohnzimmer oder sonstewo stattfindet, wo Du Hausrecht hast- setz den seltsamen Besuch halt einfach vor die Tür. Niemand zwingt Dich dazu, Dir sowas reinzuziehen- außer vielleicht Du selbst! Befreie Dich davon und zugleich befreist Du auch andere davon. Viel Erfolg!



## 5.2 KONTEMPLATIONEN



Egobuster·Friday, November 4, 2016 on Facebook

Im Folgenden eine lose Sammlung von Denk/Fühl/Sinnier-Anstößen für Dich. Vielleicht hilft die eine oder andere Betrachtung Dir dabei, Dich daran zu erinnern, wer bzw. was Du in Wahrheit bist...

- Achte auf den nächsten Gedanken. Frag danach, ob Du ihn glaubst. Vermutlich wird eine Antwort in Form eines Gedanken erscheinen. Wenn Du ihn glaubst, frage wieso Du ihn glaubst. Höchstwahrscheinlich kommt als Antwort wieder ein neuer Gedanke.

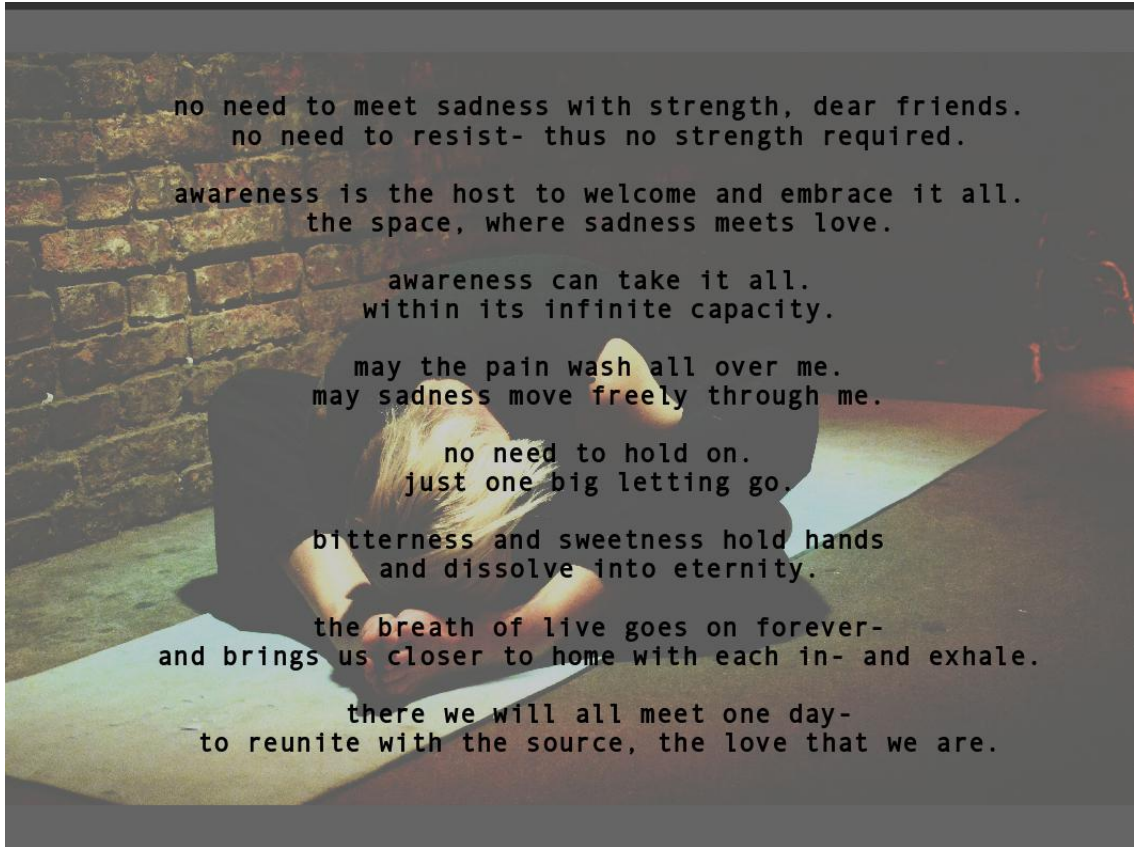
Fahre so fort, bis Dir klar wird (nicht vom Verstand her, sondern WIRKLICH klar), dass Denken ein in sich geschlossener Kreislauf ist. Was sagt das über den Wahrheitsgehalt von Gedanken aus?

- Suche nach einem Deiner am meisten geliebten Glaubenssätze oder Annahmen. Mach das gleiche damit, wie in der Betrachtung zuvor.
- Wann immer Du das Gefühl hast, Urheber, Autor, Akteur Deiner Handlungen zu sein: Schaue gründlich nach, wo genau dieser Autor, Akteur, Urheber- 'ich'- eigentlich ist. Kannst Du ihn finden? Kannst Du Dein 'ich' klar umrissen verorten? Kannst Du es anfassen? Kannst Du es sehen? Sei gründlich und genau. Gebe Dich nicht mit Oberflächlichkeiten (ich=Körper, ich=Name etc.) zufrieden. Starte eine rigorose Suche nach Dir selbst! Es genügt nicht, zu glauben, es gäbe Dich nicht. Du musst selbst zu der unumstößlichen Überzeugung gelangen. Das geht nur, indem Du es wirklich für Dich selbst überprüfst- Dein 'ich' suchst und es wieder und wieder nicht findest. Also: Wo und was genau ist 'ich'?
- Gib Deinem 'ich' Urlaub. Nimm Dir ein paar Stunden Zeit, in der Du nichts besonderes vorhast. Ein Spaziergang ohne bestimmtes Ziel, am besten in einer relativ unbekanntem Umgebung ist eine gute Möglichkeit. Du kannst aber auch zu Hause bleiben dafür. Lass Dich 'fernsteuern'. Nimm Dir nichts vor zu tun. Warte stattdessen auf Impulse. Schon sich die Nase zu jucken geschieht, wenn Du darauf mal achtest, ohne Gedanken, ohne bewussten Entschluss. Schau Dir offen und interessiert dabei zu, was die 'Fernsteuerung' mit Dir macht. Bringt sie Dich an einen bislang unentdeckten Ort in einem Park? Fühlt sich alles viel unangestregter an, als sonst? Findest Du dabei ein Buch wieder, was jahrelang hinter der Kommode lag? Fügen sich Ereignisse nahtlos zusammen- oder ist alles so, wie sonst? Lass Dich überraschen! Genieße das Gefühl, nichts selbst tun zu müssen, während dennoch Dinge geschehen. War in der Zeit irgendwas wie ein 'ich' nötig oder zu spüren? Wie ging's Dir ohne Dich?
- Spiele Ja-Sager. Für einen gewissen Zeitraum- vielleicht 1 Stunde- vielleicht ein ganzer Tag? Nimm Dir vor zu allem Ja zu sagen. Ellenbogen gestoßen? Sag Ja zum Schmerz. Chef drückt Dir Extra-Arbeit kurz vor Feierabend auf? Sag Ja zur Überforderung! Tasse Tee? Sag Ja! Bus verpasst? Ja! usw. Schau Dir an, wie sich das anfühlt, was es mit Dir macht. Achte darauf, wozu es Dir leicht fällt, Ja zu sagen und wo es nahezu unmöglich ist, Ja zu sagen und es auch

zu 100% genau so zu meinen. Achtung: Zu etwas Ja zu sagen, heißt nicht zwingend, dass man es gut finden muss- auch zum angepisst sein kannst Du Ja sagen. Explore!

- Memento mori: Verbringe einen gewissen Zeitraum mit der Hypothese, dass alles (!!!) was Du tust nur dazu da ist, Dich von Deiner eigenen Sterblichkeit (Non-Existenz, Unbedeutsamkeit, ...) abzulenken. Richtig ätzender Auftrag, ich weiß. Aber vertrau mir an der Stelle bitte und probier's einfach aus, ja?
- BAM!

### 5.3 Meme





## **Jemand daheim?**

**Sagen sagt was Denken denkt,  
während keiner die Prozesse lenkt.**

**Sehen sieht und Hören hört,  
während fühlen Gefühle heraufbeschwört.**

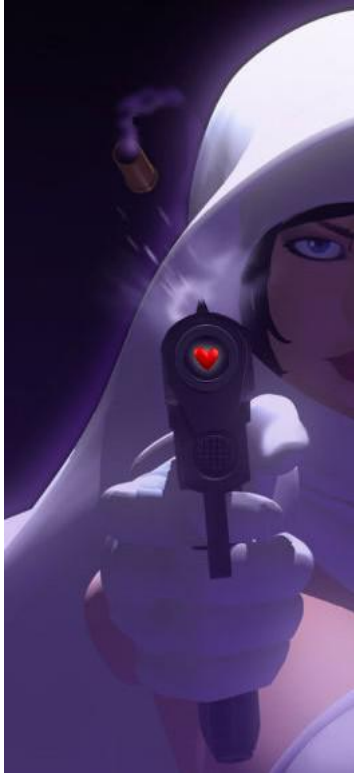
**Jemand zuhause? Hallt Rufen ins All-  
glaub eher nicht- aber ist auch egal...**



**I didn't  
change-  
I just woke  
up!**



## 5.4 Danke- für ALLES!



Egobuster·Saturday, October 22, 2016 on Facebook

Egobuster gibt es seit etwas mehr als einem Jahr- sowohl als Website (egobuster.net), als auch als FB-Page- natürlich vor allem mit 'real-life' Angeboten, meinem Hauptanliegen- und demnächst wohl auch mit nem eigenen Youtube-Kanal.

Gerade habe ich gesehen, dass die FB-Page inzwischen 222 Likes hat- da dachte ich, es ist dringend an der Zeit mal Danke zu sagen- für Alles! Also herzlichen Dank fürs Liken und auch Disliken, fürs Lesen und auch nicht-lesen, für Eure Feedbacks, ob nun positiv, negativ oder irgendwas dazwischen- und natürlich auch fürs blockieren, ignorieren, hochjubeln, runterbashen u.v.m.

Die Vielfalt an zum Teil völlig widersprüchlichen Reaktionen, Zuschreibungen, Interpretationen und Projektionen, die mir im letzten Jahr angetragen wurden, ist ein äußerst spannendes Phänomen. Ich bin mir dabei ziemlich sicher, dass es nicht was mit 'mehr Bekanntheit' zu tun haben kann, weil ich im Lauf dieses Lebens immer etwa einer

gleichbleibenden Anzahl von Menschen bekannt war (nur halt in verschiedenen Zusammenhängen)- und noch nie waren die Reaktionen so unterschiedlich, wie im letzten Jahr. Hier eine Auswahl: “Du bist:

- viel zu bescheiden
- total eingebildet
- wunderschön
- potthässlich
- Nazi
- Linksextrem
- höchstens 16
- eine, die ihren Zenith längst überschritten hat
- geil
- unbefriedigt
- ein Engel
- eine Fotze
- total irre/bescheuert/verwirrt/verrückt
- super klar/straight/direkt
- zynisch
- ein Gutmensch.”

“Diese Worte/dieser Text sind:

- Das beste was ich je zu dem Thema gelesen habe
- hohles Nachgeplapper ohne echte eigene Erfahrung
- eine reine Kopfgeburt
- echte Weisheit/Wahrheit/Dharma
- völliger Unsinn



- total logisch
- in Konzepten verhaftet
- ein Beispiel für liederliches Denken
- eine messerscharfe Analyse
- ein großes Lesevergnügen
- viel zu lang und auch viel zu viele Wiederholungen.“

“Es ist:

- Gut, dass das endlich mal jemand anspricht!
- Furchtbar, wie kann man nur so schlecht über . . . . reden!“

Hobbypsychologen und Enneagramm-Freaks sagen (u.a.): “Du bist:

- eine 8!
- eine 2!
- eine 4!
- eine Null!
- eine Narzisstin
- eine Frau mit Sexualstörungen
- ein Opfer
- ein Täter.“

Und jene, die sich ganz sicher sind, weil sie’s halt einfach wissen (!!!)-  
denn was man denkt ist ja bekanntlich wahr, was auch sonst, sagen:

“Wenn man Dich so schreiben/reden hört merkt man wie:

- verkopft
- naiv

- jung
- uralt
- abgefickt
- aufgeklärt
- voller Liebe
- voller Hass
- dumm
- intelligent
- unbedacht
- bedacht
- engstirnig
- weitsichtig
- erwacht
- unerwacht Du bist!”

Fassen wir also zusammen: Ich bin anscheinend ganz schön viel. Vor allem aber inzwischen eine richtig tolle Projektionsfläche. Rein theoretisch könnte man mich also auch prima als Spiegel nutzen- und außer, dass ich mich wirklich von Herzen hiermit für jede einzelne Projektion bedanke, würde ich gern einen Wunsch äußern:

Lass egal was Du auf mich projizierst auf Dich zurück spiegeln und schau, was Du damit bei Dir erwischst! Versteh mich nicht falsch- Du bist natürlich frei, was immer Dir beliebt zu tun! Lieb mich, hass mich, ignoriere mich, blockiere mich, verehere mich- whatever! Das macht für mich keinen Unterschied- aber für Dich macht es definitiv einen! Und das wiederum, ist mir tatsächlich nicht egal. Ich finde es furchtbar schade, wenn Du Deine Zeit& Energie damit verschwendest, Dich im positiven oder negativen an mir abzuarbeiten, wo Du soviel sinnvollerer mit der Energie anstellen könntest. Wie das geht? Ich versuche es aus meiner eigenen Erfahrung zu beschreiben:

Als ich im Prozess des Erwachens steckte, hat mir mein Lehrer Jed McKenna an ein, zwei, vielleicht auch drei neuralgischen Punkten eine

Atombombe ins Ego geschmissen. Was meinstest, was da zuerst mal los war bei mir? Genau! Da war der Impuls auf ihn, Jed, steil zu gehen, abzuhasen, Gegenargumente zu finden- sich richtig schön rein zu verfatzen ins Recht haben, zurück feuern. Ich wollte den Typ einfach abhaken, Scheiße finden- sowieso, was bildet sich dieser Honk überhaupt ein? Ich weiß nichtmal wie der aussieht, mach hier nen Seelenstriptease- und statt mir was einfühlsames zu sagen, haut der Wixer mich einfach! was für'n Arsch, ey!

Ich hatte großes Glück. Denn ich hab es irgendwie hingekriegt, all diesen Zorn des angepieksten Egos eben genau NICHT auf ihn zurückzulenken. Das hat unheimliche Kraft gekostet- es war ja auch mit dem Verlassen altbekannter Muster verbunden. Und ein Kurswechsel kostet immer enorm viel Wille, Kraft, Energie- und Disziplin! Ohne auch nur die geringste Ahnung zu haben, was ich da tue, ob's gelingen wird und was das Produkt sein würde, hab ich folgendes 'gemacht': Ich sah auf einmal klar, dass Wut vor allen Dingen eins ist: richtig viel starke Energie. Ein Flammenwerfer sozusagen. Und diesen Flammenwerfer hab ich unter Aufbietung aller verfügbaren Kräfte irgendwie geschafft von Jed, auf den ich initial damit zielte, abzuwenden und auf mich selbst zu richten. Yo und dann hab ich halt geguckt, was ich mit dem Flammenwerfer bei mir selbst erwische. Und das war so einiges, Holladiewaldfee! Und dann war gut- und ich ihm unendlich dankbar und ein bisschen hab ich mich dann auch geschämt, als ich erkannt hatte, dass das, was er da für mich getan hatte das mitfühlendste war, was er nur hatte tun können für mich, in dem Moment. Ein wahrer Akt der Liebe. Insofern würde ich es Dir von Herzen wünsche, dass Du das auch mal probierst- und es Dir gelingt. (Natürlich nicht, damit Du Dich dann schämst und mir dankbar bist- sondern damit Du bei Dir was erwischst und Dich das weiter bringt, Scherzkeks!) Selbiges gilt natürlich auf ne Art ebenso für positive Zuschreibungen. Danke nicht mir- danke Dir! Sieh nicht mich als weise, gütig, erleuchtet, blablub- sieh, dass das in Dir ist. Es wartet ja nur darauf, endlich von Dir entdeckt zu werden. Also: Schau hin! Nochmals, herzlichen Dank für ALLES- und hier& jetzt fürs Lesen!

In Liebe,  
Egobuster

Spirituelle Anarchie!

Copyright by Egobuster, Verena Fleißner. Berlin, 2016.

All rights reserved.

Bildnachweise:

Cover: Artwork by Sigi Apel Spirituelle Anarchie:

Teil 1 Artwork by Yuri Shwedoff

Teil 2 Szenenbild aus dem Film 'Der Exorzist'

Teil 3 Foto by Seitz, Badische Zeitung, Europa Park bei Nacht

Bonus Tracks:

Meinung und Wille Urheber unbekannt

Kontemplationen Artwork by Sigi Apel

Meme Photos von Egobuster, fotografiert  
von Marianne Kalinowski

Foto Hausruine by Jeger, [www.fotos.sc](http://www.fotos.sc)

Danke- für Alles! Egobuster Logo Artwork by Den Beauvais