



## ***Die Kunst mit dem zu leben - was ist***

*Wir grüßen Euch in Liebe, im Namen des Einen.*

*Ihr alle, habt einen tieferen Wandel erfahren, damit verbunden war auch eine Nejustierung der Ausrichtung könnte man sagen, die seine prozessbedingte Zeit brauchte, um sich zu „etablieren“.*

*In Wahrheit wurdet Ihr alle auf Eure Weise mehr zu Euch zurückgeführt, zu Eurem wahren Platz, der in Euch zuhause ist, doch mit der sich veränderlichen äußeren Realität brauchten einige Ihre Zeit um sich „up to date“ im Jetzt wiederzufinden.*

*Wir werden weiterhin auf essentielle Fragen des Da-Seins eingehen, sowie auf grundlegende kollektive Dynamiken und die Verbundenheit allen Lebens. Nichts bleibt, wie es ist, doch war das letzte Jahr ein Jahr der tiefen, inneren Wandlung und der Fortbewegung auf neue Positionen.*

*In dieser Zeit fand eine tiefere, ja zum Teil gar grundlegende `Neu-Orchestrierung´ statt und gewisse Komponenten und neu erlangtes, umfassenderes Verstehen brauchten seine Zeit um sich zu integrieren und Klarheit darüber zu erlangen, was dieses neue Erkennen im Alltag und im Leben des Einzelnen nun zu bedeuten hat.*

*Es ist wichtig und essentiell die eigene Wahrheit und selbst das eigene Empfinden immer wieder zu prüfen und sich dabei auf nichts auszuruhen.*

*Das Leben ist ein fortschreitender Prozess und nichts bleibt wie es ist und deshalb ist so wichtig und essentiell, dem was ist immer wieder neu und frisch zu begegnen. Seid prüfend durch eigenes Hinsehen und Beobachten und fordert somit eigenes Verstehen und klares Urteilungsvermögen darüber was Euch dient und was nicht – wie könnt Ihr etwas klar einschätzen oder angemessen handeln, wenn Ihr nicht selbst hinsieht, beobachtet, selbst versteht.*

*Solange Ihr Euer Leben auf Antworten anderer aufbaut, könnt Ihr niemals wahrhaft eigenständige und vollständige Wesen sein.*

*Und dabei geht es nicht darum alle Antworten auf die Fragen des Lebens zu kennen, sondern vielmehr um die Kunst mit dem zu leben was ist - wenn Euch etwas nicht klar ist, so betrachtet es als etwas was Ihr ganz einfach noch nicht klar erkannt habt und gebt diesem auch den Raum zu sein, was und wie es ist.*

*Die Wahrheit kann Euch nicht verlassen.*

*Es ist gut und wichtig Fragen zu haben, doch erkennt dass es niemals Antworten an sich sind, die Euch befreien, sondern wahres Verstehen, das nur durch Selbst-Erkenntnis*

erlangt werden kann.

*Es finden große Veränderungen statt, es fegt ein Sturm der Veränderung, der alles was nicht wirklichen Halt hat mit sich reißt und dies führt im kollektiven Erleben auch zu Chaos, Verwirrung und Desorientierung. Besonders für alle diejenigen die sich Ihrer wahren „spirituellen Natur“ nicht gewahr sind, ist dies besonders herausfordernd.*

*Und gerade deshalb möchten wir mit dieser Übermittlung auf den Weg der Meditation hinweisen, der aus unserer Sicht, grundlegend ist, um wahrhaft frei zu sein und einen „klaren Stand“ zu haben.*

*Erst durch klares Gewahrsein ist vollkommene innere Ruhe und damit Balance möglich, was unerlässlich ist um klar und standhaft zu sein, nicht auf eine starre, beharrende Weise, sondern vielmehr auf eine höchst flexible, bewegliche und „anpassungsfähige“ Weise.*

*Viel wurde Euch darüber gesagt was Meditation ist und viele Assoziationen und Bilder bestehen darüber wie Meditation aussieht.*

*Zuallererst möchten wir darauf hinweisen, dass wir unter Meditation keinesfalls Isolation, Entfremdung oder 24Stunden Stillsitzen verstehen und keineswegs geht es dabei darum das Denken vollkommen aufzugeben, sondern es durch Klarheit, Gewahrsein und Erkenntnis da einzusetzen wo es notwendig, wichtig und unerlässlich ist und dort sein zu lassen, wo das Denken niemals die richtige Werkzeug darstellen kann.*

*Erst durch dieses Erkennen und Verstehen, kann Denken auf klare und präzise Weise eingesetzt sein.*

*Aus unserer Sicht ist Meditation die Kunst des wahren, absichtslosen Beobachtens, unabhängig davon was Du tust oder nicht tust und letztendlich keinesfalls an eine bestimmte Technik oder Sitzposition gebunden.*

*Es ist die Kunst der vollkommenen wertfreien Beobachtung dessen was ist, des Tatsächlichen – nicht dessen was Ihr wünscht zu sehen.*

*Erst durch dieses Beobachten kannst Du Dir überhaupt der Strukturen, Muster und Gewohnheiten gewahr sein, die Dich einengen, binden und verhaftet halten und es bedarf Deines Licht, Dein Erkennen um zu wandeln was ist und Neu-Ordnung zu fördern.*

*Wenn Du wütend bist, wird es nur zu Konflikt führen Dich von der Wut befreien zu wollen.*

*Um was es sich auch handelt – Zorn, Frustration, Aufregung, Verzweiflung, Vergnügen, Hilflosigkeit, Schmerz oder Leid – dies vollkommen wertfrei und unvoreingenommen zu betrachten, wahrzunehmen als das was es ist ohne dabei an eine Beschreibung, eine Erinnerung, einen Vergleich oder dem Wort an sich zu haften, beleuchtet auch diese oft verleugneten Gefühle und Empfinden, auf eine vollkommen neue Weise und erst dadurch ist wahres Selbst-Verständnis möglich.*

*Es ist die Kunst des aufmerksamen, wachen Daseins in vollkommener Übereinstimmung mit dem was ist.*

*Erst durch das Gewahrsein darüber wie der Geist funktioniert, reagiert und welche*

*Mechanismen dabei ablaufen, kann wahre Freiheit möglich sein und dieses Erkennen und Verstehen kann niemand anderer für Euch übernehmen.*

*Der menschlich konditionierte Geist strebt nach Glück und danach Leid zu vermeiden, doch gerade dieses Vermeiden, es nicht wahrhaben, annehmen, fühlen wollen, führt unweigerlich dazu, dass es sich mehrt.*

*Kannst Du im Moment das annehmen was ist und so wie Du bist, so bist Du nicht in Reibung und nicht im Widerstand, doch bedarf es dazu eines vollkommen „absichtslosen Geistes“, der in keinster Weise versucht gegen das Bestehende zu kämpfen.*

*Nur so kann sich wahre Ruhe und Stille einstellen – der Grund eines Sees ist nur durch eine stille Wasseroberfläche sichtbar.*

*Um wirklich lebendig zu sein, musst Du vollkommen neu anfangen und Dir vollkommenes `Nicht-Wissen´ erlauben und auf das schauen was ist und wie es ist – fern von Assoziation, Urteil oder Bewertung.*

*Ein Geist der voller Wissen ist und seine eigenen Schlussfolgerungen darüber geschlossen hat wie die Dinge sind und was das Leben ist, kann niemals neu, klar und frisch dem begegnen was ist und fördert so unvermeidlich Leid und beraubt sich seiner Lebendigkeit.*

*Der Weg der Meditation ist aus unserer Sicht der Weg des offenen, beobachtenden, „leeren“ Geistes der sich vollkommenes `Nicht-Wissen´ erlaubt und stets frisch und neu auf das zu schauen weiß, was ist und gleichsam an keinerlei Erfahrung festhält. Jegliche Art von Festhalten führt zu Leid.*

*Nichts bleibt wie es ist, alles ist in steter Bewegung und veränderlich und somit bedarf es eines klaren, aufmerksamen, regen und offenen Geist um wirklich in wahrer Beziehung zu sein, mit dem was ist und zu allem und jedem.*

*Doch solange Du Meditation als etwas einsetzt, um etwas zu bekämpfen oder etwas zu erreichen und sei diese Art von Motivation noch so subtil wirst Du unweigerlich inneren Kampf und Konflikte fördern.*

*Solange Ihr versucht, das was ist - das Leben, Gott, das Universum, das Sein... - gedanklich zu erfassen, werdet Ihr zwar oftmals zu kurzfristigen Ergebnissen oder Schlussfolgerungen gelangen, die in Wahrheit jedoch keinerlei Bestand haben und Euch niemals wirklichem, wahrhaftigen Frieden nahe bringen.*

*Das was ist kann gedanklich nicht erfasst werden, da Gedanken Ihrer Natur nach stets begrenzt sind.*

*Dahinter steht in den meisten Fällen das Streben nach Sicherheit, was jedoch einer der grundlegenden Ursachen von Schmerz, Trennung und Leid ist.*

*Dem was ist immer wieder neu zu begegnen, kann Dich in eine fließende, lebendige Geborgenheit führen, die keinerlei festes gedankliches Konstrukt bedarf um sich sicher zu fühlen.*

*Wahrer Frieden ist jenseits des Wissenden zuhause.*

*Erkennt Ihr, dass jeder Gedanke, jedes Konstrukt, jede Idee Begrenzung beinhaltet? Das was ist kann niemals im gedanklichen Sinne erfasst werden, doch bedeutet das nicht, dass Ihr deshalb nicht verstehen könnt, doch liegt dieses Verstehen jenseits von gedanklichen Vorstellungen.*

*Ihr könnt versuchen „Es“ gedanklich zu erfassen und habt dies immer wieder versucht und viele werden es auch weiterhin tun – beobachtet dies ohne es als gut oder schlecht zu bewerten.*

*Beobachtet Euren Geist, wie er funktioniert und und erkennt diese Versuche, die Motivation hinter den Versuchen, Ihre konflikt- fördernden Auswirkungen und Ihre tatsächliche Begrenztheit.*

*Durch Erkennen findet Neu-Ordnung statt, nicht durch Kampf oder Vermeidung. Der Versuch das was ist gedanklich zu erfassen führt stets zu Widerspruch, Konflikt und Uneinigkeit – beobachtet es.*

*Erst wenn Ihr Euch wieder vollkommenes „Nicht-Wissen“ in einem spirituellen Sinne erlaubt, kann wahres Erkennen und Verstehen stattfinden und dadurch folgerichtiges Handeln erwachsen.*

*Das bedeutet natürlich nicht, dass es darum geht keinerlei Wissen mehr zu haben und zu vergessen wie man Auto fährt, wie man liest, schreibt, rechnet, den Müll runter bringt, Büroarbeiten erledigt – dafür bedarf es Wissen und Denken.*

*Wovon wir sprechen, bezieht sich auf Euer wahres Wesen, Eure wahre Natur, die niemals vom Leben selbst getrennt ist.*

*Erkennt Ihr, dass jedes Mal wenn Ihr Euch als getrennte Einheit wahrnehmt, Ihr Konflikt und Widerspruch erzeugt?*

*Euer wahres Sein offenbart sich vielmehr durch Euer wahres Herzens oder „Selbstgefühl“ und die Gefühle und Bilder die damit verbunden in Eurem Bewusstsein auftauchen mögen, haben Ihre vollkommene Berechtigung, doch solange Ihr daran in irgendeiner Weise anhaftet, erzeugt Ihr unweigerlich Schmerz und Leid.*

*Die verschiedenen Sichtweisen wie Ihr Realität wahrnimmt stehen in engen, untrennbarem Zusammenhang mit Euren geistigen Inhalten und Vorstellungen und eine jede hat Ihre vollkommene Berechtigung, doch bedeutet dies nicht gleichsam, dass es deshalb keine grundlegende Missverständnisse oder Irrtümer geben kann.*

*Solange Unfrieden und Konflikt in Dir herrschen kannst Du davon ausgehen, dass es in Dir auch noch grundlegende Missverständnisse und Irrtümer gibt und Dein Denken sich in Bereiche einmischt, in denen es niemals Antworten finden kann.*

*Indem Moment in dem Du Deine Wahrheit in keinster Weise mehr zu verteidigen, darzulegen, rechtfertigen oder erklären versuchst und damit meinen wir auch nicht auf den unbewussten, tieferen Schichten und wahre innere Einheit und Verbundenheit spürst, bist Du Deiner Wahrheit sehr nahe.*

*Die Wahrheit braucht keine Verteidigung, das was Du bist brauchst keine Verteidigung! Doch bitte verwechsle auch dies nicht mit einem nebulösem, undifferenziertem Dasein das alles gut heißt oder alles über sich ergehen lässt – auf der persönlichen Ebene ist es*

*Dein Recht und Deine Verantwortung gut für Dich zu sorgen und für Deine Bedürfnisse einzustehen.*

*Einer der grundlegenden Probleme im „spirituellen Bereich“ ist die Verwechslung genau dieser Ebenen und die damit einhergehenden Missverständnisse und Verwirrungen. Du kannst nicht gut für Dich sorgen, wenn Du im persönlichen Bereich keinerlei persönlichen Grenzen mehr hast oder diese zu achten weißt.*

*Die Wahrheit, dass alles Liebe ist, alles eins ist und alles aus derselben Quelle stammt, führt bei manchen dazu, dass sie daraus ein gedankliches Konstrukt bauen, die auf einer Vorstellung von Liebe und Einheit gründet und diese auf Ihre interpretierte Weise auf Ihre Realität übersetzen und sich somit auch auf eine gewisse selbstgerechte Weise jegliche Art von Freiheit erlauben, ohne dabei die persönlichen Grenzen anderer zu achten.*

*Dies ist natürlich keinesfalls ein Ausdruck eines erwachten Gewahrseins, das natürlich Grenzen zu achten weiß.*

*Solange Ihr Euch jedoch als getrennte Einheiten seht, ist Kampf unvermeidlich. Doch kann wahre Einheit nicht erdacht sein und es gibt hier einen gewichtigen Unterschied, ob Du wahrlich aus „Deiner“ Einheit heraus lebst oder Dir im wahrsten Sinne des Wortes ein-bildest dies zu tun.*

*Jede Art von wissender Idealvorstellung darüber was Liebe ist, nicht ist, tut oder nicht tut ist ein klares Indiz, dass Du Dir Liebe zu erdenken versuchst, dass Du versuchst Liebe zu kultivieren.*

*Das Motiv dahinter mag ein vermeintlich „Gutes“ sein, doch erkennst Du, dass Liebe niemals in Ihrer wahren Natur erfasst oder gar kategorisiert werden kann? Liebe offenbart sich immer wieder neu, frisch, lebendig und ist an keinerlei Dogma gebunden.*

*Wo die geistigen Schranken, Einigungen und Konstrukte klar erkannt werden, die der Liebe, dem freien Ausdruck im Wege stehen, kann sich offenbaren, was nicht in Worte zu fassen ist.*

*Du musst nichts wissen!*

*Der Glaube daran, dass irgendeine Art von Wissen Dir zu Liebe oder wahren Verstehen verhilft, ist ein grundlegendes Missverständnis und Verstehen geschieht durch Beobachtung und Erkennen.*

*Wissen hat seinen Platz und ist in vielen Bereichen notwendig und wichtig, doch wenn es um Deine wahre Natur geht, ist auch Wissen stets begrenzend und damit trennend und Konflikt fördernd.*

*Kannst Du Dir selbst immer wider neu begegnen, Dich nicht vergleichen mit dem was Du warst?*

*Freiheit ist Freiheit von Bindung und Anhaftung, von all den widersprüchlichen Konstrukten und Vorstellungen über Dich und das Leben selbst und erst dadurch kann sich offenbaren, was nicht in Worten zu beschreiben ist und niemals irgendeinem Muster folgt und mit keiner Technik zu erlangen ist.*

*Erst dann ist es möglich im wahrsten Sinne des Wortes originell, ursprünglich und echt zu sein.*

*Wir wissen, dass das Denken dazu neigt sich in diese überaus wichtige Angelegenheit einzumischen, doch wird auch dies durch wahres Erkennen und Verstehen auf ganz natürliche Weise auf seinen vollkommenen berechtigten Platz in Deinem Leben zugewiesen werden.*

*Das Denken, der Verstand ist überaus wichtig und unerlässlich und es ist eine große Kunst das Denken da einzusetzen wo es gebraucht wird und dort sein zu lassen, wo es keinerlei Relevanz hat und doch mit Herz und Verstand klare, gesunde Entscheidungen treffen zu können.*

*Dies ist der Weg der Meditation, der durch Erkennen Ordnung schafft und dies zuallererst in Dir und erst dadurch kann auch Ordnung im Äußeren geschehen.*

*Wenn Du glaubst erkannt zu haben, ohne dass sich etwas Grundlegendes verändert, hast Du nicht erkannt.*

*Und so möchten wir Euch dazu ermutigen, Euch dem Weg der wahren Meditation zu widmen, denn es ist dieses Erkennen des Gesamtprozesses, der Vorgänge in Euch und ihren Auswirkungen, das Ordnung schafft und Verstehen fördert und damit wahre innere Ruhe, inneren Frieden und Gelassenheit.*

*Dies kann Euch niemand abnehmen – in keinster Weise.*

*Und deshalb bedarf es eines klaren Geistes, der frei ist von Moralvorstellungen, Traditionen, Werten und Überzeugungen in irgendeiner Art.*

*Braucht Ihr Moralvorstellungen, Werte, Regeln oder jemanden der Euch sagt was richtig und falsch ist, um richtig zu handeln?*

*Dafür bedarf aus unserer Sicht nicht mehr als einen gesunden Verstand und natürliche Empathie und diese können sich nur da wahrhaft einstellen, wo Klarheit zuhause ist, frei von fremd bestimmenden Doktrinen.*

*So wie Achtsamkeit die Ur-Natur des Geistes ist, so ist die bedingungslose Liebe die Ur-Natur der Seele und der vollkommene, heile Zustand die Ur-Natur des Körpers.*

*Es gibt keinen Menschen, der niemals achtsam gewesen wäre, es ist Teil des gesunden Geistes wertfreier Beobachter zu sein.*

*Doch könnt Ihr durch Ablenkungen, Ausflüchte und Verleugnung den Geist sehr abstumpfen und dies geschieht vor allem auch durch ein Übermaß an Informationskonsum.*

*Die Kunst ist es, den Geist in seiner wahren Funktion wieder einzusetzen, ihn von allem Übernommenem zu befreien, ohne dabei das Denken zu negieren, das „eine Funktion“ des Geistes ist.*

*Die Kunst des Lauschens, des Hinhörens, des wertfreien Wahrnehmens dessen was ist , der Meditation, ist ein essentieller Schlüssel um frei von Bindung und Anhaftung zu sein,*

*frei von Vergleich, Widerspruch und Konflikt, um der wahren Liebe dadurch Platz zu schaffen.*

*Es liegt an Euch ob Ihr diese Verantwortung für Eure grundlegende geistige, seelische und körperliche Gesundheit übernehmt oder nicht, an niemand anderem! Aufmerksames Da-Sein für das was ist, ist wahre Meditation und Ausdruck wahrer Selbst-Liebe.*

*Wir danken Euch für Eure Aufmerksamkeit!*

*LICHT=LIEBE*



*Namastè*