

Der durch ungewollte Gedanken gesteuerte Geist

Sundari (Isabella Viglietti) - April, 2017

Tags: mind / thoughts

Share Link: <http://www.shiningworld.com/site/satsang/read/3230>

Mike: Gut, der jiva weiß, dass er nur ein Schauspieler in einem Spiel/Film ist, einfach eine Menge von Bildern, die unglaublich schnell ein- und ausflackern und es so scheinen lassen, als würde etwas passieren, was es aber nicht wirklich tut.

Sundari: Okay, Mike, dies ist unser dritter Austausch zu dem Thema deines negativen Denkens, lass uns noch einen letzten Gang machen, um zu sehen, dass deine negativen Gedanken nicht du sind.

Wir haben alle eine Rangfolge von möglichen Gedanken verfügbar, von negativen bis hin zu positiven. Gedanken tauchen in dir auf, haben aber keinen wirklichen Einfluss auf dich, das Gewahrsein. Wenn du dich damit identifizierst, wie auch immer, übernehmen sie die Kontrolle und kontrollieren den Verstand. Sie gehören weder dir, noch stammen sie von dir, weder als Gewahrsein noch als jiva. Sie „gehören“ oder steigen auf aus anfänglicher Ignoranz, maya. So frage dich selbst: Wenn deine Gedanken nicht du sind, sondern Objekte, die von dir erkannt werden, und du wählen kannst, auf sie einzugehen oder nicht, warum dann nicht Gedanken wählen, die Frieden für den Geist bringen?

Gefällt es dir unglücklich zu sein? Ich weiß nicht viel über dich, aber ich schließe aus der Art, wie du schreibst und was du mir erzählt hast, dass du ein neben dem, ein spiritueller Außenseiter zu sein (was mit dem Territorium übereinstimmt, falls du ein Kandidat für Selbsterforschung bist) aus einem guten Hause kommst, Leute hast, die für dich sorgen, ein Dach über dem Kopf, drei ausreichende Mahlzeiten am Tag, keinen Zwang zu arbeiten und Zeit deinen spirituellen vasantas zu frönen. Wo ist das Problem? Du hast keine echten Probleme. Es gibt nur ein Problem mit deinem Denken.

Es scheint, dass du noch nicht herausgefunden hast, dass es Freiheit von Begrenzung und Angst nur für den jiva gibt, niemals für das Gewahrsein, weil du als Gewahrsein immer frei und ohne Angst bist und warst. Aber welchen Zweck hat Selbsterkenntnis für den jiva sofern es nicht die Macht hat, seine Beziehung zur Welt zu verändern? Ein glückliches Leben für den jiva hat gänzlich mit Gedanken- und Gefühls-Management zu tun.

Denke so: Du bist ungeboren, unsterblich, immer präsent, unveränderlich, grenzenloses Gewahrsein. Eines Tages erscheint der jiva, genannt Mike vor dir. Aus dir erscheinend ist er vollkommen, weil er du ist. Aber es gibt ein Problem. Maya, die Kraft in dir, zu täuschen, erscheint ebenfalls.

Obwohl Mike nur durch dein Licht bewusst ist, das auf ihn scheint, glaubt er, Mike zu sein, und von dir, dem Gewahrsein, getrennt. Er erfährt Objekte, die er genauso als getrennt betrachtet, und identifiziert sich damit. Er denkt, er sei unvollständig und dass er etwas braucht, was ihn ganz macht. Er schaut in die Welt hinaus und sieht nur Hässlichkeit, Trauer, Leid, Sinn- und Hoffnungslosigkeit. Er hält das, was er sieht, für real. Er leidet. Sein Leiden aber ist ein Geschenk, weil es ihn elektrisiert nach Erlösung zu suchen. So beginnt er zu suchen.

Mike hat sehr gutes Karma und findet den Heiligen Gral, Vedanta, sehr jung. Er findet einen der

besten qualifizierten lebenden Lehrer auf diesem Planeten, um ihn zu lehren, Ram. Er hat mich ebenfalls, die ich jetzt in Ram's Auftrag lehre, nachdem ich von ihm unterrichtet wurde. Dies ist besser als zehn Jackpots zu gewinnen. Aber Mike ist immer noch unzufrieden. Seine Gedanken sind dunkel und schwer. Er findet nicht den Punkt im Leben, kann für sein Leben keine Dankbarkeit empfinden. Er scheint nicht zu realisieren, dass seine Probleme nur in seinem Geist existieren.

Dank Vedanta weiß er, dass er der Erkennende seines Instrumentes ist, des Verstandes, nicht das Instrument selbst. Aber da gibt es ein Problem. Obwohl sein Verstand ihm als außerordentliches Instrument gegeben wurde, um das Leben zu erfahren, versteht er nicht, was es ist und warum es so funktioniert, wie es das tut. Er weiß nicht, dass der Verstand einen ernsten Rückzieher in seine Natur eingebaut hat, die ihn daran hindert, die Freude seiner wahren Natur als Gewahrsein zu erfahren.

Dieser Rückzieher des Verstandes ist das, was ohne Mikes Einwilligung kontinuierlich unwillentliche Gedanken produziert, über die er keine Kontrolle hat. Mit oder ohne seine Beteiligung, handelt der Verstand, der sein Instrument sein sollte - er ist der Besitzer - aus sich selbst, nach seinem eigenen Willen.

Die Sache ist die, der Verstand kann und soll bewusste Gedanken produzieren, die wir selber wählen, aber solange wir dies nicht verstehen und wissen, wie das zu bewerkstelligen ist, ist es seine Natur, Gedanken kontinuierlich zu produzieren und zu wälzen. Er ist einfach eine Maschine, und so ist sie gemacht. Es gibt keinen Aus-Schalter, aber du bist einer der glücklichen, der mit einiger echter Gnade, welche nicht dein Tun ist, über dieses Handbuch, Vedanta, gestolpert ist.

Dieses Handbuch enthält nicht nur alle Richtlinien zur Anwendung, sondern erklärt auch die Natur des Verstandes, was es ist, und durch welche Energien es arbeitet, die gunas – diese drei Energien, welche die gesamte Schöpfung ins Dasein rufen, erhalten und zerstören: sattva, tamas und rajas. Wir haben alles über die gunas ausführlich aufgeschrieben und arbeiten fleißig an Büchern zu diesem sehr wichtigen Thema. Du kannst sie lesen, Kapitel X von „Die Essenz der Erleuchtung“ behandelt die gunas, oder Seile, wie sie genannt werden, ausführlich. Triguna vibhava yoga, welches die Lehre über die drei gunas darstellt, ist ein sehr subtiler und äußerst wichtiger Unterricht, welcher folgt, nachdem du karma yoga etabliert hast.

Der von den gunas gelenkte Verstand ist ein sehr ernstes Problem für den jiva, mit vielen Konsequenzen – wie die Negativität und Hoffnungslosigkeit, die dein Denken eingehüllt hat. Es ist, als ob eine schwere Wolke die Sonne verdeckt hätte, genannt tamas. Wenn ungewollte Gedanken den Geist kidnappen, bedeutet das, dass der Verstand nicht für unsere Selbsterforschung oder für viel anderes zu gebrauchen ist. Wir tun dann etwas, ohne zu denken, wie geistig abwesend oder ohne Verstand wie „in Geistesabwesenheit“ lebend. Wir können unser ganzes Leben hindurch ineffizient und zu unserem Schaden handeln, viele Fehler machen und viel Ärger für uns und andere produzieren.

Zuzüglich zu dem Ärger, den die ungewollten Gedanken verursachen, produzieren sie auch noch giftige Emotionen, wie Sorge, Wut, Angst, Depression, Rückzug, Schuld, Trauer, Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit und viele andere. Diese Gedanken dringen ein in den Verstand und überwältigen ihn. Der Intellekt, dessen Aufgabe es ist, zu denken, wird durch diese Emotionen geführt. Sogar, wenn wir sie auffordern zu gehen, gehen sie nicht. Das Problem emotionaler Turbulenzen ist ein ernstes. Wir brauchen uns nur umzuschauen, um zu sehen, was es den Menschen antut. Selbstmord ist oft das Ergebnis eines Verstandes, der die Gedanken, die ihn beherrschen, nicht länger tolerieren und ertragen kann. Der Tod ist diesen Gedanken vorzuziehen. So werden die meisten der vielen und

verschiedenen psychischen Probleme durch giftige Gedanken/Gefühlsmuster verursacht, die den Geist dominieren.

Wenn diese toxischen Gefühle lange Zeit andauern, verursachen sie ebenfalls den Verlust physischer Gesundheit. Der Verlust von Effizienz ist das erste Problem, der Verlust von physischer und geistiger Gesundheit ist der zweite unvermeidbare Effekt unwillentlicher Gedanken. Tatsächlich verursacht ein gestresster Verstand viele moderne Krankheiten. Stress ist rajas außer Kontrolle. Rajas und tamas arbeiten immer zusammen, und wenn sie den Verstand beherrschen, bist du in Schwierigkeiten. Du hängst fest mit einem Verstand, dem du nicht entkommen kannst, er ist mit dir, wo auch immer du hingehst, und du kannst nirgends hin wegrennen oder dich vor ihm verstecken. Du wirst jung oder alt sterben mit einem Geist, der nicht dein Freund, sondern dein grösster Feind ist. Dein Leben ist elend, weil du die Natur der Realität nicht verstehst, die Natur des Geistes. Es ist unmöglich, die Ursache für unwillkürliche Gedanken zu verstehen ohne gültiges Wissen darum und einen Lehrer, der in korrekter Weise das Wissen darüber entfaltet, weil unsere eigenen Meinungen und Ansichten im Weg stehen. Und Selbsterkenntnis wird nicht entstehen, wie du erfahren hast.

Unsere Lebensqualität hängt von unserem mächtigsten Organ ab, dem Verstand. Der Geist ist so grundlegend und mächtig, dass er die einzigartige Fähigkeit hat, den Himmel in die Hölle und die Hölle in den Himmel zu verwandeln. Eine Person mit sämtlichen Annehmlichkeiten kann sich elend und gequält fühlen, und eine Person, die mit noch so vielen Problemen bedrückt ist, kann sich total froh und friedlich fühlen. Die meisten von uns verstehen die erste Sache nicht, wie wir unsere Gedanken managen können, oder auch nur, dass wir sie managen können und tatsächlich müssen – wenn wir frei von den Qualen sein wollen, die der Verstand uns bereiten kann.

Hier ist ein gutes Bild für dich: Es ist so, als ob Mike ein schönes Stück Land besitzen würde, aber Eindringlinge haben es besetzt; hässliche, riechende, grobe ... - eben böse Eindringlinge. Und sie haben sich des Landes bemächtigt. Schlimmer, sie sehen Mike noch nicht einmal. Sie ignorieren ihn. Es scheint, dass er hilflos ist, sie loszuwerden besonders da sie ihn in allem widersprechen. Sie paralisieren den Verstand wie ein Virus. Mike fühlt sich dunkel, schwer, gelähmt, deprimiert, krank und hoffnungslos.

Dann, durch die dunklen Wolken von tamas hindurch erinnert er sich. Er ist nicht Mike; er ist der Zeuge von Mike. Mike existiert nur aufgrund des Zeugen, seines wahren Selbstes, Gewahrsein. Die schlechten Gedanken ziehen sich für eine Weile in die Schatten zurück. Aber sie haben ihr eigenes Leben. Auch, wenn er das Licht ist, dass diese Gedanken erst ermöglicht, gibt es eine gewisse Ordnung, welche die unwillkürlichen Gedanken in dem Grund des Verstandes erhält. Sie gehen nicht weg und kommen immer wieder.

Sie kommen von einem unbekanntem und unerkennbarem Ort, dem Unbewussten – dem makrokosmischen Kausalkörper, dem Speicher für alle vasanas (mental, emotionale Tendenzen) und die gunas, welche sie generieren. Aber Mike versteht nicht, was der Kausalkörper ist. Selbsterkenntnis schafft es nicht, ihn vor den negativen Gedanken/Gefühlen zu beschützen, diesen schrecklichen Belagerern, die seinen Verstand übernommen haben, weil sich das Wissen nicht in sein Leben übersetzt. Seine Selbst-Erkenntnis ist rein kognitiv, indirekt. Selbst, wenn seine Gedanken nicht real sind, sie sind wie das Phantom der Oper, lenken sie seinen Geist. Was damit machen? Wie forderst du die Macht und den wirklichen Besitz an deinem Geist zurück?

Den Geist managen, heißt die gunas managen - und umgekehrt. Das heißt, wir müssen zuerst eine gewisse Objektivität über unsere Gedanken und Gefühle bekommen, die in unserem Geist aufsteigen,

weil der Geist nichts anderes ist als ein Gedankenprozessor. Wir erfahren alles in unserem Geist als einen Gedanken. Emotionen, die unabhängig von Gedanken in den Geist zu springen scheinen, steigen alle zuerst mit einem unbewussten Gedanken auf. Die anscheinende Realität ist nichts als ein „Gedankenuniversum“. Die gunas generieren alle Gedanken und Gefühle, und jedes guna lässt sehr vorhersehbare Gedanken, Gefühle und folgende Aktionen aufsteigen.

Es gibt nichts Magisches im Vedanta. Es lässt sich alles darin zusammenfassen, den Verstand als dein primäres Werkzeug in Besitz zu nehmen und konstant mit Gedanken zu rekonditionieren, die wahr sind – in anderen Worten, die einen friedvollen Geist produzieren. Vedanta zeigt uns, dass der Verstand unser primäres Instrument ist, uns in der Welt zu erfahren, zu realisieren und zu verwirklichen. Jeder scheinbare Fehler uns zu realisieren und zu verwirklichen oder ein friedvolles Leben zu führen, geschieht ausschliesslich aufgrund eines Mangels an Wissen und falscher Gedanken, die den Verstand/ Emotionen/ Intellekt beherrschen. Die einfache Lösung besteht darin, den Geist mit ausgewählten Gedanken zu rekonditionieren, die mit der Wahrheit übereinstimmen und auf Selbsterkenntnis basieren. Dies nennt man willentliches, bewusstes Denken.

Gekonnt gemanagt wird der Geist einen friedvollen Zustand erschaffen und uns erlauben, die Schönheit, die wir sind, auszudrücken und uns im alltäglichen Leben daran zu erfreuen, egal, was das Leben uns auftischt. Wenn du dich schlecht fühlst, aus welchem Grund auch immer, kannst du deinen emotionalen Stress und deine mentale Tätigkeit in Dankbarkeit und Frieden umändern, indem du die gunas bearbeitest. Dies schließt die Beobachtung der gewöhnlichen Gefühlsmuster wie ein Falke ein, die deinen Geist dominieren – und deinen negativen Gefühlszustand erschaffen – emotional und leidvoll – und diese buchstäblich in neue Gedanken deiner eigenen Wahl zu transformieren.

Vedanta hat einen Begriff für die dauernde Arbeit an dem Geist: *mano nigraha*. Es schließt die konstante Anwendung des guna-Wissens für den Geist mit ein. Es klingt vielleicht wie harte Arbeit, und das ist es, erst einmal. Eingegrabene, gewöhnliche Muster, die immer im Geist geherrscht haben, sind nicht leicht zu ändern. Aber was bedeutet das schon für ein fröhliches, friedliches Leben?

Ständige Wachsamkeit ist der Preis für den Frieden des Geistes und für Freiheit. Du kannst in der Welt sein und frei von ihr durch die Anwendung der einzigen wahren Macht, die eine einzelne Person hat, welche die Kraft des absichtsvollen befreiten Denkens gegründet auf der Selbsterforschung. Aber um das zu tun, musst du den Kausalkörper, *Isvara* verstehen – die Kräfte, die den Geist konditionieren, die gunas, zusammen mit der Anwendung von *karma yoga*. Es gibt kein Drumherum davon. Ohne karma yoga bist du ein toter Fisch in den Gewässern des Samsara. Vergewissere dich, dass du weißt, was karma yoga ist, falls du wirklich frei sein willst vom Leiden.

Wir haben einen ausgezeichneten Kurs, frei verfügbar auf ShiningWorld, Christian Leeby's 9 Schritte Formel für die Kontrolle der Gedanken. Ich bin so frei, unten einen einfachen Leitfaden daraus zu erstellen.

Die Neun-Schritte Formel für eine effektive Gedankenkontrolle

Nimm deinen Geist als dein primäres Instrument in Besitz

Kläre deine höchsten Werte, indem du eine furchtlose moralischen Inventur durchführst

Übernimm die Verantwortung für jede deiner Erfahrungen, sie stammen von deinen Gedanken, nicht von der Welt.

Deine Gedanken/Emotionen stammen nicht von dir, sondern von den drei gunas. Überzeuge dich davon, dass du verstehst, was sie sind.

Beobachte jeden Gedanken und die Emotion, die er produziert, erkenne die guna dahinter.

Unterscheide die gewöhnlichen Gedankenmuster, welche dich veranlassen, gegen deine höchsten Werte zu handeln und Schmerz und Leid verursachen.

Bewerte deine täglichen Handlungen heraus, um diejenigen herauszufinden, die deine höchsten Werte nicht unterstützen.

Ändere diese Gedanken und die Aktionen, die sie produzieren, indem du dein primäres Instrument mit neuen erwählte Gedanken konditionierst.

Entspanne dich und beende die Sorgen, da dein primäres Werkzeug in deinem Alltag automatisch deinen höchsten Werten dient, egal was passiert.

Du magst wissen, dass du ein Schauspieler in dem Spiel bist, aber du schaust von dem Spiel aus auf das Spiel, es und dich, Bewusstsein, als getrennt betrachtend. Du weißt, du bist Bewusstsein, aber die Bedeutung zu erkennen, die es für die Person hat, die in der Welt lebt, ist, wo die „Arbeit“ der Selbsterforschung beginnt. Selbstverwirklichung ist nicht genug, um dich zu befreien. Es ist nicht damit getan, zu wissen, wer du bist. Du bist vollständiges und ganzes, nicht-duales Gewahrsein, immer erfüllt, immer befriedigt, immer gegenwärtig, niemals sich verändernd, immer glücklich. Warum also erfährst du dies nicht? Du erfährst es deswegen nicht, weil die Selbsterkenntnis nicht erschienen ist, um die Ignoranz zu entfernen. Wie schon gesagt, wird dein Geist von ungewollten, negativen Gedanken geleitet und du hast nur eine indirekte Selbsterkenntnis. Du weißt, was es ist, aber nicht was es bedeutet, Gewahrsein zu SEIN. Zur Wiederholung: Du brauchst zuerst und vor allem, karma yoga zu verstehen und es auf jeden Gedanken, jedes Wort und jede Handlung anzuwenden. *Triguna vibhava yoga* wird nicht funktionieren, bis du karma yoga verstanden und angewendet hast.

Mike: Er kontempliert ständig jeden Moment seinen Tod, entweder wird er geschlagen von einer tödlichen Krankheit in frühen Jahren oder durch schmerzhaftes Leiden, wenn er alt und gebrechlich ist.

Sundari: Wer kontempliert über wessen Tod? Als Gewahrsein bist du ungeboren und stirbst nicht, immer gegenwärtig, gegenwärtig des Mikes und seiner morbiden Gedanken, seiner Angst vor dem Leben, vor Alter und Tod. Das Ego fürchtet sein Verschwinden, das ist alles. Dein Geist denkt dich.

Mike: All diese déjà vu Erscheinungen lassen es so scheinen, als sei er perpetuierend gefangen in einem Kreislauf ewiger Wiederkehr, ob er nun weiß, dass er das Selbst ist oder nicht. Selbst wenn jemand weiß, sie oder er ist das Selbst, was ist der Punkt? Die Dualität endet nicht, Schmerz, Trauer und Kranksein enden nicht.

Sundari: Du liegst ganz falsch. Es ist wahr, dass die Dualität nicht endet, weil es der Non-Dualität nicht entgegentsteht und ihr nicht widerspricht, weil die zwei Kategorien der Realität, (die non-duale) und

die scheinbar reale (die duale) sich in zwei verschiedenen Kategorien der Realität befinden. Die scheinbar wirkliche berührt niemals die wirkliche, es scheint nur so. Wie eine Fata Morgana in der Wüste echt wirkt, obwohl du weißt, dass sie es nicht ist, würdest du nicht versuchen, aus ihr Wasser zu trinken. Genauso nimmst du diese Welt nicht länger ernst – und siehst alles als Unterhaltung, nichts weiter. Du begegnest allem in Freude, nicht zum Zweck der Freude.

Du kannst die Dualität genießen, wie sie ist ohne darin gefangen zu werden. Ich sage es so: Dualität ist cool, wenn du weißt, was sie ist, und grausam (cruel), wenn du es nicht weißt. Denk darüber nach. Wie würdest du jemand berühren, Liebe machen, ein gutes Mahl genießen, einen schönen Sonnenuntergang beobachten, Musik hören etc. etc., wenn Dualität verschwinden würde? Dualität ist immer nur dann ein Problem, wenn du sie ernst nimmst. Falls nicht, genießt du sie für die begrenzte Seligkeit, die sie bietet, wissend, dass du die Seligkeit bist, die nie endet, welche zeitweise Seligkeit möglich und beseligend macht.

Ja, der Körper wird altern und sterben, ja und? Er ist nicht du. Selbst wenn der jiva krank ist als sein prarabha, was für die meisten von uns bis zu einem gewissen Punkt gilt, und zweifellos, der Körper wird zerbrechen, in guter oder weniger guter Weise, wenn wir altern, aber karma erreicht den Körper niemals das Selbst. Ein jnani oder jivanmukta verwechselt niemals den Körper mit seiner wirklichen Identität und ist immer frei davon.

Wie ich jetzt schon mehrmals gesagt habe, maya ist unergründlich, es gibt keine Antwort darauf, warum die Dinge so passieren, wie sie es in mithya tun. Ishvara kümmert sich um das Ganze, und in dem großen Bild vollzieht sich alles so, wie es muss zum Wohle aller, allen Anschein zum Trotz. Vedanta ist die einzig verfügbare Lehre, welche entfalten kann, WIE die scheinbare Realität wirkt, WAS sie ist und wie ihre Beziehung zu beidem ist, als jiva (Geist) und als das Selbst. In vorherigen Mails habe ich erläutert, dass die scheinbare Realität so funktionieren muss, wie sie es tut, um die Fortführung des Spieles zu gewährleisten, es gibt keinen anderen Weg, wie sie funktionieren könnte – aber es ist ein Spiel, eine Traum-Welt.

Glaubst du deine Träume wären real, wenn du morgens aufwachst? Wenn Selbsterkenntnis die Ignoranz beseitigt hat und du in dem Traum „wach“ bist (nicht dass das Gewahrsein jemals schlafen würde), hältst du auch die Traumwelt nicht für real. Du siehst es sich abspielen, wie es ist und alles ist gut, weil du die Welt in dir siehst, nicht anders herum.

Du glaubst, du weißt viel, und du weißt genug, um zu sehen, dass die Welt keine Lösung anbietet, aber an der Stelle steckst du fest. Falls du wirklich durch die Augen des Selbst auf die Welt sehen würdest, würdest du nur ihre Schönheit und Perfektion sehen, nicht ihre Trauer und ihren Schmerz, weil du nur das Selbst erkennen würdest, dich. Und du würdest viel lächeln, weil du den Humor erkennen würdest.

In der Tat, wenn du nicht viel lachst und grinst, ist es unwahrscheinlich, dass du jemals „erleuchtet“ sein wirst, also frei von Begrenzung und Leid, frei von den Quälereien des Geistes, beherrscht von ungewollten Gedanken. Du siehst die Welt durch den Filter von sehr schweren, tamasischen Denkgewohnheiten, die den Geist betäuben und vernebeln. Wenn du andere Gedanken wählen würdest, solche wie die sattvischen, „wie schön und vollkommen die Welt ist, bis hin zu dem kleinsten Regentropfen, und wie schön ich und das Leben ist“, wie würde das Aussehen?

Es würde nach dir aussehen, Gewahrsein, der Erfüllung und Freude, die weiß, dass die Trauer nicht real ist. Wie ich oben sagte, dies ist ein Gedanken-Universum, Mike. Es gibt kein „Da“ dort draussen. Es geschieht alles in deinem Kopf. Unmittelbare, unversperrte Sicht, die Sichtweise des erleuchteten

Selbst lautet „die Welt existiert, weil ich sie sehe.“ Indirekte, versperrte Sicht ist „ich sehe die Welt, weil sie da ist.“ Es besteht eine grosse Differenz in der Erfahrung zwischen den beiden.

Mike: Unfälle passieren, werden sie alle Zeit, und Leute sterben. Man kann es einfach als Film bezeichnen, aber für wie lange und warum? Wo ist der Beweis, dass es ein Leben nach dem Tod gibt? Warum sein Karma ausarbeiten, wenn wir sowieso zurückkehren?

Sundari: Es gibt auch keinen Beweis, dass es kein Leben danach gibt. Welchen Beweis brauchst du noch als zu wissen, dass du immer gewahr bist, weil du weißt was du weißt? Dass du bewusst bist und dass du existierst, ist eine nicht zu leugnende Tatsache. Warum? Weil Existenz Gewahrsein ist. Und die Logik? Du existierst nicht bis du weißt, dass du existierst und du weißt nicht, dass du existierst, bist du existierst. Aber du anerkannt nicht die Signifikanz dieser Tatsache, daher gibt es kein *anandam*, Glückseligkeit, d.h. keine Freiheit. Falls du der Zeuge der scheinbaren Realität und all seines Leidens bist, warum bist du so aufgebracht darüber? Wenn du etwas kennst, kann es nicht du sein, richtig? Du bist aufgebracht, weil du es für real hältst. Wer kümmert sich um das Leben danach, wenn du das Leben selbst bist? Das Leben danach ist ein religiöser Begriff für Leute, die den Glauben an Himmel und Hölle benötigen. Vedanta ist weder für noch gegen Religion, aber es umgeht jede Religion, weil es einfach und mächtig die wahre Natur der Realität erklärt, sowohl der echten als auch der scheinbaren Realität, was keine Religion tut oder tun kann, weil keine von ihnen gültiges Wissen besitzt oder den Unterschied zwischen wirklich und scheinbar wirklich, *satya* und *mithya* kennt. Vedanta interessiert sich nicht für das Leben danach. Es gibt kein vorher oder hinterher für das Gewahrsein, weder Zeit noch Raum. Es gibt nur immer und überall.

Und wer kehrt zurück, Mike? Als Gewahrsein, erst einmal, inkarnierst du nie, daher kehrst du auch nicht zurück. Zurück wohin, wenn es nichts gibt, wo du nicht bist und du nie gewesen bist? Du bist immer nur der nicht handelnde, nicht-erfahrende Zeuge von dem alles aufsteigt und in das sich alles wieder auflöst. Warum sich über irgendetwas sorgen? Was hat die Sorge je erreicht? Steig in den Vedanta-Bus, lege dein schweres Gepäck ab, höre auf, über die Welt zu klagen und sie anders haben zu wollen und vertraue den Schriften, um dich „heim“ zu bringen zu dem ortlosen Ort, an dem du bist und immer warst.

Als die Person oder *jiva*, falls du mit dem Körper-Verstand identifiziert bist, oder Mike (welcher du bist) – dieses „du“ stirbt – der Körper und die Ego/Persönlichkeit sterben und kehren nicht zurück. Falls du also denkst, du bist Mike, dies ist es, für dich. Freu dich dran solange es dauert, und mache das Beste aus diesem Leben, weil Mike nicht zurückkehren wird. Besser du lernst ihn und dieses Leben zu lieben.

Wie auch immer, die Ladung *vasana* oder der subtile Körper, welcher der Persönlichkeit/dem Ego namens Mike zu gehören scheint, wird unbegrenzt weiter fortgeführt. Sie wird als eine andere Person weiter inkarnieren, die eines Tages vor Dir erscheinen wird und eine weitere Gelegenheit bekommen wird, sich selbst von der Identifikation mit den Objekten zu befreien, aber diese Person wird nicht Mike sein. Sie wird jemand anders sein. Und du, Gewahrsein, wirst da sein zu beobachten, wer auch immer es ist. Vedanta nennt den subtilen Körper den „Wanderer“. Das Feld der Existenz ist ein Kunststück aus Licht, in welchem ewige *vasanas* ihren Film immer wieder abspielen, welcher für dich einzigartig zu sein scheint, da du vom Film aus auf den Film schaust, aber nichts ist persönlich. Es ist wie ein Computer-Spiel, in welchem alle möglichen Bewegungen bereits in die Software einprogrammiert sind. Es erscheint so, als würdest du wählen, wie du das Spiel spielst, aber das Spiel spielt dich bis die Selbsterkenntnis dich für von dem Spiel befreit und zwar für immer.

Dies ist alles eine Frage der Unterscheidung zwischen dir, satya (das, was immer da und unveränderlich ist) und mithya (das was nicht immer da ist und sich immer verändert). Falls und wenn du permanent unterscheiden kannst zwischen den beiden und sie nie wieder durcheinanderbringst, (was moksha bedeutet), bist du für immer frei von maya. Karma ist für dich vorbei, weil es für das selbst kein karma gibt. Karma gibt es nur für den jiva, der mit dem Körper-Verstand identifiziert ist – Ego, getäuscht von maya.

Du fragtest: Warum Selbsterkenntnis erlangen, da es sowieso nichts verändert?

Du würdest das nicht fragen, wenn Selbsterkenntnis tatsächlich erreicht wäre, weil es alles verändert – während sich scheinbar nichts verändert. Falls du glaubst, dass das Verändern von unwillentlichen, angstgefüllten, begrenzten, schmerzvollen Gedanken, die deinen Geist konditionieren solches Leiden zu verursachen zu gewollten, angstfreien, unbegrenzten, segensreichen Gedanken des „ich bin ganz und vollständig, nicht-dual, unveränderlich, unbegrenzt, immer-gegenwärtiges, immer-glückseliges Gewahrsein EGAL WAS dem Jiva geschieht, ist NICHTS, dann hast du ganz klar keine Ahnung, was Selbsterkenntnis, oder moksha, ist. Wenn Selbsterkenntnis alle Ignoranz beseitigt hat, bist du frei. Freiheit bedeutet, dass du für immer frei bist von Mike und seinen Gedanken/Gefühlen. Du bist nicht frei von Mike, sondern sehr stark mit ihm identifiziert, und leidest als Folge davon.

Wenn du wüsstest, was Freiheit ist und bedeutet, würdest du wissen, dass, wenn der „ich bin Gewahrsein“ Gedanke in den Geist Einzug gehalten hat, er der mächtigste Gedanke ist, der möglich ist, und mit ihm kommt das vollständige Verstehen der Realität. Angst und Sorge sind vorbei, voll stopp. Wenn Selbsterkenntnis nicht Einzug gehalten hat und sich nicht in dein Leben als jiva umsetzt, hat es nicht die Macht, dein Leiden zu lindern. Indirektes Wissen Deines Selbst ist besser als nichts, aber es ist weit entfernt von Freiheit. Sichere und widerstandsfähige Selbsterkenntnis beendet existentielles Leiden dauerhaft und vollständig, ohne Kleingedrucktes. Es bedeutet das Ende. Entweder hast du es oder du hast es nicht, und du hast es nicht.

Es gibt nichts außer dem Vedanta, das in der Lage wäre, das Leiden zu beenden. Ich habe das schon gesagt und werde es ein letztes Mal sagen. Du solltest dich der Selbsterkenntnis widmen und die erforderlichen Qualifikationen entwickeln, an denen es mangelt. Du versuchst dir deinen Weg zu moksha zu erlesen, und das hat nicht funktioniert und wird nicht funktionieren, auch wenn du ein gutes Verständnis von einigen der Prinzipien hast. Die Lehr-Methode von Vedanta ist so angelegt, den Forscher durch jede Station der Selbst-Erforschung zu führen, alle Fragen zu beantworten und Zweifel zu beseitigen, Schritt für Schritt. Wenn du nicht angemessen unterrichtet wirst, wirst du dabei bleiben, die Lehre entsprechend deines begrenzten Verständnisses zu interpretieren, und du wirst nie frei sein.

Sehr junge Leute wie du haben oft noch nicht die Geduld und Vorbedingung entwickelt, welche sich aus einem längeren Leben ergeben, aus Reife und Lebenserfahrung, warum Vedanta ursprünglich nicht Leuten gelehrt wurde, die nicht reif genug waren. Aber wenn du ein brennendes Verlangen nach Freiheit hast, auch ohne all die anderen Qualifikationen, die nötig sind, bist du sehr gesegnet. Du kannst die anderen Qualifikationen entwickeln, aber es ist sehr schwierig, mumuksutva zu entwickeln, das brennende Verlangen nach Freiheit von der Begrenzung. Ein brennendes Verlangen nach Freiheit, das alle anderen Begierden übersteigt, ist Gnade. Und Gnade wird verdient.

Wie ich sagte, hast du den Jackpot getroffen, indem du James und ShiningWorld gefunden hast. Es gibt dir die Landkarte mit James` Büchern, Videos, tonnenweise e-satsangs und dem 12-Monats-Kurs auf der Webseite, an der Seite mit Christian Leebys Kurs zur Gedanken-Kontrolle. Hast du auch nur

die geringste Ahnung wie wertvoll das ist? Du jammerst über das Leben – doch es ist, als ob Isvara einen riesigen Stapel Gold auf deinen Rasen stellt und alles, was du siehst, ist, dass es deinen Rasen ruiniert! Nimm dir das zu Heren. Du könntest den Code knacken und ein famoses Leben führen. Gott, wäre Vedanta doch schon zu mir gekommen als ich 25 war. Wie anders hätte mein Leben werden können.

Warum nimmst du diese Logik nicht an Bord, fängst von vorne an und schmeisst alles, was du zu wissen glaubst, in den Ofen? Geh davon aus, dass du nichts weisst. Geh langsam, überspringe nichts. Du brauchst Vertrauen in die Schriften, aber es ist kein blindes Vertrauen. Es ist Vertrauen abhängig von den Ergebnissen deiner Selbsterforschung. Du kannst deine eigenen Ideen immer wieder zurückholen, falls du es bevorzugst, dich elend zu fühlen und in Negativität zu ertrinken. Das ist dein Vorrecht.

Mike: Ich glaube, es ist einfach der beste Weg, in diesem Traum glücklich zu sein, aber dann nochmal, was ist der Punkt? Ich kann nur die Tatsache zusammen fassen, dass es keinen Grund gibt, du gehst einfach mit. Was auch immer dem Jiva passiert ist gut, da ich das nicht bin.

Sundari: Deine negative Haltung ist ermüdend. Die Welt macht keinen Sinn ausser zu verstehen, dass sie du ist – und dass du sie nicht bist. Es ist nicht unser Job, die Selbsterforschung für dich zu machen, niemand kann uns moksha geben. Falls du dich nicht ausreichend der Freiheit widmest, der Selbsterforschung. Ich kann mich nicht im Kreis drehen und versuchen dich aus deinem tamasischen negativen Denken heraus zu holen. Es ist Verschwendung meiner wertvollen Zeit. Ich kann dir nicht helfen, bis du bereit bist, meinen Vorschlägen zu folgen. Deine Entscheidung.

In Liebe, Sundari