



Herzöffnung - Selbstliebe

Immer noch tief in deine Gedanken an das, was mehr ist, als die Summe seiner Teile, versunken, erreichst du die nächste und mittlerweile fünfte Ebene. Dein Blick fällt auf einen warm leuchtenden großen Rosenquarz, der unter einem wunderschönen Strauch weißer Rosen liegt. Neben dem Rosenbusch befindet sich ein alter Brunnen. Du verspürst einen regelrechten Sog, der dich zu dem Brunnen zieht.

Als du hineinschaust, blickst du dort anstelle auf das erwartete Loch direkt in eine spiegelglatte Wasseroberfläche. Du blickst mitten in dein Gesicht. Es kommt dir fremd vor - so, als würde es gar nicht wirklich zu dir gehören, sondern als wäre es ein guter alter Bekannter, den du aber seit Jahren nicht mehr gesehen hast. Es spricht zu dir:

Schade. Es ist so schade, dass du dich schon lange nicht mehr wirklich für mich interessierst. Bedeute ich dir denn gar nichts? Wann hast du mich das letzte Mal wirklich angesehen? Wann hast du mir das letzte Mal echte Aufmerksamkeit geschenkt? Ich meine nicht die oberflächliche Aufmerksamkeit, die du auf unerwünschte Pickel, dein generelles Aussehen oder die Ränder unter den Augen gerichtet hast.

Wovon ich rede, ist die mitfühlende, wirklich an mir interessierte Aufmerksamkeit. Alles ist dir wichtig, solange es im Außen zu finden ist. Weißt du denn nicht, dass das Allerwichtigste das ist, was du in deinem Inneren findest? Der Eingang in dein tiefstes Inneres sind deine Augen. Sie können nicht nur sehen, sondern auch zeigen. Wenn du wirklich hinschauen würdest, könntest du deine Geheimnisse entdecken. Wenn du wirklich hinschauen würdest, könntest du das Geheimnis entdecken, das du bist.

Die Augen sind das Tor zur Seele. Das hast du schon oft gehört, oder? Und du schaust auch gerne in die Augen Anderer. Aber warum nicht in deine? Wovor hast du Angst? Hast du Angst vor deiner Seele? Hast du Angst davor, dich kennenzulernen? Hast du Angst davor, deine Geheimnisse zu entdecken?

Immer suchst du alles im Außen. Du lässt deine Augen suchen, anstatt in dem zu finden, was du in dir sehen kannst. Schau hin. Du bist einmalig. Du bist wunderschön. Du bist tief, endlos, ewig. Schau unter die Oberfläche und finde, was du in der äußeren Scheinwelt niemals finden wirst.

Der Plan deines Lebens, Das Wissen deiner Vergangenheit, deine nicht-materiellen Anteile an Allem, was ist - all das steckt in dir, ist in dir gespeichert. Deine Seele kennt das Alles. Deine Seele weiß Alles. Deine Seele kennt dich, denn sie hat dich erschaffen. Willst du etwa bis ans Ende deines Lebens deine Energie, deine Talente und deine Zeit vergeuden, indem du nur gibst, was Andere von dir verlangen, anstatt zu sein, was du sein wolltest und solltest?

Du hattest einen guten Grund, dir diesen Körper auszusuchen, dir diese Eltern auszusuchen und dir dieses Leben auszusuchen. Der Grund war nicht, deinen Körper abzulehnen, deine Eltern abzulehnen und dein Leben abzulehnen. Wie konnte es nur soweit kommen? Du hast dich für alles auf der Welt interessiert, nur nicht für dein eigenes Wahres Selbst. Es spricht nichts dagegen, Spass zu haben, Erfahrungen zu sammeln, verrückte Dinge zu tun und auch langweilige Dinge zu tun. Du kannst das alles machen, aber all das hat nichts mit dem Grund zu tun, aus dem du hier bist. Soll ich dir den Grund verraten?

Plötzlich wird der Sog stärker. Er zieht dich regelrecht ins Wasser hinein. Die Augen wollen und werden dich verschlingen, wenn du dich nicht dagegen wehrst. Mit aller Kraft willst du dagegen angehen, aber all deine physische Kraft ist Nichts im Vergleich zur Kraft dieser Augen. Deiner Augen. Sie ziehen dich in einen Abgrund - denkst du. Aber es ist kein Abgrund, es ist... Dir fehlen die Worte. Es wird weiter und weiter, offener und offener, angenehmer und angenehmer. Du lässt dich in dich selbst hineinfallen - in die Tiefe deines Seins.

Das ist das erste Mal, dass du beim Betrachten deiner Selbst nicht an der Oberfläche hängen geblieben bist. Du hast gerade jetzt, wo deine Augen zu dir gesprochen haben, zugelassen, dass du tiefer tauchst. Dass du dich auf dich einlässt. Dass du dir vertraust. Dass du dich liebst... Dich selber bedingungslos liebst...

Und du verstehst schlagartig, dass du dich die ganze Zeit über selber belogen und betrogen hast. Du warst nicht wirklich du. Du warst deine Programme, deine Glaubenssätze, deine Vorlieben, deine Abneigungen. Du hast Aktivitäten geliebt oder gehasst. Du hast Menschen geliebt oder gehasst. Du hast Dinge geliebt oder gehasst. Du hast kritisiert und verurteilt, warst sarkastisch und verbissen, du hast dich mit Anderen verglichen, hast getrennt und immer wieder neue Trennung erzeugt. Du hast dich mit der Oberfläche der Scheinwelt auseinandergesetzt und geglaubt, all dies wäre real und nur Jenes wäre richtig.

Nun gut, es ist real, und es ist richtig. Aber es ist und bleibt einzig und allein nur die Oberfläche. Unter der Oberfläche aber steckt das wirkliche Leben, das wahre Leben. Unter der Oberfläche befindet sich das, was zählt. Alles Andere ist nur vergänglicher Schein. Du hast dich auf eine Scheinwelt eingelassen, weil dir gesagt wurde, sie wäre das, was wichtig ist. Aber jetzt weißt du: Wichtig ist Wahrheit, und nicht Illusion. Wichtig ist

die Einheit von Allem, und nicht die Trennung von Allem. Wichtig ist Liebe, und nicht das, was nicht Liebe ist.

Du verstehst plötzlich, dass du entscheidest, was du wahrnimmst. Immer. Du verstehst, dass das, was du siehst, du selber bist. Immer. Du verstehst, dass das, was du verurteilst, das in dir ist, was du nicht magst. Und du verstehst, dass das, was du vorgibst, zu lieben, das ist, was du in dir selber suchst, aber dort bisher nicht finden konntest.

Du verstehst, dass Liebe nichts ist, was getan werden kann. Liebe wird zugelassen oder nicht. Vorhanden ist sie immer. Und liebenswert ist Alles, denn Alles kommt aus der Liebe. Das bedeutet aber nicht, Alles hinzunehmen, und es bedeutet auch nicht, Alles als gut zu bewerten und Alles für dich zu akzeptieren. Aber alleine die Anwesenheit von Etwas im Bewusstsein ist Teil des Einen Bewusstseins, und dieses Bewusstsein ist Alles, was es gibt. Es ist Alles, was ist.

Danke, dass du dich gesehen hast.

Anmerkung

Du verstehst, dass es nichts zu verstehen gibt, sondern nur zu lieben. Und wenn du etwas nicht lieben kannst, die überall vorhandene Liebe nicht durch dich hindurch zu dieser Sache, diesem Menschen, diesem Tier, dieser Pflanze, dieser Situation oder Eigenschaft fließen lassen kannst, dass du dann deine Aufmerksamkeit auf etwas Liebenswertes lenken solltest.

Das ist es, was zählt, denn wenn deine Liebe fließt, fließt sie in Etwas, das liebenswert ist, das selber Liebe ist. Wenn sie nicht fließt, fließt ein dunkler Fluss in Etwas, das nicht liebenswert ist, Etwas das Nicht-Liebe ist.

Der Fluss der Liebe erweitert, baut auf, dient, fördert und schützt. Der Fluss der Nicht-Liebe grenzt ein, baut ab, interessiert sich nur für sich selbst, unterbindet und zerstört. Du entscheidest, was du wohin fließen lässt. Immer.

Dein Blick fällt auf dein Spiegelbild im Brunnen. Es lächelt. Du lächelst liebevoll zurück.

Die nächste Ebene wartet.