

Mein Mindfuck bestand in der jahrzehntelangen spirituellen Suche intensiviert durch bzw. den Zen-Praktiken und vor allem durch die Erleuchtungsbestätigungen anderer Zen-Gefährten.

Da gab es was zu erreichen, was auch ich erleben wollte. Da bin ich dann immer glücklich. Und dafür war ich bereit, alles zu opfern. Ich wollte diese Erfahrung machen.

Jetzt sehe ich das, dank Werner und seinem Buch „Mindcrash“, ganz klar.

Immer sagte ich mir (dachte es sich). „Ich bin glücklich, wenn nur der eine Wunsch nicht wäre – durchzubrechen und dadurch Erleuchtung zu erlangen. (Wird auch so im Zen gelehrt).

Dieser unerfüllte Wunsch generierte Minderwertigkeitsgefühle, das Gefühl nicht 100 % alles zur Zielerreichung getan und die Aufgabe und damit die Chance des Lebens verpasst zu haben. Das war Leid, aber ich gestand mir das gar nicht ein, geschweige denn, dass ich es als Leid anerkannte.

Immer war ich auf dem Zeitfeil – nie im Hier und Jetzt – „wenn ich erst erleuchtet bin, dann...nie war es ganz richtig.

Durch die Zen-Übungen wollte ich die Stille im Geiste erreichen, was nur 1x mit unendlicher Anstrengung klappte.

Jetzt habe ich gelernt: Es ist immer Jetzt. Gedanken kommen unaufhörlich. Gedanken (die sich durchsetzen) führen zum Wollen, Entscheiden und zu Taten. Da ist kein ich, das eigenständig denkt, entscheidet und handelt.

Tag und Nacht ist Unruhe im Kopf durch den Lärm der Gedanken, von denen ich (bis gestern) glaubte, sie seien wahr. Das war mir so nicht bewusst. Jetzt beginne ich, sie zu akzeptieren, sie wahrzunehmen und sie ziehen dann auch wieder vorbei. Früher hatte ich sie immer fortgeschickt bzw. sie nicht zugelassen. Ich strebte nach dem Glücklichen und nicht, wie man Leid vermeidet.

Und vor allem: ALLES SOLL SO SEIN WIE ES GERADE IST. Das ist das göttliche Gesetz.

Geschieht Erleuchtung ist das 1. programmgemäß so vorgesehen und richtig.

2. Geschieht Erleuchtung nicht, dann ist das auch zu 100 % im Programm – und dementsprechend richtig so. Darauf habe ich keinerlei Einfluss.

Und daher lebe ich mein Leben jetzt einfach so, wie es mir richtig erscheint. ENDE.

PS. Immer noch bin ich anfällig für Erleuchtungspraktiken. Ich muss mich davor hüten wie der Alkoholiker vor der Weinbrandpraline. Bin spirituell süchtig. Erkenne das jetzt

Das ist der Mind, der seine Herrschaft behalten will.