

**Die
Essenz
aller
Weisheit**



*die absolute
Philosophie des Lebens*

Drs. Frans Langenkamp

*Gewidmet meiner Frau Gabriele,
ohne deren fortwährende Unterstützung
dieses Buch niemals entstanden wäre.*

© Drs. Frans Langenkamp
Universal Vision Consultancy
www.selfrealisation.net
Cham, Bayern, Deutschland
Ersterscheinung November 2022
Lektorat:
Christine Ranzinger
Peter Söhngen
Gabriele Höcherl
Linde Woldt-Schoyerer
ISBN: 9789403675817

**So wie jemand,
der das *Eine* nicht kennt,
eigentlich *nichts* kennt,
so kennt derjenige *Alles*,
der das *Eine*
wahrlich kennt.**

~ Giordano Bruno

**Kenne das,
wodurch alles andere
gekannt wird: dein wahres Selbst.**

~ Brihad-Aranyaka Upanishad

**Verehere das Göttliche
mit oder ohne Form,
bis du erkennst,
dass du es
Selbst
bist.**

~ Ramana Maharshi

***Agyasya dukkau gamyam,
Gyasya ananda mayam Jagat.***

***Für denjenigen der sein wahres Selbst
nicht kennt, ist die Welt voller Leid.***

***Für denjenigen der sein wahres Selbst
erkannt hat, ist sie voller Glück.***

~ Brihad-Aranyaka Upanishad

***Das Ziel und der Zweck der Schöpfung
ist die Ausbreitung von Glück.
Glücklichsein ist das
wichtigste im Leben;
alles andere ist sekundär.***

~ Maharishi Mahesh Yogi

***Doktrina multiplex,
Veritas uno.***

***Lehren gibt es viele,
obwohl die Wahrheit eins ist.***

~ Lateinische Weisheit aus dem Mittelalter

***Ekam Sat,
Vipra bahudha vadanti.***

***Die Wahrheit ist eins,
Weise sprechen über sie
auf vielerlei Weisen.***

~ Rig Veda 1.164.46

***Satyat naasti
paro dharmaha.***

***Es gibt keine höhere Religion
als die Wahrheit.***

~ Mahabharata

***Die Religion der Zukunft
wird eine kosmische Religion sein.***

***Sie muss über den persönlichen
Gott hinausgehen und Dogma
und Theologie meiden.***

~ Albert Einstein

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	12
Einleitung	15
Eine universale Philosophie	16
Eigenschaften des Seins	21
Sein und Bewusstsein	27
Bewusstsein als kreative Intelligenz	31
Verschiedene Ebenen des Bewusstseins	33
Die Vereinigung von Alt und Neu	36
Das Bewusstsein-Paradigma	39
Was die Weisen lehrten	41
Die Essenz aller Weisheit in Kurzfassung	47

Zweiundzwanzig verschiedene Versionen derselben universalen und ewigen Wahrheit 57

Rig Veda	58
Upanishaden	63
Krishna	71
Shankara	78
Zarathustra	83
Sokrates	89
Buddha	95
Lao Tse	107
Patanjali	115
Jesus Christus	124
Meister Eckhart	132
Helena Blavatsky	144
Khalil Gibran	155
Ramana Maharshi	159
Krishnamurti	165
Maharishi Mahesh Yogi	173
Osho	191
Nisargadatta	198
Deepak Chopra	201
Louise Hay	206
Neale Donald Walsch	213
Eckhart Tolle	220

Die eine Essenz allen Lebens 226

Lass uns nun unsere gemeinsame Einsicht in die Wirklichkeit feiern!	227
Was es bedeutet ein Seher/eine Seherin zu sein	231

Fassen wir unsere Einsichten zusammen 233
Was passiert wenn wir unsere Aufmerksamkeit nach innen lenken? 237
Die Identifikation mit dem Ego transformiert sich
spontan in die Identifikation mit dem Selbst 239
Das Ego löst sich nicht auf wenn wir unser wahres Selbst realisieren 239
Die wahre Bedeutung von „Erleuchtung“ 240

Zwölf Strategien zur Entwicklung geistiger Erwachsenenheit 242

1. Stille-Übungen 243
2. Introspektives Körperfühlen: Die universale Technik mit der wir negative Gefühle und Emotionen managen können 245
3. Bekomme Einsicht in die sieben Bewusstseinszustände 248
4. Bekomme Einsicht in die sieben Körper des Menschen 253
5. Praktiziere Selbstwahrnehmung 256
6. Erkenne den Unterschied zwischen kindlichen Erfahrungsmustern und geistig erwachsenen Erfahrungsmustern 257
7. Versenke dich täglich in einen Gebetszustand:
kommuniziere täglich mit deinem höheren Selbst 259
8. Erkenne den Unterschied zwischen deinem Ego und deinem Selbst 260
9. Nimm die Haltung eines Buddhas (Erwachten) an 262
10. Bleibe so viel wie möglich verbunden mit der Natur 263
11. Mache dich vertraut mit der Karma-Philosophie und dem natürlichen Prozess der Reinkarnation 263
12. Benutze die einfache Goldene Regel als Leitfaden für all dein Denken, Sprechen und Handeln 266

Einige Worte zu den Quellen 271

Über den Autor 271

Andere Werke des Autors 272

Vorwort

*Ob du nun eine klare oder unklare Erfahrung hast
von der Essenz des Lebens, ist nicht so wichtig.
Das Leben ist keine schwarz-weiß Geschichte;
Die Essenz ist allgegenwärtig und
alldurchdringend. Es ist das Sein an sich.*

*Das Sein ist anwesend und vorhanden
auf allen Ebenen des Daseins:
die materielle, energetische,
physiologische, psychologische,
spirituelle und metaphysische.*

*Du brauchst nur eines zu wissen:
Es gibt eine gemeinsame Essenz
von dir und mir; von dir und deinem Partner,
von dir und deinem Kind,
von dir und deinem Feind.*

*Die gemeinsame Essenz ist die gemeinsame Quelle
aller unserer Gedanken, Gefühle, Worte und Taten.*

*Das Sein ist sowohl transzendent als auch immanent:
Es steht auf sich selbst und es drückt sich aus
in allem und jedem.*

*Also es genügt völlig wenn du weißt:
Es gibt sie, die gemeinsame Essenz.
Es gibt sie, die gemeinsame Quelle.
Es gibt sie, die gemeinsame Substanz.
Es gibt sie, die unveränderliche Essenz
der immer verändernden Wirklichkeit.*

*Wenn du mit diesem Wissen in der Welt lebst und tätig bist,
wirst du immer mehr durchdrungen von dieser Wahrheit,
von diesem Aspekt der Wirklichkeit.*

*So wächst das Sein wie ein Baum in deinem Bewusstsein.
Also suche nicht nach einem scharfen Kontrast zwischen dem Relativen
und dem Absoluten. Die ganze Relativität ist Ausdruck und
Manifestation des Absoluten.*

*Wenn du diese Wahrheit intuitiv wiedererkennst,
dann kannst du innerlich ruhig und sicher sein:*

*Du hast das Wesentliche verstanden,
und das Wahre, das Gute und das Schöne
werden sich immer mehr
offenbaren in deinem Leben.*

*So wirst du innerlich mehr und mehr eins
mit dem was du im Wesen bist:
reine Glückseligkeit!*

*Herzlichst,
Frans Langenkamp,
29. Oktober 2022*

Einleitung

Es ist allgemein bekannt, dass wir für unsere körperliche Gesundheit viel Gutes tun können, indem wir täglich gesunde Nahrung zu uns nehmen. Könnte es nicht auch so sein, dass wir unsere *geistige Gesundheit* ebenso gut fördern könnten, indem wir täglich gesunde *geistige, seelische Nahrung* zu uns nehmen? Könnten wir vielleicht mehr Glück und Erfüllung erfahren, wenn wir unserem inneren Selbst etwas zukommen lassen, das uns inspiriert und uns in unserer geistigen Entwicklung weiter hilft?

Ist es nicht immer die Absicht aller Weisen gewesen, ihren Mitmenschen gesunde Nahrung für die Seele zu geben? Hatten sie nicht die Absicht ihren Mitmenschen in ihrer geistigen, seelischen und spirituellen Entwicklung zu helfen? Von Natur aus streben alle Lebewesen danach glücklich und gesund zu sein. Wollen wir aber dieses tiefe Bedürfnis befriedigen, benötigen wir ein bestimmtes Ausmaß an Wissen und Weisheit. **Die Weisen aus allen Zeiten wurden deshalb als weise betrachtet, weil sie wussten was im Leben *essentiell* ist. Sie wussten was der Mensch braucht um glücklich, liebevoll und weise zu werden.** Sie wussten wie wir geistig gesund und geistig erwachsen werden können. Sie wussten was in diesem Prozess wichtig und wesentlich ist. Und hier kommt der Nutzen dieses Buches ins Spiel. Hier findest du von zweiundzwanzig Weisen aus Ost und West – sowohl aus uralten Zeiten als auch aus der Gegenwart – ihre essentiellen Aussagen. Das macht dieses Buch zu einer bis zum Rand gefüllten Schatztruhe mit wahren und nützlichen Lebensweisheiten! Reine Nahrung für deine Seele!

In diesem Buch findest du zwei Dinge:

- 1. Die essenziellen Botschaften von zweiundzwanzig weltberühmten Weisheitslehrern und -Lehrerinnen.**
- 2. Die klare Demonstration der Tatsache, dass all diese Weisheitslehren im Wesen das Gleiche meinen und das Gleiche bewirken wollen!**

Ich glaube, dass diese beiden Punkte ziemlich einzigartig sind. Normalerweise sind die Menschen an *eine* bestimmte Weisheitslehre gebunden. Das macht viele blind für andere Strömungen von Weisheit. In diesem Jahrhundert der blitzschnellen und weltweiten Kommunikation ist es jedoch möglich geworden, jede beliebige Strömung von Weisheit aus der Nähe zu betrachten und viele Lehren miteinander zu vergleichen. Das ist genau was wir in diesem Buch machen! Hier wirst du mit der Essenz der Weisheitslehren von zweiundzwanzig weltberühmten Lehrern und Lehrerinnen vertraut gemacht. Und als ob das noch nicht genug geistige Nahrung wäre, wird dabei auch noch demonstriert, dass all diese Strö-

mungen von Weisheit *im Wesentlichen* dasselbe meinen und auf denselben universalen Wahrheiten beruhen.

In diesem Buch findest du also jede Menge universale und zeitlose Einsichten, welche dir als tägliche Portion geistiger und seelischer Nahrung dienen können. Indem du diese vielen Ausdrücke der Wahrheit und Weisheit aus den verschiedensten Traditionen zu dir nimmst, wird dir automatisch bewusst, dass *die Essenz* all dieser Strömungen von Weisheit einer gemeinsamen, zeitlosen Wurzel entspringt und deshalb in allen Strömungen die gleiche ist.

Diese geistige, intellektuelle und seelische Nahrung ist so vitaminreich und so außergewöhnlich nahrhaft, dass sie dir helfen kann, das Ziel deines Lebens zu erreichen. So bald du nämlich die *Einsicht in die Essenz der Wirklichkeit* erlangst und erkennst, dass alle Menschen und alle Ebenen der Wirklichkeit von dieser *einen Essenz* durchdrungen werden, wirst du dich geistig tiefgehend genährt fühlen und du befindest dich auf der Schnellstraße zu geistiger Erwachsenenheit. (*Note: Ich weiss, dies ist kein bestehendes deutsches Wort, möchte es jedoch aus dem Holländischen importieren, da es das Ziel des Lebens auf einfache, nicht esoterische Weise darstellt. Im Laufe dieses Buches werden die Merkmale der geistigen Erwachsenenheit ausführlich besprochen.*)

Geistige Erwachsenenheit ist einfach die moderne Benennung eines Zustandes des Bewusstseins, welcher in den verschiedenen Weisheitstraditionen mit vielen Namen besungen wird: Erleuchtung, Befreiung, Rettung, Moksha, Jivan Mukta, Kaivalya, Kensho, Satori, Samadhi, Unio Mystica oder die Vereinigung mit dem Göttlichen. Ich lade dich herzlich dazu ein, die Perlen und Diamanten von Weisheit die du in diesem Buch finden wirst, zu genießen, so dass du immer mehr dem mühelosen und immer glücklicher machenden Weg in die volle Entfaltung deines geistigen Potentials beschreiten kannst.

Eine universale Philosophie

Das Leben ist schon immer unendlich komplex gewesen, doch heutzutage manifestiert es sich als komplexer denn je! Durch die modernen Kommunikations- und Transportmittel werden wir täglich mit Dingen konfrontiert, die in weit entlegenen Teilen der Welt stattfinden. Das kann ziemlich verwirrend für uns sein.

Die Komplexität und die Wahlmöglichkeiten scheinen immer größer zu werden! Mehr denn jemals zuvor benötigen wir eine Erkenntnis, die uns eine Übersicht über die Gesamtheit des Lebens bietet.

Und genau damit beschäftigen wir uns in diesem Buch. Alle Menschen sprechen über dies und das, und über dieses und jenes. Dabei geht es ständig über Dinge,

Personen und Situationen. Es geht darum, wer dieses oder jenes gesagt oder getan hat, was dieser oder jene tun oder nicht tun sollte. Es geht um Politik, Wirtschaft, Religion, Kunst oder Wissenschaft. Es dreht sich immer um konkrete Dinge und wie wir damit umgehen sollten.

**In diesem Buch jedoch gehen wir etwas anders vor,
wir unterbrechen diese allgegenwärtige
Angewohnheit des Menschen.**

**Wir machen hier etwas ganz Spektakuläres,
etwas ganz Besonderes, etwas Neues,
ja, etwas richtiggehend Unerhörtes.
Wir sprechen über ... *die Essenz*.
Wir sprechen über *die gemeinsame
Essenz von allem und jedem*.**

Wir sprechen über die gemeinsame Essenz von dir und mir, die Essenz von allen Menschen, allen Tieren und allen Pflanzen, die Essenz von allen Sternen und Planeten, die Essenz aller Wissenschaften und Religionen. Von der Essenz aller Philosophien und Künste. Das Schöne das dabei ans Licht kommen wird ist, dass all diese Dinge, Menschen und Situationen *ein und dieselbe Essenz* haben. Wir werden einsehen, dass es nur *eine Essenz* der ganzen Wirklichkeit gibt!

Anders ausgedrückt: Durch die Lektüre dieses Buchs werden wir erkennen, dass wir auf der Ebene unserer gemeinsamen Essenz alle *Eins* sind. Diese Einheit unter den Menschen und allem was ist hat es schon immer gegeben und wird es auch immer geben. **Doch weil sich die meisten Menschen nur mit konkreten, praktischen und oberflächlichen Dingen beschäftigen, haben viele die Essenz, den Blick auf das Wesentliche, aus den Augen verloren.** Es ist ganz im Sinn eines englischen Sprichworts: *Out of sight, out of mind* (*aus den Augen, aus dem Sinn*). Aber wenn wir unsere *eine*, gemeinsame Essenz nicht erkennen, und nur Augen für die unendliche Vielfalt der Dinge haben, dann kann das Leben ziemlich kompliziert und problematisch werden.

**Mit dem Ziel, die unvermeidlichen Probleme zu lösen,
die dann auftreten, wenn wir uns unserer gemeinsamen
Essenz *nicht* bewusst sind, haben unzählige weise
Männer und Frauen versucht, uns eine
ewige und universelle Einsicht in
die Wirklichkeit zu geben.**

Die Weisen haben zu allen Zeiten immer ihr Bestes versucht, um ihren Mitmenschen eine Erkenntnis zu vermitteln, die für alle Menschen und zu allen Zei-

ten gültig ist. Viele Männer und Frauen haben sehr wesentliche Erfahrungen gemacht und tiefe Einsichten erlebt; Erfahrungen, die mit der oben genannten gemeinsamen Essenz von allem und jeden zu tun haben. Es lag im Zeitgeist der letzten zwei Jahrtausende, diese essentiellen Erfahrungen in *religiöse* Begriffe zu kleiden. So sind auf verschiedenen Kontinenten verschiedene Religionen entstanden. Gemäß der Natur dieser essentiellen Erfahrungen hatte jeder Religionsstifter den Eindruck gewonnen, dass es sich bei seiner Erkenntnis um etwas Absolutes, etwas Universelles handelte. **Die Essenz der Wirklichkeit ist von Natur aus absolut, ewig und universal, aber jeder Weisheitslehrer, jede Weisheitslehrerin formulierte diese zeitlose und universelle Erfahrung im Kontext der jeweiligen Sprache und Kultur sowie im Kontext des herrschenden Zeitgeistes.**

So entstanden viele voneinander getrennte Religionen, jede in ihrer eigenen Sprache, jede mit der ihr eigenen Symbolik, ihren eigenen Ritualen und ethischen Vorschriften, etwa für rechtes Handeln und dergleichen. **Die Urheber einer jeden Religion waren immer davon überzeugt, den Schlüssel zum richtigen Leben gefunden zu haben.** Und in der Tat, jede wahre spirituelle Erfahrung ist eine *kosmische* Erfahrung; eine Erfahrung der Einheit, der Heiligkeit und der Ganzheit allen Lebens!

Dabei offenbarte sich jedoch ziemlich schnell ein Problem: **Der Gründer der jeweiligen Religion hatte zwar eine essentielle Erfahrung gemacht, sein Umfeld und seine Gefolgschaft war jedoch meistens weit davon entfernt!**

Eine essentielle Erfahrung wird als eine Erfahrung der absoluten und universalen Ebene der Wirklichkeit definiert. Üblicherweise bezeichnet man das als eine spirituelle Erfahrung. **Der normale Wachzustand hat jedoch keine Rezeptoren für das was abstrakt, absolut, ewig, essenziell, göttlich oder kosmisch (allgegenwärtig) ist.** Doch was *ist* denn eigentlich dieses Essenzielle, Absolute und Allgegenwärtige? *Es ist das Sein an sich.* Wenn wir eine Philosophie entwickeln wollen die wirklich essenziell und universell ist, dann muss diese das *Sein* als Basis haben. Nur das *Sein* ist wahrlich *essenziell!* (das lateinische *esse* bedeutet: Sein)

Eine Philosophie, die auf dem Sein basiert, ist eigentlich sehr logisch und auch sehr einfach zu verstehen. Überlegen wir uns Folgendes: **Alles Bestehende ist letztendlich eine Seinsform; eine Form also, die das Sein angenommen hat. Alles Bestehende ist schlussendlich eine Form, in der uns das Sein erscheint. Oder man könnte es auch so sagen: Alles Bestehende ist eine Form, in der sich das Sein manifestiert hat.** Auch wir selbst sind eine Seinsform, ein Ausdruck des Seins. Ich denke, dass du mit mir darin übereinstimmst, dass der Mensch eine ziemlich *besondere* Seinsform darstellt. Was uns sehr besonders macht ist, dass wir im Prinzip dazu in der Lage sind, über uns selbst nachzu-

denken, über uns selbst zu reflektieren. **Wir sind im Prinzip in der Lage, tief in uns selbst zu blicken und uns unserer eigenen Essenz bewusst zu werden.**

Sobald wir unsere eigene Essenz erfahren, öffnet sich spontan ein weiter Horizont. Das Besondere und auch das Schöne dabei ist, dass unsere Essenz nicht nur *unsere* Essenz ist ... es ist *die* Essenz. Es gibt nur *ein* Sein, und als solches ist dieses *eine* Sein die Essenz von allem und jedem!

Da es per Definition nur *ein Sein* gibt, haben wir die universale, ewige und absolute Essenz der Wirklichkeit erfahren, sobald wir unsere *eigene* Essenz, unser eigenes Sein, erfahren haben.

Das Sein ist wahrlich und ohne Zweifel universal; es ist allgegenwärtig und es ist Eins! Es gibt nur *ein* Sein, als Quelle der unendlich *vielen* Seinsformen. Bitte realisiere, dass das Sein nicht nur ein schönes philosophisches Konzept ist, sondern eine Wirklichkeit. **Das Sein gibt es wirklich. Es besteht echt!** Man könnte sogar sagen, dass das Sein wirklicher ist als seine Manifestationen! Die Manifestationen des Seins sind an Raum und Zeit gebunden, sie sind befristet in der Zeit, und begrenzt im Raum. Jede Manifestation, jede Erfahrung ist vergänglich, aber das Sein an sich ist ewig und unvergänglich! **Wenn wir also dazu in der Lage sind, eine Philosophie der Wirklichkeit zu entwickeln, welche im Sein gegründet ist, dann haben wir wirklich eine universale und ewige Philosophie des Lebens!**

Das Sein ist also die Essenz der ganzen Wirklichkeit. Hat eine Philosophie der Wirklichkeit den Anspruch, universal und ewig zu sein, dann sollte sie darauf ausgerichtet sein, allen Menschen eine *Einsicht* in das Sein zu ermöglichen. Und vielleicht sogar noch wichtiger: sie sollte auch darauf ausgerichtet sein, allen Menschen die *Erfahrung* des Seins zu ermöglichen.

Wahre Weisheit sollte darauf ausgerichtet sein, jedem Menschen die Erkenntnis *und* die Erfahrung von der universalen und ewigen Essenz der Wirklichkeit zu ermöglichen.

Üblicherweise gehen die Religionen davon aus, dass man durch ethisches Verhalten (Gedanken, Worte und Taten) näher an die spirituelle, essenzielle Erfahrung kommt. Obwohl dieser Sichtweise fast universal angehängen wird, ist sie letztendlich nicht korrekt ... ja, man muss sogar sagen, dass sie irreführend ist.

Eine Religion hat per Definition das Ziel die Menschen wieder zurück zu verbinden (das Lateinische *religare* bedeutet zurückverbinden) mit der Essenz, mit der Ur-Sache, mit dem Göttlichen. Wunderbar! **Aber gelingt das über den Fokus auf das richtige Verhalten? Gelingt das mit Richtlinien für morali-**

sches Handeln? Die Geschichte hat mittlerweile überzeugend bewiesen, dass der Fokus auf moralisches Handeln nicht den gewünschten Effekt hat! Der Fokus auf moralisches Handeln ist zu oberflächlich; er greift nicht tief genug um eine spirituelle Erfahrung hervorzurufen. **Zurückverbindung mit unserer Essenz gelingt nur über den direkten Weg nach innen; Stille-Übungen, Meditation, Selbstreflektion, Selbststudie. Und nur durch eine spirituelle Erfahrung wird das Verhalten in zunehmendem Maße ethisch und mehr dem Gemeinwohl dienend.**

Wir sollten nicht vergessen, dass der *Ursprung* jeder Religion die spirituelle Erfahrung der Gründer ist. Wenn man aber als Normalsterblicher jedoch keine wirklich spirituelle Erfahrung gemacht hat, dann ist es auch nicht möglich, auf der Basis einer echten spirituellen Erfahrung zu denken, zu sprechen oder zu handeln. Jeder Versuch, sich im normalen Wachzustand nach idealen (spirituellen) Normen und Werten zu benehmen, ist zum Scheitern verurteilt. Unser Benehmen ist per Definition immer ein Ausdruck unserer inneren Kondition.

Leider ist es so, dass die meisten Religionen keine effektiven Methoden zur Verfügung stellen, durch die ein Mensch seine Essenz erfahren und somit eine spirituelle Erfahrung machen kann. **Das ist tatsächlich tragisch, da ohne spirituelle Erfahrung das richtige, ethische Benehmen sich nicht manifestieren kann.** Ethisches und ideales Benehmen ist der spontane Ausdruck von einem „höheren“ Bewusstseinszustand als dem üblichen Wachzustand. Dadurch, dass sich die Religionen auf das Verhalten im Wachzustand konzentrieren, haben sie das Pferd hinter den Wagen gespannt. Das spirituelle Gesetz des Lebens basiert auf dem umgekehrten Prinzip:

**In dem Maße in dem wir eine spirituelle Erfahrung erlebt haben,
wird unser Benehmen spontan richtig und ethisch!**

**Das (spirituelle) Pferd soll also vor den Wagen
des richtigen Benehmens gespannt werden.
Je mehr wir die entspannte und authentische Erfahrung
unserer Essenz gemacht haben, desto mehr
wird unser Benehmen entspannt,
natürlich und authentisch.**

**Da das Sein unser wahres Selbst ist,
wird unser Denken, Sprechen und Handeln
von selbst authentischer und wahrhaftiger,
je mehr wir uns unseres wahren Selbst bewusst sind,
und je mehr wir uns im wahren Selbst gegründet wissen.**

Der Nachdruck *wahrer* Weisheit liegt deshalb auf Methoden und Techniken, durch die die Erfahrung des *Seins* ermöglicht wird. **Wenn wir das *Sein an sich* erfahren, dann werden wir uns darüber bewusst, was es bedeutet einfach zu sein. Wir werden uns darüber bewusst, dass wir *im Wesen* das *Sein sind!* Das *Sein* ist unsere *Essenz*, und somit unsere *wahre Identität!* Wir *sind* das *Sein!* Wir werden uns einfach unseres eigen *Seins* bewusst! Unser Bewusstsein wird „bewusstes *Sein*“! Unser Bewusstsein wird eins mit dem *Sein!***

**Unser Bewusstsein wird eins
mit dem universalen, absoluten und ewigen *Sein*.
Das ist die wahre spirituelle Erfahrung, welche uns alle
an der Quelle unserer Gedanken erwartet.**

Durch eine spirituelle Erfahrung wird der gängige Wachzustand erweitert und vertieft! Wenn wir des *Seins* an sich bewusst werden, haben wir unsere *Essenz* und damit die *Essenz* der ganzen *Wirklichkeit* erfahren. Das ist die tiefste *essenzielle* Erfahrung welche ein Mensch machen kann. Das ist die tiefste *spirituelle* (oder religiöse) Erfahrung die ein Mensch überhaupt machen kann. Es ist die tiefste *wissenschaftliche* Erfahrung welche ein Mensch machen kann. Das ist die meist *intime* Erfahrung welche ein Mensch machen kann. Das ist die meist *friedliche* Erfahrung die ein Mensch machen kann. **Das macht uns zu einem tiefen Wissenschaftler und gleichzeitig zu einem tief spirituellen Menschen!**

Wollen wir das einfache und abstrakte *Sein* erfahren, dann brauchen wir lediglich unsere geistigen Aktivitäten zur Ruhe kommen zu lassen. Dazu müssen wir lernen innerlich still zu sein. Wenn wir uns dank täglicher Stille-Übungen immer mehr an den reinen *Seins*-Zustand gewöhnen, lernen wir allmählich, aus der Stille des universalen *Seins* heraus zu denken und wahrzunehmen. **Die Erfahrung des *Seins* findet in einem äußerst einfachen Zustand des menschlichen Bewusstseins statt.** Diese einfache *Seins*-Erfahrung versetzt uns in die Lage, die *Wirklichkeit* tiefgehend zu durchschauen und zu verstehen. Früher wurden diese *Versteher der Wirklichkeit* als *Mystiker* oder *Gnostiker* bezeichnet. Ich möchte hierbei behaupten, dass die Fähigkeit die *Wirklichkeit* von Grund auf zu begreifen, die natürliche Fähigkeit eines Menschen ist, welcher den Zustand der geistigen *Erwachsenheit* erreicht hat. Was man in den verschiedenen spirituellen Traditionen als *Erleuchtung* betitelt, ist dann auch nichts anderes als geistige *Gesundheit* und geistige *Erwachsenheit*. Aber darüber später mehr.

Eigenschaften des *Seins*

Lass uns versuchen, mehr über das *Sein* an sich zu verstehen, und lass uns herausfinden, wohin uns das führt! Je mehr wir über das *Sein* wissen, desto größer wird die *Wahrscheinlichkeit*, dass wir das *Sein* auch persönlich und direkt

erfahren werden. **Das worüber wir täglich nachdenken hat die Tendenz, sich als Wirklichkeit zu manifestieren, so lautet eine alte, universelle Weisheit.**

Was können wir also über das Sein herausfinden? **Obwohl das Sein vollkommen abstrakt ist, stellen wir fest, dass es per Definition die Quelle alles Konkreten ist.** Wie gesagt, alles was besteht ist eine Seins-Form! Und da alles *echt* besteht, muss auch das Sein *echt* sein! Ohne das Sein, könnte nichts bestehen. **Obwohl das Sein vollkommen abstrakt ist, ist es eine offensichtliche Realität!** Wenn wir also über das Sein sprechen, meinen wir damit viel mehr als eine bloße Idee oder ein altmodisches philosophisches Konzept!

Und obwohl das Sein nicht *etwas* im Sinne von etwas Konkretem ist – obwohl es also *nicht etwas* ist – ist es doch absolut real. Und es kommt noch mehr: das Sein an sich – das absolute Nichts – ist die Quelle und letztendliche Substanz von Allem was ist! **Das Sein an sich ist nicht Materie. Es ist noch nicht einmal Energie!** *Aber es ist die Quelle aller Arten von Energie, und deshalb auch die Quelle aller Arten der Materie!* Es ist die Essenz der ganzen Wirklichkeit. Ohne Sein könnte nichts bestehen! Alles ist ja eine Seins-Form. **Damit ist jede Art der Energie, jede materielle Form ein Ausdruck, eine Manifestation des Seins.** Schon aus rein logischen Gründen spricht also alles für die Existenz des Seins. Deshalb gehen wir von der Existenz dieser *Seins-Ebene* aus.

Ist das alles was wir über das Sein sagen können? Können wir noch mehr über das Sein herausfinden? **Könnte es sein, dass das Sein mehr als eine *passive* Existenz-Ebene darstellt? Können wir vielleicht bestimmte Eigenschaften am Sein feststellen?** Wenn wir davon ausgehen, dass alles Bestehende eine Seins-Form ist, könnte es dann nicht sein, dass das Sein nicht nur die stille, *passive* Essenz, sondern auch der *Ursprung* bzw. die *Ursache* der gesamten relativen, sich ständig erneuernden Schöpfung ist? Interessante Frage, nicht wahr?

Da das Sein per Definition ewig und unveränderlich ist, können wir es auch mit dem gleichstellen, welches Philosophen das *Absolute* genannt haben. Plato und Aristoteles nannten das absolute Sein gerne den *unbewegten Beweger*. Auch Buddha hatte offensichtlich diese abstrakte, universelle Ebene vor Augen, als er von *Shunya*, der Leere, sprach: dem Nichts, aus dem alles entstanden ist. Helena Blavatsky nannte das Sein gerne die *ursachlose Ursache*. Albert Einstein nannte den abstrakten Entstehungs-Grund aller Energie und Materie das *vereinheitlichte Feld*, das er als das Zuhause aller Naturgesetze sah, als das Heim aller Gesetze, die die Abläufe der natürlichen Phänomene steuern.

Da alles was besteht eine bemerkenswerte Ordnung bzw. Struktur aufzeigt, können wir schlussfolgern, dass dem Sein eine bestimmte Ordnung oder Struktur innewohnt. Eine kosmische Ordnung sozusagen. Wir könnten vielleicht sagen, dass Ordnung eine innewohnende Eigenschaft des Seins ist. **Und da das Sein die *Quelle* aller Seins-Formen ist, können wir schlussfolgern, dass**

es sich auch durch eine unendliche Kreativität kennzeichnet. Scheinbar mühelos manifestiert das Sein ja allerhand Arten der elektromagnetischen Strahlung, allerhand Elementarteilchen, Atome, Moleküle, Zellen, Organe, Organismen, Individuen, Gesellschaften, ökologische Systeme, Planeten, Sonnensysteme, Galaxien und ja, sogar das ganze expandierende Universum!

Das bezeichne ich in der Tat als Kreativität! Eine Form der Kreativität, die durch und durch intelligent ist und zielgerichtet wirkt. **Das Sein können wir also als ein Feld unendlicher Kreativität und unendlicher Intelligenz beschreiben.**

**Obwohl das Sein unsichtbar und abstrakt ist,
haben wir bereits mehrere Eigenschaften
des Seins kennengelernt.**

**Lass uns eine Liste der Eigenschaften machen,
welche wir dem Sein zuschreiben können.**

- es ist abstrakt
- es ist nicht *Etwas*
- es ist kleiner als das Kleinste
- es ist größer als das Größte
- es ist das allgegenwärtige Nichts
- es ist allgegenwärtig
- es ist universal
- es hat keinen Anfang
- es hat kein Ende
- es ist unveränderlich
- es ist ewig
- es ist zeitlos
- es ist absolut

- es ist identisch für alle, die es wahrnehmen
- es ist unendlich kreativ
- es besitzt eine absolute, innewohnende Ordnung
- es hat eine innewohnende Kreativität
- es hat eine innewohnende Intelligenz
- es ist die Quelle der ganzen relativen Schöpfung
- es hat eine unendliche inhärente Dynamik
- es ist das Absolute der Philosophen
- es ist die Leere der Buddhisten
- es ist der unbewegte Beweger von Aristoteles
- es ist die ursachlose Ursache von Helena Blavatsky
- es ist Einsteins vereinheitlichtes Feld
- es ist das Nullpunkt-Feld oder der Vacuum-Zustand der moderne Physik
- es ist das Zuhause aller Naturgesetze
- es ist die Essenz von allem und jedem
- es ist die Essenz von dir und mir
- es ist die Essenz und Quelle der ganzen Wirklichkeit
- Als solches ist das kreative und intelligente Sein identisch mit dem, was man in den Religionen als Gott bezeichnet.

Hier haben wir schon eine beträchtliche Menge an Wissen über *Etwas*, das nicht gesehen oder gehört, nicht berührt, nicht gerochen oder geschmeckt werden kann. Wahrscheinlich ist das der Grund, warum sich so gut wie niemand mit dem Sein beschäftigt! Kaum jemand denkt darüber nach, kaum jemand spricht darüber, kaum jemand kennt es, kaum jemand erfährt es. Somit ist das

Sein etwas mit dem die Menschheit sich kaum befasst. Sogar die Wissenschaftler sind der Ansicht, dass man über das Sein nichts mit Sicherheit sagen kann! Schade, denn das stimmt überhaupt nicht! Auch Religionen glauben nichts mit dem universalen Sein anfangen zu können, denn sie vertreten meistens lieber ein persönliches, kulturell bestimmtes Gottesbild.

**Doch hier wollen wir uns *schon* mit dem Sein beschäftigen!
Denn wir vermuten, dass wir etwas sehr Wichtigem
– etwas Essentiellem – auf der Spur sind.**

Gibt es *noch* etwas, das wir über das Sein feststellen können? Sicher!

**Wir können mit ruhigem Herzen sagen
und auch mit Sicherheit feststellen,
dass sich das universale Sein in drei
„Aggregat-Zuständen“ zeigt:**

- 1. Das Sein an sich** – still, abstrakt, allgegenwärtig, alles durchdringend, absolut und ewig.
- 2. Das Sein in Bewegung** – alle Arten von Energie.
- 3. Das Sein das eine Form angenommen hat** – alle Arten von Materie.

Und weil auch wir selbst eine Seins-Form sind, ist es nicht mehr als logisch, dass wir diese drei Aggregat-Zustände auch an uns selbst feststellen können:

- 1. Das Sein an sich** können wir in uns selbst wahrnehmen (uns dessen bewusst werden) als die Quelle unserer Gedanken, als unsere Essenz, unsere wahre Identität, unser wahres Selbst, unser bewusstes Sein, in einem Wort: als unser Bewusstsein. Es ist einfach das, was wir *im Wesen* sind.
- 2. Das Sein in Bewegung** können wir in uns selbst wahrnehmen als unsere geistige Aktivitäten – denken, fühlen, wahrnehmen, verlangen, wünschen, wollen, unterscheiden, entscheiden, träumen, fantasieren, etwas für gut oder schlecht befinden (bewerten) etc.
- 3. Das Sein das eine Form angenommen hat** können wir an uns selbst wahrnehmen als unseren Körper; eine geordnete, materielle Struktur.

Wir sehen also, dass das Sein wirklich sehr essenziell ist! In der Sprache der Wissenschaft ist das Sein das Zuhause aller Naturgesetze und die Quelle aller Energie und Materie. In religiösen Begriffen – wenn wir uns frei machen von den vielen verschiedenen kulturell-bestimmten Gottesbildern – können wir das Sein einfach gleichstellen mit dem Göttlichen! **Gott oder das Göttliche ist ja per Definition die *Quelle* von allem und jedem!** Deshalb geht jede wahrlich weise

Religion davon aus, dass das Göttliche unsere *Essenz* ist! **Mystiker aus Ost und West behaupten seit Jahrtausenden, dass sie *im Wesen* eins mit dem Göttlichen, oder mit Gott sind.** Beispiele dieser Mystiker gibt es viele: Jesus, Rama, Krishna, Shankara, alle Lehrer der Upanishaden, Patanjali (der Begründer der Yoga Philosophie), Rumi, Lao Tse, Buddha, Giordano Bruno, Meister Eckehart, Eckhart Tolle, Neale Donald Walsch, Louise Hay u.v.a.

In den spirituellen Erfahrungen, welche diese Vorgenannten und viele andere Menschen gemacht haben, wird *erstens* klar, dass es in der Tat so was gibt wie eine *Essenz*. Und *zweitens* haben alle erkannt, dass das Sein ihre wahre Identität, ihr wahres Selbst ist. **In der Stille einer Seins-Erfahrung erkennen wir, dass das Sein unsere wahre Identität, unser wahres Selbst ist. Als solches ist es die Quelle unseres Ich-Gefühls, die Quelle unseres Egos.**

Das Ego kann gesehen werden als das Zentrum unserer Persönlichkeit. Das Ich-Gefühl kommt tief von innen, es wohnt in unserer Seele, es stammt aus unserem wahren Selbst.

**Das Ego gründet also nicht in sich selbst,
es hat eine Quelle, ein Fundament als Basis.
Das Ich-Gefühl des Egos ist ein *Ausdruck* des Selbst.
Das Ego hat seine *Quelle* im Selbst.**

Das *wahre Selbst* ist absolut und universal; es ist das Sein an sich. Das *individuelle Ich* kann als eine Welle vom *Universalen Ich*, dem Ozean des Seins, dem Ozean des Bewusstseins verstanden werden. **Sobald wir eine Seins-Erfahrung haben, erkennen wir spontan, dass wir es Selbst sind. Wir sind das Sein! Das Sein ist unser wahres Selbst!** Dank einer Seins-Erfahrung erkennen wir, dass unser persönliches Ich-Gefühl – unser persönliches Ego – seine Quelle im Sein hat. Wir sind also nicht unser Ego, wir sind das Selbst! Das Ego ist, so wie alle anderen relativen Phänomene, ein Ausdruck, eine Manifestation des Selbst. **So erkennen wir, dass jeder Mensch, ja sogar jedes Lebewesen, sein individuelles Ich-Gefühl aus dem universalen Sein entlehnt!** Diese ewige und universelle Wahrheit drückte Meister Eckhart auf religiös gefärbte Weise aus: „*Eigentlich kann nur Gott ‚ich‘ sagen.*“

**Wenn wir tiefer und tiefer eintauchen
in die Natur des Seins – und das tun wir
indem wir eine Stille-Übung zu unserer täglichen Routine
hinzufügen – dann erfahren wir immer mehr,
dass unser individuelles Bewusstsein
sich allmählich angleicht an das universelle Sein,
an das universelle Bewusstsein!**

Unser Ego wird immer mehr bewusst gegründet im Selbst.

So wie die oben genannten Mystiker, können auch *wir* erfahren, dass unser Bewusstsein eins wird mit dem universalen Sein. Besser ausgedrückt: **Wir können uns allmählich der Tatsache bewusst werden, dass unser Bewusstsein im Wesen eins ist mit dem universalen Sein.** Obwohl wir dann unser *persönliches* Ich-Gefühl transzendiert haben, erleben wir auch, dass das Bewusstsein an sich *nicht* verschwunden ist! **Wir sind nicht verschwunden! Und sogar unser Ich-Gefühl ist nicht verschwunden!** Unser Ich-Gefühl ist universal geworden! Unser individuelles Bewusstsein ist ins Unendliche expandiert; wir werden eins mit dem kosmischen Sein! **Mit anderen Worten: unser Bewusstsein ist kosmisch geworden!**

Es ist an diesem Punkt, dass ein großes Aha-Erlebnis entsteht ... unser persönliches Bewusstsein macht einen Art Quantensprung in die Unbegrenztheit und erkennt, dass es im Wesen schon *immer* kosmisch gewesen ist. Nur wussten wir es nicht. **So wie ein Fisch, der das Wasser um sich herum nicht erkennt, so hatten wir die alldurchdringende und allgegenwärtige Natur unseres Bewusstseins nicht erkannt.** Wir ahnten nichts von unserer unbegrenzten, ja sogar göttlichen Essenz. Im gängigen Wachzustand hatten wir uns mit unserem sterblichen Körper identifiziert. In einer Seins-Erfahrung lösen wir uns aus der Identifikation mit der Materie und erfahren, wer oder was wir wirklich *sind*. Wir erfahren, dass wir Bewusstsein *sind* und einen Körper *haben*.

Sein und Bewusstsein

**Mit dieser Entdeckung, dass unser Bewusstsein
im Wesen universal und kosmisch ist,
erkennen wir in uns, dass Bewusstsein
und Sein im Wesen ein und dasselbe sind!**

Bewusstsein entsteht nicht erst aus den elektrochemischen Aktivitäten unseres Gehirns, sondern umgekehrt: die elektrochemischen Aktivitäten unseres Gehirns, und das Gehirn als solches, entsteht aus der kreativen Intelligenz des bewussten Seins! Das Gehirn ist begrenzt in Zeit und Raum, aber Bewusstsein an sich ist ewig, universal und kosmisch! In der Erfahrung des absoluten Seins, erfahren wir die Wahrheit die Shankara, der Grundleger der uralten indischen Vedanta Sichtweise, zum Ausdruck brachte in den berühmten Worten (Siehe Shankara's Text *Brahma Jnana Valimala*, Vers 20): **Jivo Brahmaiva, na parah – Das individuelle Bewusstsein ist kosmisch, und nichts anderes.** Oben haben wir schon ausführlich besprochen, dass das *Sein* ewig und kosmisch ist. An diesem Punkt möchte ich gerne betonen, dass das Sein *kein unbewusstes* Sein ist! **Das Sein erkennt sich selbst! Das Sein ist sich seiner eigenen Existenz bewusst! Sein**

ist per Definition bewusstes Sein! Nach der persönlichen Seins-Erfahrung erkennen wir automatisch, dass Sein Bewusstsein ist! Wir entdecken, dass das Sein sich seiner selbst bewusst ist! *Bewusstheit ist eine innewohnende Eigenschaft des Seins!* **Sein ist identisch mit Bewusstsein!** Hier haben wir also die ultimative Definition von Bewusstsein: Bewusstsein ist das Sein, das sich selbst erkennt und sich seiner kosmischen Natur bewusst ist.

Sein ist Bewusstsein! Diese ultimative Einsicht wird in den vedischen Texten sehr ausführlich behandelt. Man könnte sogar behaupten, dass es das zentrale Thema der 108 Texte der Upanishaden ist, die in der uralten vedischen Zivilisation gründen. Diese Texte wollen uns erklären, dass *Sein* identisch mit *Bewusstsein* ist, und dass Bewusstsein von Natur aus *glücklich* ist.

Diese drei Eigenschaften, so sagen die Upanishaden, sind untrennbar miteinander verbunden. Ihrem Wesen nach sind sie eins: Sein, Bewusstsein, Glückseligkeit. Im Sanskrit kennt so gut wie jeder Inder die geflügelten Worte: **Sat Chit Ananda** – **Sein, Bewusstsein, Glückseligkeit**. Meistens wird es schöner übersetzt als: Absolutes Glückseligkeits-Bewusstsein. Das ist also unsere Essenz und somit die Essenz der ganzen Wirklichkeit!

Wenn wir auf dieser Ebene – der Ebene von *Sat Chit Ananda* – angekommen sind, erhalten wir also eine äußerst wichtige essenzielle und universelle *Ein-Sicht!*

**Das universale Sein ist universales Bewusstsein.
Bewusstsein ist genauso ewig und kosmisch wie das Sein.
Es gibt keinen Unterschied zwischen Sein und Bewusstsein.**

Das Sein ist sich seiner selbst bewusst. **Das Sein verleiht jedem Lebewesen nicht nur seine Existenz bzw. sein Sein, sondern auch sein Bewusstsein!** Und gleichzeitig schenkt es jedem Lebewesen das in sich selbst innewohnende Glück! Deshalb konstatieren wir, dass von Natur aus jedes Lebewesen sich darüber freut am Leben zu sein.

**Das Leben wird in dem Maße mehr
und mehr zu einer glückseligen Erfahrung,
in dem wir unsere eigene Essenz, die Essenz des Lebens
und die Essenz der Wirklichkeit erfahren.**

Deshalb verzeichnen Mystiker aus Ost und West, dass das Sein als reines, unbegrenztes Glückseligkeits-Bewusstsein erfahren wird!

Wir haben schon festgestellt, dass das *Sein* unsere Essenz ist, doch nun können wir zudem registrieren, dass **Bewusstsein unsere Essenz ist**. Die Essenz unserer