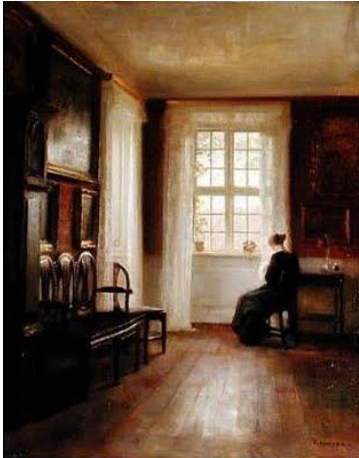


April 2017



Sieh, was vor Dir ist

Auf dem Vierten Weg ist es möglich, mit verschiedenen Techniken und Übungen den Geist zur Ruhe zu bringen. Wenn sein Geplapper verschwindet, kann sich das Herz ausdehnen. In solch einem Zustand – befreit von inneren Assoziationen und Ängsten - sind wir eher in der Lage das zu sehen, was vor uns ist.

Jesus sprach: „Erkenne, was vor Dir ist, und was Dir verborgen ist, wird Dir enthüllt werden. Denn es gibt nichts Verborgenes, was nicht offenbar werden wird.“ – Thomas-Evangelium (5)

Wie können wir diese neue Sichtweise hervorrufen? Auf dem Vierten Weg ist das intellektuelle Zentrum der Sitz der Sprache, das Gedanken, Emotionen und Instinkte in Worte fasst. Diese Worte, diese Begriffe denken, fühlen und spüren wir. Im Vergleich zu Empfindungen oder Emotionen ist das Intellektuelle relativ langsam, was eine Chance für uns darstellt. Mit Hilfe eines starken emotionalen Wunsches sowie Methoden im Bewegungszentrum können wir die Gedanken kurz anhalten, um uns aus uns selber hinaus zu lenken. Dieses Ziel muss fortlaufend bejaht werden, damit es für mehr als ein paar Sekunden erfolgreich ist.

Um diesen Zustand zu erzeugen, können wir versuchen, einen Eindruck (ein Objekt) außerhalb von uns zu wählen, während wir uns gleichzeitig unserer selbst erinnern (unseres Körpers, unseres inneren Zustands, unseres Herzens). Dieser doppelköpfige Pfeil der Aufmerksamkeit wird als "geteilte Aufmerksamkeit" bezeichnet, ein Schritt in die Richtung vollständiger Selbsterinnerung.

Indem wir das „Ich“ im üblichen Sinne fallen lassen, schaffen wir eine Verbindung zu einem Höheren Selbst, dem "Ich bin". Ohne die üblichen Wolken unserer Gedanken und ohne gewöhnliche Gefühle schauen wir in die Reale Welt; wir beginnen zu sehen, was vor uns ist.

Gleichzeitig ermöglicht ein ruhiger Geist, einen Blick auf den Ablauf der großen kosmischen Gesetze zu werfen. Zwei dieser Gesetze, die ausführlich im Vierten Weg beschrieben werden, sind das Gesetz der Oktaven (Gesetz der Sieben) und das Gesetz der Triaden (Gesetz der Drei). Anstatt persönlich in dem verhaftet zu sein, was wir anschauen, können wir in diesem neuen Zustand des "Ich bin" im tieferen Sinne Ursache und Wirkung in dem erkennen, was wir betrachten.

Auf eine neue Art sichtbar geworden, können nun komplette Prozesse erblickt werden, inklusive aller Intervalle, die auftauchen. Wir mögen auch Triaden erkennen, sowohl die vollständigen als auch die unvollständigen – einerseits solche, wo katalysierende Kräfte auf einen Impuls folgen und Hindernisse wegwischen; als auch solche, wo ein Wunsch keine ausreichende Motivation finden kann und unerfüllt bleibt. Zu sehen, was sich ereignet, und nicht das, was wir bevorzugen oder erhoffen zu sehen, verkörpert einen neuen Zustand des Seins. Das Leben selbst beginnt uns einzuladen, das Geheimnis im Ablauf großer Gesetze zu betrachten. Schließlich verändern unsere Ängste und Vorlieben ja nicht, was sich in der realen Welt ereignet. Und diese Reale Welt lädt uns ein, an dem, was wirklich hier ist, teilzunehmen.

Lieber Freund, dein Herz ist ein polierter Spiegel.
Du musst den Schleier des Staubes abwischen, der sich darauf angesammelt hat,
denn es ist dazu bestimmt, das Licht der göttlichen Geheimnisse zu reflektieren.
Al Ghazali