

## **Orientierungshilfen für die 9.**

### **Woche LOK, Kapitel 25 und 27, 1. Abschnitt (S. 223-226)**

Lasst uns mit dem zweiten Teil des Lesetextes beginnen. Ich glaube, dass es hier vieles gibt, womit man in Beziehung treten kann.

Wie können wir eine Welt betreten, in der die Existenz des Selbst nicht die zentrale Realität ist, in der der Zeuge eine völlig andere Dimension des Seins bezeugt? Es ist klar, dass wir (das Selbst) Widerstand dagegen leisten. Im Kapitel 27 werden verschiedene Formen des Widerstands erforscht: vergessen und ignorieren, Voreingenommensein, Desinteresse und vieles mehr. Die beiden Hauptstrategien sind Verwirrung und Aneignung solcher neuen Dimensionen. Der Text ist sehr klar; ich schlage nur vor, dass du dir Zeit dafür Zeit nimmst deine eigenen Erfahrungen mit den hier im Text diskutierten Strategien zu vergleichen.

Der Text sagt, dass „in Momenten der Überraschung oder ungewöhnlicher Intensität“ (S. 223) das Selbst in Frage gestellt sein könnte. Aber dies wirft eine Frage auf: Ist es nicht möglich in solchen Momenten eine tiefe Befreiung zu fühlen anstatt mit existentieller Angst erfüllt zu sein? Ich erinnere mich z.B. einmal eine Beschreibung gelesen zu haben von jemandem, der nach Hause kam und entdeckte, dass sein Haus brannte, und es war zum Löschen zu spät. Anstatt in Panik zu geraten oder einen tiefen Verlust zu spüren, erlebte er ein tiefes Gefühl der Befreiung, als ob er eine riesige Last los wäre und nun frei war das zu sein, was immer er wollte.

Werden solche Möglichkeiten im Text anerkannt? Es wird nicht viel darüber gesagt, aber vergleiche die Stelle ganz am Ende des Kapitels, wo Rinpoche sich vorstellt, dass jemand sagt, „Nun sehe ich die Wahrheit!“ Ist es das, worum es hier geht?

Im Haupttext (Kapitel 25) erforschen wir weiter, wie das Selbst das sein kann, was es zu sein behauptet. Hier findet man eine interessante Diskussion darüber, warum wir der gründenden Geschichte so verpflichtet sind (trotz der Tatsache, dass sie nicht konsequent zu sein scheint). Dies ist ein Paradoxon, das die Therapeuten gut kennen: Menschen wollen glücklich sein, aber sie weigern sich oft die Ursachen für ihr Unglück aufzugeben. Hier wird dieses Muster auf einer sehr tiefen Ebene beschrieben.

Lasst uns ein wenig nach vorne zum nächsten Programm schauen. Wie ich in der Telefonkonferenz erwähnt habe, bewegen wir uns auf nicht-linearen Wegen durch Love of Knowledge hindurch. Zu Anfang werden wir weiter einige der Wege erforschen, auf denen das Selbst fortfährt, sich von einem anderen Weg des Seins und Wissens abzuschneiden, sogar wenn es den Anspruch erhebt eine tiefe Verwandlung zu suchen. Aber dann wenden wir uns einer anderen Möglichkeit zu, verwurzelt in der Macht der Untersuchung. Wir werden dem Text folgen, wie er dies in einigen wirklich wundervollen Wegen untersucht. Schließlich werden wir zurückspringen zu einer viel früheren Stelle im Text. Der Schwerpunkt liegt noch auf Untersuchen. Aber das Ziel wird sein, etwas von dem, was wir untersucht haben, auf sehr konkrete Weise anzuwenden. Wir werden uns die Muster anschauen, die unser Leben gestalten, und wir werden Wege praktizieren, durch sie hindurch zu sehen. Ich freue mich darauf.