

# All in One

Irgendwann erwacht in den meisten von uns der Wunsch, hinter die Kulissen des Lebens zu schauen und zu erkennen, worin der Sinn des Seins liegt: Manchmal geschieht dies mitten in einer Krise, manchmal auf dem Höhepunkt eines Erfolgs, oft nach einem einschneidenden, existenziell bedrohlichen Erlebnis oder einfach, weil sich das Leben als leer und oberflächlich erweist. In solchen Augenblicken fragen wir uns, ob das wirklich schon alles gewesen sein soll, ob der Ort, an dem wir angekommen sind, schon wirklich unser Ziel ist. Fast immer findet das in einem Alter statt, in dem sich schon einige Lebenserfahrung angehäuft hat.

Wir haben an diesem Punkt das Gefühl, dass das nicht alles gewesen sein kann, das Vorhandene erscheint uns ungenügend, wir suchen nach einer neuen Orientierung. Der Wunsch nach einer spirituellen Öffnung, einem umfassenderen Bewusstsein, einem Verständnis von größeren Zusammenhängen und von unserem Platz in dieser Welt wächst. Wir fühlen, dass wir mehr sind als nur unser Körper, und möchten in andere Dimensionen aufbrechen.

Doch was geschieht, wenn ein Mensch heute nach einer tieferen Wahrheit Ausschau hält? Er landet unweigerlich im Dschungel der Esoterik. Hier lauern viele Gefahren – und das ist besonders gefährlich für Menschen, die sich gerade übergeordneten Sichtweisen öffnen. Denn selbsternannte Gurus und Mächtigen-Erleuchtete verwirren mit ihren vermeintlichen Wahrheiten und verleiten uns schnell zu Irrwegen.

Von Chakrastеinen und Pendeln über Karten legen, Hellseherei bis hin zu dubioser Lebensberatung – auf der Suche nach Wahrheit greifen wir nach jedem verfügbaren Strohalm. Wir verlieren damit nicht nur viel Geld, sondern häufig auch noch das letzte Quäntchen an Orientierung – und Erdung. Nicht selten verlässt uns bei der aufgesetzten esoterischen Philosophie und Psychologie auch unser gesunder Menschenverstand.

Mit diesem Buch wenden wir uns an Suchende, die sich gerade aufmachen, sich selbst und die Welt mit anderen Augen zu sehen. Wir wenden uns an Frauen, die nach dem Sinn ihres Daseins und der Welt überhaupt jenseits unserer üblichen Denkebenen forschen wollen und die noch nicht um die verschiedenen Wege dorthin wissen. Wir selbst sind aus völlig unterschiedlichen Richtungen kommend zu ähnlichen Erkenntnissen gelangt.

Manche Wege können Ihnen einfach »passieren«, ohne dass Sie sie bewusst einschlagen. Auf ihnen wandeln Sie völlig intuitiv und brauchen niemanden, der Ihnen erklärt, wohin »es« Sie führt. In vielen Bereichen ist aber gerade für spirituelle Einsteiger Orientierung vonnöten – vor allem, wenn sie etwas tiefer in die geistigen Dimensionen vordringen möchten. Denn bei jeder Bewusstseinsenerweiterung werden wir mit Gesetzen konfrontiert, die unsere bisherigen Glaubensmuster vollkommen auf den Kopf stellen können.

Ein grundlegendes Beispiel: Die Vorstellung der Dualität wird von allen spirituellen Lehren und Denkansätzen in Frage gestellt und letztlich aufgebrochen.

In der geistigen Welt strebt alles nach Einheit. Die Gegensätze von Schwarz und Weiß, Gut und Böse, Hüben und Drüben lösen sich auf. Es gibt nicht mehr »Diesseits« und »Jenseits«, die Grenzen werden aufgehoben, alles verwebt sich zu einem. Der göttliche Funke leuchtet in uns allen – wir erkennen, dass alles in einem steckt und umgekehrt. All in one. One in all. Das Ich ist ebenso ohne Grenzen wie das göttliche Prinzip – oder wie auch immer Sie es nennen wollen. Deshalb müssen wir uns mit dem Begriff des Einsseins auseinandersetzen. Herkömmliche philosophische und psychologische Vorstellungen können dabei ins Wanken geraten. Wer versteht schon auf Anhieb den Satz »All is one«? In einer Welt, in der man stets unterscheidend und bewertend voranschreitet und sich Meinungen bildet, hat diese Einheit keinen Platz. Langsam lernen wir jedoch, dass diese dualistische Denkweise eine von Menschen konstruierte Weltsicht ist. Als Kinder fühlten wir uns noch mit allem verbunden, denn Kinder verfügen noch über natürliche Spiritualität.

Mit der Erkenntnis »All in one« lernen wir, wieder zurück zu unserer spirituellen Herkunft zu finden. Wir erkunden die Welt mit den magischen Augen unserer Kindheit. Lernen unseren Instinkten zu folgen, schulen unsere Sinne und unser Gespür für Übersinnliches. Damit haben wir geeignete Werkzeuge in der Hand, um die übergeordnete Welt und ihren Sinn zu erkunden.

Um spirituell zu sein oder den tieferen Sinn des Lebens zu finden, müssen Sie weder Mönch noch Nonne werden, weder Buddhist noch Katholik, weder

Vegetarier noch Asket sein. Sie müssen keine magischen Tänze vollführen und brauchen kein spezielles Wissen, über das nur Eingeweihte verfügen. Spiritualität ist keine Frage der Religiosität, ebenso wenig äußert sich die Sinnsuche vordergründig durch ein bestimmtes Verhalten. Wir können mit jedem Atemzug, mit jeder Handlung, bei jeder Tätigkeit, mit jedem Gedanken spirituell sein. Spiritualität – die Suche nach dem Sinn unseres Daseins – ist eine Lebenshaltung und ein Weg, den Sie selbst bestimmen.

Die sieben Kapitel unseres Buches zeigen Ihnen auf, welche Möglichkeiten Sie haben, um zu einer größeren spirituellen Bewusstheit zu gelangen. Sie selbst entscheiden, welches Thema Sie als Einstieg besonders reizt, welches am besten in Ihr Leben und zu Ihrer Persönlichkeit passt.

Nicht zuletzt entscheiden auch Sie allein, welchen Weg Sie gehen und wie weit Sie ihn beschreiten wollen. Naturfreundinnen mögen ihre Liebe zum Garten zur stillen Einkehr nutzen. Frauen, die religiös gebunden sind, entdecken vielleicht eine neue Dimension ihres Glaubens. Wer sich gern künstlerisch ausdrückt, spürt vielleicht, dass für ihn in der Kunst eine Öffnung zum All-Einen liegt. Wer eine Vorliebe für buddhistische Heilslehren verspürt, wird sie als spirituellen Einstieg sehen. Es versteht sich von selbst, dass im Lauf einer spirituellen Entwicklung alle sieben Wege miteinander verbunden werden können, denn es ist eine allumfassende Entwicklung, und diese liegt ganz in Ihrer Hand. Es ist eine Entwicklung, die Sie allein nachvollziehen, aber auch mit anderen teilen können. Am Ende steht ein anderes Verständnis für das Leben. Es wird Ihnen

helfen, auch den Tod als Teil unseres Daseins anzunehmen.

Welchen Weg auch immer Sie wählen, am Ziel unserer Bewusstseinsweiterung stehen zwei Gefühle, zwei Worte aus unserem täglichen Sprachgebrauch: Dankbarkeit und Demut. Sie sind uns allen geläufig, doch sie wirklich zu spüren müssen die meisten von uns erst mühsam lernen.

Wie auch immer Sie dorthin kommen, wo Sie hinwollen, wir hoffen, dass Sie Ihre eigene tiefe Wahrheit und Demut gegenüber der Kostbarkeit unseres Daseins finden. Und wir würden uns freuen, wenn wir Ihnen etwas von unserer eigenen Dankbarkeit mitgeben könnten.