

# Einkaufswagen-Meditation

---

Innerhalb Deines täglichen Lebens lebst Du in erster Linie vor Dich hin. Das ist keineswegs negativ gemeint, sondern bezieht sich auf Dein Dasein innerhalb Deiner täglichen Routine, der täglichen Anforderungen mit den stets gleichen und immer wiederkehrenden Inhalten und Aufgabenstellungen. Da Du den wahren Sinn Deines Lebens, der Deinem eigenen Leben zugrunde liegt, in der Regel weder erkennen noch verstehen kannst, fokussierst Du Dich auf Deinen Verstand. Der Verstand im aktiven Zustand verfolgt stets zielgerichtet und konsequent seine selbst kreierten und generierten Zielvorgaben, die da lauten: Gewinn, Sieg, Vorteil, Gier, Besitz, Macht, Reichtum etc. Da Du keinerlei alternative Zielvorgaben zu denen des Verstandes kennst, vertraust Du Dich ganz Deinem Verstand mit seinen Grundeinstellungen an.

Nun, dadurch, dass Du Deinem Verstand völlige Handlungsfreiheit gewährst, befindest Du Dich, einmal bildlich dargestellt, als Konsument, als Käufer in einem riesigen Supermarkt, der Dein Leben darstellen soll. Da Du unendlich viele Wünsche hast, besitzt Du in der Konsequenz auch einen entsprechend überdimensionierten Einkaufswagen. Du als Konsument fährst nun permanent mit Deinem viel zu großen Einkaufswagen durch den Supermarkt Deines Lebens und versuchst nun zielgerichtet, so viele Waren und sogenannte Schnäppchen in Deinen Einkaufswagen hineinzulegen, wie nur möglich, denn Du willst konsumieren, willst Luxus, willst besitzen. Ich weiß ganz genau, wovon ich spreche, habe ich dies doch selber jahrelang exakt so praktiziert. Kaufen, Konsumieren, Shoppen, Besitzen – das sind die Dinge, an die man sich so lange hängt, solange man nicht in der Lage ist, ein anderes, höheres Ziel wahrzunehmen.

Während Du nun mit Deinem riesigen und überdimensionierten Einkaufswagen durch den Supermarkt Deines Lebens fährst, begutachtest Du fortwährend die Auslagen in den prall gefüllten Regalen. So groß auch Dein Einkaufswagen sein mag, so besteht doch trotzdem das Problem, dass Du an der Kasse für alle Waren bezahlen musst. Daher bleibt Dein übergroßer Einkaufswagen in Relation zu seiner Größe und damit auch in Relation zu Deinen Wünschen immer relativ leer. Hier und da greifst Du jedoch in die Regale und nimmst Dir die unterschiedlichsten Waren heraus.

Du kaufst beispielsweise ein Auto, legst es in Deinen Einkaufswagen, eine teure Urlaubsreise ist auch noch drin. Doch diese relativ großen Dinge sind eher die Ausnahme; meist wandern Kleinigkeiten in Deinen Wagen. Trotzdem versuchst Du, Dir permanent so viele Waren zu kaufen, wie nur möglich. Auch greift hier der Faktor der Gewöhnung, so dass es immer schwieriger für Dich wird, etwas in den Regalen zu finden, was Dich wirklich noch richtig begeistert, denn Du besitzt ja schon fast alles, und das, was Du nicht besitzt, kannst Du Dir leider einfach nicht leisten.

Während Du nun eines Tages wieder einmal mit Deinem Einkaufswagen durch den Supermarkt Deines Lebens fährst, siehst Du nun etwas Unbekanntes in einem der Regale liegen. Obwohl Du diesen Supermarkt so gut wie auswendig kennst, findest Du einen Sonderstand, den Du noch nie zuvor gesehen hast. Auf diesem befinden sich nun die „Meditation“, die „Intuition“ und die „Liebe“.

Du überlegst nun: "Welchen Vorteil könnten diese Waren Dir als Käufer und Konsument wohl bringen"? Du bist Dir zwar nicht sicher, worin exakt der Vorteil dieser Waren zu begründen ist, aber – sicher ist sicher – „Was man hat, das hat man“. Darum nimmst Du Dir nun sowohl die „Meditation“ als auch die „Intuition“ und die „Liebe“ und steckst sie unter großen Mühen in Deinen riesigen Einkaufswagen. Zu Hause beginnst Du nun freudig und erwartungsvoll damit, alle neu erworbenen Waren auszupacken.

Sowohl Dein neues Auto als auch Deine tolle Urlaubsreise kommen zum Vorschein, eine Ware nach der anderen packst Du aus. Doch dann der Schock: Wo ist die „Meditation“, wo die „Intuition“ und wo die „Liebe“? Wo sind diese Waren nur hin? Gewiss hast Du sie in Deinen Einkaufswagen gelegt, wo sind sie also geblieben? Wo hast Du sie nur verloren? Am nächsten Tag gehst Du deshalb wieder in den Supermarkt Deines Lebens und packst erneut „Meditation“, „Intuition“ und „Liebe“ in Deinen Einkaufswagen. Du passt nun sehr genau auf, dass Dir nicht wieder etwas abhanden kommt oder verloren geht. Aber zu Hause musst Du erneut erschrocken und ungläubig feststellen, dass die „Meditation“, die „Intuition“ und die „Liebe“ wieder nicht aufzufinden sind – dabei warst Du Dir doch so absolut sicher, sie eingepackt zu haben.

Nun, was versuche ich mit diesem Vergleich auszudrücken? Folgendes: Viele Menschen treffen im Laufe ihres Lebens auf die „Meditation“, auf die „Intuition“ und auf die „Liebe“, wie auch immer sich diese Anbahnung gestaltet. Aber der normale Mensch als Käufer und Konsument kümmert sich weder um die „Meditation“ noch um die „Intuition“ noch um die „Liebe“. Die einzigen Fragen, die sich der Mensch als Konsument stellt, sind: „Wo ist mein persönlicher Vorteil?“, „Wo ist mein Gewinn?“, „Was muss ich bezahlen?“ bzw. „Was muss ich investieren und wie viel mehr bekomme ich für meine Investition zurück?“ Um es deutlich auszudrücken: Das Denken des Verstandes reduziert die „Meditation“, die „Intuition“ und die „Liebe“ auf eine Gewinn- und Verlustrechnung. Der Verstand rechnet exakt wie ein Kaufmann. Gewinnorientierung und Gewinnmaximierung stehen einzig und alleine im Vordergrund, mehr nicht.

Mit solchem Denken ist es jedoch grundsätzlich unmöglich, mit Hilfe der „Meditation“ und der „Intuition“ zur „Liebe“ selber vorzudringen. Das, was mit solchem Denken erreicht werden kann, ist unbedeutend und von absolut geringer Größe. Wer immer nur auf seinen möglichen Gewinn schielt, der wird lediglich einen unbedeutenden Krümel des großen Glücks und des Friedens erhalten – von „Liebe“ kann überhaupt keine Rede sein.

Frage nicht zuerst nach Deinem Gewinn, sondern fühle in Dich hinein. Frage Dich: „Was kann ich selbst für diese Liebe tun?“ Die Menschen in meinem Umfeld wollen sich mit Hilfe der „Meditation“ und der „Intuition“ ein besseres Leben zu eigen machen, ohne jedoch selber irgendetwas dafür zu tun. Doch solche Denkstrategien funktionieren nicht. Du kannst vielleicht alle Menschen in Deiner Umgebung belügen, die „Liebe“ selber jedoch kannst Du niemals täuschen, sie erkennt Dein wahres Wesen, was auch immer Deine Strategie oder Dein Plan ist.

Zudem sind die „Meditation“, die „Intuition“ und die „Liebe“ keine Waren. Sie sind nichts, was Du Dir kaufen könntest. Andererseits stehen sie Dir und jedem einzelnen Menschen jederzeit offen. Sie liegen nur aus einem einzigen Grund in Deinem Supermarkt. Dieser Grund ist folgender; Die „Meditation“, die „Intuition“ und die „Liebe“ selber sind stets

bestrebt, Dich aus dem Supermarkt Deines Lebens wegzuführen, denn dieser Supermarkt ist Dein eigenes Gefängnis. Alle Waren im Supermarkt Deines Lebens sind käuflich. Auch wenn sie ihren Preis haben – für die „Meditation“, die „Intuition“ und die „Liebe“ selber gilt diese Aussage jedoch nicht.

Doch die wenigsten Menschen sind dazu bereit, sich auch nur ein wenig zu ändern. Nein, sie möchten so bleiben, wie sie sind, wollen sich im Supermarkt ihres Lebens die „Meditation“, die „Intuition“ und die „Liebe“ einfach nur nehmen, ohne dafür selber irgendeine Gegenleistung zu erbringen. Es ist völlig klar, dass dies nicht möglich ist.

Modeerscheinungen kommen und gehen wieder. Bei mir auf der Arbeit gab es beispielsweise eine „Sudoku-Welle“: Erst hatten nur wenige die Sudoku-Blöcke, aber nach und nach begeisterten sich immer mehr Mitarbeiter dafür. Nach einem halben Jahr war die Sudoku-Welle aber auch schon wieder vorbei. Es sind einfach nur vorübergehende Modeerscheinungen, die weder beständig noch von längerer Dauer sind. Exakt das gleiche galt für die „Meditationswelle“. Angefeuert durch Lehrgänge des Arbeitgebers, wie zum Beispiel „Stressmanagement in Belastungssituationen“, kamen relativ viele Mitarbeiter mit Meditation in Berührung.

Alle redeten plötzlich über die Meditation. Es ging darum, wie erreiche ich dies, wie erreiche ich jenes, wie führt man sie durch, wie oft und in welcher Art und Weise etc. Es ging vordergründig immer nur um technische Details. Alle wetteiferten plötzlich darum, wer die besten Entspannungübungen kennt. Es ging aber niemals darum, selber mit Hilfe der Meditation zu lernen oder sich mit Hilfe der Meditation selber nachhaltig zu verändern. Die Mitarbeiter wollten sich selber keineswegs verändern; vielmehr waren sie der Überzeugung, sich mit Hilfe der Meditation ein besseres Leben „erkaufen“ zu können. Wandeln? Ich? Auf gar keinen Fall, denn ich bin bereits perfekt.

Nach ihrer Meditation schimpften sie jedoch weiterhin in übelster Weise über andere Mitarbeiter, erregten sich wie immer schnell, hielten stets an den gleichen Fehlern fest, waren immer noch faul, schielten wie immer nur nach ihrem persönlichen Vorteil und waren, wie sonst auch, ungerecht anderen Mitarbeitern gegenüber. Ihre Meditationsversuche waren nutzlos, denn ihr Streben galt ausschließlich ihrem eigenen Vorteil. Bald war diese Meditationswelle auch schon wieder vorbei, da die Meditationsversuche nicht schnell genug den gewünschten Erfolg brachten – „alles nutzlos und viel zu anstrengend“.

Verstehe, dass Du nicht ein Diktator sein kannst, der am Morgen 971 Untertanen erschießen lässt, sein Land plündert, seine Landsleute hungern lässt, der grausam und brutal regiert und dann des Abends versucht, mit Hilfe der „Meditation“ und der „Intuition“ die „Liebe“ zu finden. Das eine schließt immer das andere kategorisch aus. Ein erfolgreicher, jedoch rücksichtsloser und skrupelloser Geschäftsmann kann es sich zwar finanziell erlauben, zehn Yoga-Lehrer zu beschäftigen. Trotzdem wird ihm dies in keiner Weise helfen. Denn die „Liebe“ ist in keiner Weise käuflich oder gar bestechlich.

Der Idealfall sieht hingegen jedoch folgendermaßen aus:

Erstmals siehst und hörst Du von „Mediation“, Du kommst auf die eine oder andere Art und Weise damit in Berührung.

Du meditierst ernsthaft und ohne jegliches Bestreben, dadurch einen persönlichen Vorteil zu erlangen.

Du hörst stets in Dich hinein, lässt Dich fallen, übergibst und überstellst Dich Deiner „Inneren Person“ mit ihrer Fähigkeit zur Intuition.

Früher oder später gewinnst Du mit Hilfe Deiner Intuition spontane und blitzartige Erkenntnisse und erhältst Zugang zu immer tieferen Bewusstseinsinhalten.

Diese Kenntnis, die Du mit Hilfe Deiner Intuition gefunden hast, macht eine nachhaltige Wandlung Deiner Person erforderlich. Die bedingungslose Bereitschaft zur Wandlung sollte Dich nicht abschrecken, denn Du kannst Deiner „Inneren Person“ mit ihrer Intuition wirklich absolut vertrauen.

Wenn Du Dich wandelst und Dich Deiner „Inneren Person“ und der Intuition übergibst, wird sie Dich zur „Mitte“, zum „Ausgleich“ führen, der die „Liebe“ selber ist.

Je mehr Du Dich wandelst, umso größer Deine Intuition, umso größer Dein Vertrauen, umso größer Dein Loslassen, umso größer Deine Fortschritte, umso größer Deine Erkenntnis.

Durch immer größere Fortschritte und Erkenntnisse erfährst Du nun große Ruhe und tiefen Frieden innerhalb der Stille Deines Geistes.

Es ist ein äußerst dynamischer Prozess, der sich immer weiter und schneller beschleunigt, solange Du bereit bist, Dich zu wandeln und Dich bedingungslos hinzugeben.

Immer mehr wirst Du der „Mitte“ gewahr, dem „Ausgleich“ und der „Liebe“, nach der sich jeder Mensch im Innersten seines Herzens sehnt.

Je mehr Du in dieser „Mitte“, dem „Ausgleich“ und der „Liebe“ verweilst, um so nachhaltiger Deine Wandlung: Alles strebt nun ausschließlich in diese eine Richtung, alles ist völlig harmonisch.

Da Du nun ohne Unterbrechung in dieser „Mitte“, dem „Ausgleich“ verweilst, bist Du stets in dieser „Mitte“.

Deine Handlungen entsprechen deshalb nun dieser „Mitte“ und dienen exakt dem „Ausgleich“, der die „Liebe“ selber ist.

Derjenige, der stets in dieser „Liebe“ verweilt und dieser „Liebe“ dient, ist als Konsequenz nicht von dieser „Liebe“ verschieden.

Derjenige, der nicht von dieser „Liebe“ verschieden ist, derjenige ist diese „LIEBE“.

Derjenige ist „SEIENDE LIEBE“ und „LIEBENDES SEIN“.

Siehe nun, Du bist nun selber das, wonach Du immer gesucht hast. Darum sei die Liebe selber, denn die Liebe ist Deine wahre Eigenschaft. Sobald Du selber die Liebe bist, wirst Du sofort verstehen und Dich Deiner wahren Natur vollständig erinnern.

Vor allem verschrotte Deinen Einkaufswagen, denn Du brauchst ihn überhaupt nicht. Dein Leben sollte sich nicht wirklich einzig und alleine im „Supermarkt Deines Lebens“ abspielen, da selbst alle Waren dieses Supermarktes zusammen klägliche Trostpreise sind im Vergleich zur Liebe selbst. Darum wähle nichts Geringeres.