

**Frei Sein – Wenn nicht Jetzt – wann dann ?
Wenn nicht im Herzen – wo denn?**

7

Einsicht in das Rad von Geburt und Tod

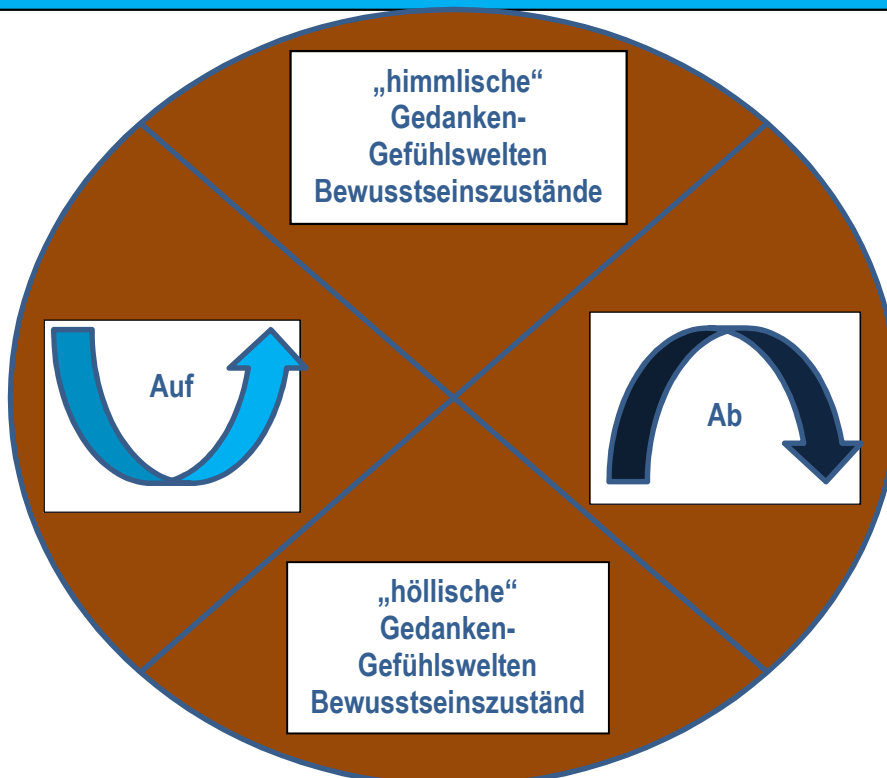
„Samsara SEHEN heißt, im durch meditative Konzentration entfalteten Bewusstsein das „Rad von Geburt und Tod“ als Gefahr zu erkennen, machtlos immer wiederkehrend im Kreis des Auf und Ab der Gedanken- und Gefühlswelten zwischen „Himmel und Hölle“ „wiedergeboren“ zu werden und dass es innerhalb des Körper-Geist-Bewusstseins keinen Ausweg gibt.

In diesen vergänglichen, leidhaften, substanzlosen Scheinwelten gefangen zu sein, tritt dir auf dieser Einsichtsstufe so deutlich vor Augen, dass du in diesem Moment als höchstes Geistesgut und Wichtigstes im Leben nichts anderes mehr siehst, als den Weg des Loslassens vom verhaftet sein im „Körper-Geist“ zu gehen, um ein Frei Sein, vor allem von den Welten der Ängste, Begierden und Abneigungen zu verwirklichen. Mit diesem Entschluss betrittst du den transzendentalen Pfad, den „Wahren Weg“, erweckt durch das durchdringende SEHEN aus der Transzendenz: **Vipassana**



SAT - Du BIST der Raum des Gewahrseins und SIEHST
Vipassana: transzendentes SEHEN der Dinge wie sie wirklich sind“

Einsicht in die 2. Edle Wahrheit: Karma und Wiedergeburt SEHEN des „Rad von Geburt und Tod“ verbunden mit dem dringlichen Wunsch nach Befreiung



Einsichten auf dem Weg zum Sein

Worte von Ayya Khema

„.....auf dem Weg der Einsicht kommt ein Stadium, in dem wir erkennen, dass unser Leben bisher auf Bedingungen aufgebaut war, auf die wir wenig oder keinen Einfluss haben.

**Zunächst hinsichtlich jener Bedingungen, die wir aufgrund unserer Erfahrungen kennen:
Wenn du mich liebst, musst du mich bewundern, beschützen und verstehen,
sonst kann ich dich nicht wiederlieben;
gibst du mir Sicherheit, schenke ich dir Vertrauen;
und so weiter.**

Diese äußeren Umstände sind aber unzuverlässig und daher unbefriedigend. Und weil wir sie niemals vollkommen bestimmen können, sind wir unsicher und ruhelos.

Auch unsere Stimmungen, Gemütsverfassungen, Bewusstseinszustände sind von äußeren Bedingungen abhängig und unzuverlässig, ebenso unsere Gedankengänge. Weil alles ständig zerfließt, finden wir in diesen Welten keinen Halt und versuchen, entweder in unerfüllbaren Wünschen oder materiellen Objekten Sicherheit zu finden. Aber auch diese beiden Ausweichmöglichkeiten unterliegen dem Verfall, genau wie alles in uns und um uns herum, und tragen somit zu unserer Unsicherheit und Ängstlichkeit bei.

Erst wenn wir diese Unsicherheit wirklich akzeptieren, können wir sie ertragen. Sie verliert dann ihren Schrecken, und wir brauchen keine weitere Energie aufzuwenden. Dieser Schritt wird „Ernüchterung“ genannt, und es handelt sich dabei um den ersten überweltlichen Schritt.

**Wenn diese „Ernüchterung“ eintritt,
haben wir die materielle Welt schon ein klein wenig hinter uns gelassen.
Wir haben erkannt, wie viel von dem bunten Geglitzer nichts weiter ist als Narrengold.
Wenn wir das merken, dann ergreift uns „Ernüchterung“ in Bezug auf die weltliche Ebene.**

*Viel Vertrauen, Hingabe und Zuversicht in die Praxis wünsche ich Es ist noch kein Meister vom Himmel gefallen, aber viele wurden auf der Erde geboren, weil sie gehört haben, dass es möglich ist – Frei zu Sein – immer Jetzt – wann sonst?
Im eigenen Herzen – wo sonst?*

Mit einem herzlichem Gruß Charlie