

ZEUGENBERICHT – Auszüge

Mir war als ginge ich einen Schritt zurück und zöge ein Tuch zwischen den Ankerpunkten an der Peripherie des Blickfeldes, ... Die Betrachtung geschah nicht auf der Ebene meiner Augen, sondern auf diesem ausgebreiteten Tuch vor mir, das sich nun anfühlt wie die Ausdehnung meines Kopfes. Ich, mein Kopf, mein Sehfeld hatten uns ausgeweitet.

Der ganze Raum auf diesem Tuch fühlt sich an, wie das Innere meines Sehfeldes. Es gab kein Innen und kein Außen und mein subjektives Ich war Teil dieses Betrachtungs- und Wahrnehmungs-Feldes geworden.

Ich schaue auf dieses Gesamtbild wie durch ein neues Fenster.

Das Gefühl der Ausdehnung, der Zustand der Wahrnehmung, den ich losgelöst vom bekannten Subjekt-Objekt Verhältnis erlebte. Ich war nicht aktiv oder passiv an etwas beteiligt. Lediglich die Wahrnehmung geschah!

EIN NEUBEGINN

Obwohl ich die New-Age-Idee der Bewusstseinsweiterung gut finde, stehe ich vielen der Methoden, mit denen dies geschieht, kritisch gegenüber.

Wie können wir jemals unser volles menschliches Potenzial entdecken, ohne alle unsere Sinne zu nutzen?

Wenn wir mit unseren Sinnen ausschließlich fokussieren, entgeht uns etwas außerordentlich Grundlegendes über die Natur des Lebens.

Das Einssein als alltägliche Erfahrung

Einssein, Absorption oder die mystische Erfahrung der Gegenwart Gottes wird normalerweise als Ergebnis von Gnade, langjährigem Gebet, Vergebung, moralischem Leben und Hingabe verstanden.

Aber wenn wir unsere Sinne wie die Tiere einsetzen – direktes panoramisches Bewusstsein der Veränderung in unserer lokalen Umgebung – können wir innerhalb weniger Tage oder Wochen ein gewisses Maß an Einssein erfahren.

Es ist unsinnig, diese Erfahrung zu ignorieren, nur weil sie das Einssein aus dem normalen religiösen Kontext herauslöst.

Genauso wie es für Agnostiker, Atheisten und Skeptiker irrational ist, diese Erfahrung abzulehnen, nur weil sie diese an Religion erinnert.

Panoramisches Wahrnehmen erfordert keine Moral, keinen Verhaltenskodex, keine Gesetze oder Gebote, und keinen Glauben. Aber man muss auch keinen anderen Glauben aufgeben – es sei denn, er lehnt ab, was Tiere uns lehren könnten. Es geht auch nicht um Geld, geheime Einweihungen, Treueschwüre oder clevere Theorien.

Das ist kein neuer Glaube, und es ist auch keine mystische Erfahrung. Es ist eine natürliche Fähigkeit, und sie gehört zum menschlichen Alltag.

Die Einfachheit jenseits des Glaubens

Lass uns zurückgehen zu den Fragen "Wer bin ich?", "Warum bin ich?" – und fragen "Bin ich alles, was ich sein könnte?", "Was ist mein Potenzial?"

Die Panoramaerfahrung fügt dem Menschsein eine völlig neue Dimension hinzu, und zwar was es bedeutet, lebendig und real zu sein, und was es bedeutet, ein integriertes, aber autonomes Individuum zu sein. Es ist eine neue Tiefenperspektive auf das menschliche Potenzial.

Sie wird vielleicht nie so mächtig sein wie Liebe, Vergebung, Gebet oder Meditation, aber sie ist ein unglaublich einfacher, fast völlig ungenutzter, praktischer und natürlicher Ansatzpunkt.

Und, Vergebung, Selbstlosigkeit und soziale Moral können sich viel leichter als Folge der Erfahrung von Einssein und Absorption entwickeln – anstatt als Vorbereitung darauf.

TEIL ZWEI ÜBERLEBENSSTRATEGIEN

Die Fokussierung ist immer spezifisch, sie selektiert bestimmte kleine Bereiche. Sie ermöglicht es, alles zu tun, was Tiere tun müssen.

Die Panoramawahrnehmung ist ein rezeptives Rundumbewusstsein. Ihr Hauptzweck ist der Schutz vor Gefahren.

Tiere koordinieren oder wechseln fast alle ihre fokussierten Aktivitäten mit der Panoramasensorik. Das ist eine Balance. Ihr Überleben hängt davon ab.

Die meisten Vögel reagieren empfindlich auf ultraviolettes Licht; mit einem kurzen Rundumblick können sie sofort bedrohliche Lebensformen erkennen. Landtiere müssen ein paar Sekunden lang sehen, lauschen und riechen, um Bewegungen oder Veränderungen wahrzunehmen.

Ein schlichter Alltagssinn

Das Leben begann panoramisch. Jede Amöbe hat Chemorezeptoren (zum "Riechen und Schmecken") und eine allgemeine Empfindlichkeit gegenüber Licht und Vibrationen.

Die Panoramasensorik ist eine sehr alltägliche und ordinäre Sinnesweise. Sie kennt keine Ideen, keine Wahrheit oder Lüge, keine Ursache und Wirkung.

Im Laufe der Evolution war es die natürliche Art, abzuschalten, nichts zu tun oder wollen, und für einen Moment aktiv empfänglich zu sein.

Die Panoramawahrnehmung hat sich entwickelt und durchgesetzt, weil sie der effizienteste Weg war, um uns direkt mit unserer gesamten lokalen Umgebung in Verbindung zu bringen. Es ist ein Gefühl, mit allem, was wir wahrnehmen, direkt verbunden zu sein.

Die Sinne werden oft als Tür zwischen uns und der Welt um uns herum angesehen. In der panoramischen Realität verbinden uns unsere Sinne mit der Welt. Das Gefühl ist: Wir sind die Tür.

Doch das Lauschen auf bestimmte Signale, wie jede Form der selektiven Aufmerksamkeit – schränkt unweigerlich die absolute, fast transparente Wachsamkeit ein, die verletzbare Tiere zum Überleben brauchen.

Verletzliche Tiere müssen offen und aktiv auf Überraschungen achten, selbst wenn sie nur leise oder weit entfernt sind. Stets im Bewusstsein plötzlicher Veränderungen in der alltäglichen Geräuschkulisse, immer auf der Lauer nach dem Unerwarteten.

Sinnesgenuss vs. Schutz

Außer vielleicht, wenn sie sich sicher fühlen und dösen – verpassen Tiere den Sinnesgenuss des Vogelgesangs. Aber sie überleben, indem sie bemerken, wenn sich der Vogelgesang plötzlich ändert. Sie verpassen die Meditation über die Schönheit der Stille, aber sie überleben, indem sie bemerken, wenn die Stille unterbrochen wird.

Für den Menschen ist es möglich, das visuelle Panorama zu erleben und trotzdem – langsam und unkritisch – zu denken und zu wollen. Der Wert des präemptiven Hörens liegt darin, dass es unmöglich ist, gleichzeitig zu denken oder zu wollen. Jeder Fokuspunkt setzt die notwendige offene Wachsamkeit außer Kraft, um Sekundenbruchteile von Klängen zu hören.

Es gibt keine bessere, direktere oder leichter zugängliche Methode als das präemptive Hinaushören, um das Denken und Wollen zu stoppen, selbst der Versuch verlangsamt die Gedanken für ein paar Sekunden.

Zunächst habe ich das präemptive Zuhören in Kombination mit der Panoramasicht eingesetzt. Es kann auch unabhängig davon eingesetzt werden, hat aber nicht so unmittelbar offensichtliche und bemerkenswerte Auswirkungen.

Alle Ideen und Erfahrungen in dieser Broschüre werden online erforscht und im Detail entwickelt.

Siehe insbesondere: "Aufwärmübungen".

Eine Erfahrung ist mehr wert als eine Million Worte.