Die Konzerthalle

Eine Analogie für erleuchtete Erfahrung im täglichen Leben.

Copyright Tim Reeves, Carolastr. 1A, D-04736 Waldheim

Ich verwende den Begriff Erleuchtung, um den Zustand zu bezeichnen, in dem die essentielle Nichtgetrenntheit (aller Phänomene, einschließlich aller Wesen) zu einem wirklichen Wissen einer Person geworden ist – weil sie es schlichtweg selbst wahrnimmt. Und vergiss nicht, dass es darüber hinaus noch weitere Zustände gibt.

Und da haben wir es: Wie kannst du als individueller Organismus weiter funktionieren, wenn du eigentlich fortwährend das Nichtgetrenntsein bemerkst – was bedeutet, dass du all die anderen Wesen, die du wahrnimmst, auch BIST, auf gewisser Weise? Für einige – ich selbst eingeschlossen – ist das alles andere als einfach. Ich habe mehr darüber geschrieben, im gesamten Buchabschnitt über ‚Grenzen'.

Dieser kurze Artikel ist eine allegorische Einführung in das Thema und insbesondere darüber, wie ich gelernt habe, damit umzugehen.

Nach jahrzehntelangen Übungen hatte sich mein Wahrnehmung in WRZ in dem Maße gelockert und erweitert, dass ich immer wieder in jeden und alles hineinfiel, was ich traf oder sah. Ohne mich von ihnen als getrennt zu empfinden. Ich fand es fast unmöglich, im normalen Alltag in einem solchen Zustand zu funktionieren, insbesondere da ich es nicht willentlich abschalten konnte. Gelobt sei, ist es inzwischen bei mir auf ein erträgliches Maß gesunken.

So ist das Leben mit der Erleuchtung für mich heutzutage:

Stell dir vor, du betrittst den hinteren Teil eines großen Konzertsaals. Die Beleuchtung ist gedämpft, der Saal ist voll, die Musiker sind noch nicht auf der Bühne erschienen. Viele im Publikum sprechen leise miteinander, so dass du im Hintergrund ein Geflüster von Stimmen hörst. Es ist ein bisschen wie die Statik eines Radios, das nicht auf einen Sender eingestellt ist. Du kannst die Summe der Stimmen hören, aber keine einzelne Stimme. So kannst du mit deinen eigenen Gedanken und Handlungen weitermachen, bemerkst kaum die Stimmen im Hintergrund (aber du weißt, dass sie da sind). Was ich mit dieser Analogie auszudrücken versuche, ist, wie ich das Nichtgetrenntsein erfasse: Ich weiß immer, dass es da ist, es ist wie ein Geflüster des Seins im Hintergrund.

Nun gehst du einen bestimmten Gang entlang in Richtung deiner Sitzreihe. So kommst du einzelnen Zuhörern nahe. Wenn du möchtest, kannst du dein Gehör kurz auf die Gespräche der Personen konzentrieren, an denen du vorbeigehst. Du kannst dich auch entscheiden, dich nicht auf sie zu konzentrieren oder sie einfach aus Gewohnheit zu

ignorieren. Dies entspricht den Möglichkeiten die ich habe, inwieweit ich die Nichtgetrenntheit von Personen bemerke, an denen ich auf der Straße vorbeigehe.

Schließlich findest du die Sitzreihe mit deinem nummerierten Platz in der Mitte und musst direkt mit einigen Personen interagieren, um sie zu bitten, dich zu deinem Platz gelangen zu lassen. Dann sitzt du da und hast keine andere Wahl, als die Gespräche von Leuten in deiner direkten Umgebung mitzubekommen. So in etwa ist es für mich, das Nichtgetrenntsein von Personen zu erkennen, mit denen ich direkte Interaktion habe. Der Effekt variiert, manchmal spüre ich fast nichts, aber manchmal genug, um ein altes Trauma zu wecken.

Vielleicht findest du diese Analogie einigermaßen hilfreich, fragst dich aber immer noch, wie sich das Bemerken des Nichtgetrenntseins tatsächlich anfühlt. Gute Frage. Ich kann nur sagen: Mache fleißig wahrnehmungsausdehnenden Übungen!