

Lisa Cairns

*Gelebte Non-Dualität*  
*Erfahrung ohne Ich*

Aus dem Englischen von  
Frank Korte und Franziska Zander

adecis  
verlag 

Deutschsprachige Erstausgabe Oktober 2019  
Copyright © 2019 adecis Verlag  
Alle Rechte vorbehalten  
Nachdruck, auch auszugsweise, nicht gestattet  
Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt.  
Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig.  
Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung,  
Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

adecis Verlag – ein Projekt der  
adecis GbR, Frank Korte und Mareike Reimer  
Wörthstr. 5 · 65185 Wiesbaden · Tel.: +49 611 525411  
E-Mail: [info@adecis.de](mailto:info@adecis.de) · [www.adecis-verlag.de](http://www.adecis-verlag.de)

Transkription (Englisch): Julie Rumbarger  
Redaktion und Lektorat: Frank Korte, Mareike Reimer, Franziska Zander  
Korrektorat: Verena Beau, [www.dasgoldene wort.de](http://www.dasgoldene wort.de)  
Covergestaltung & Satz: Wolkenart – Marie-Katharina Wölk, [www.wolkenart.com](http://www.wolkenart.com)

Herstellung: BoD – Books on Demand, Norderstedt.  
1. Auflage  
ISBN: 978-3-947193-11-0 (Print)  
ISBN: 978-3-947193-12-7 (E-Book)

# Inhalt

Über dieses Buch	7
Persönliche Geschichte	10
Die Suche nach Erfüllung	21
Lebendigkeit	29
Vergleich und Beschreibung	32
Das Mysterium	36
Autonomie und Entscheidung	39
Vergänglichkeit	48
Die Einfachheit des Seins	51
Schlimme Erlebnisse	56
Was Befreiung bedeutet	63
Unpersönliche Liebe	68
Was willst du wirklich?	71
Eins-Sein	75
Die Empfindung von Mangel	77
Du bist nicht der Körper	80
Das Hier übersehen	83
Frieden	85
Das Ende des Spiels	88
Die Freiheit wahrhaft wollen	91
Einfach nur sein	97
Das Selbstbild	100
Fragen und Antworten	104
Eine Liebesgeschichte	105
Positives Denken	108
Nach Hause finden	110
Was ist mit dir geschehen?	114

Wahl und Nicht-Wahl	120
Selbsterforschung	124
Gedanken	126
Woher kommt das Ich?	128
Die Quelle des Persönlichen	134
Der Zweck des »Ich«	137
Selbstliebe	139
Tägliches Leben	140
Missbrauch	143
Alles bist du	150
Vergangenheit und Zukunft	154
Was kann ich tun?	157
Nicht-Handeln	159
Verlustprogramm	163
Es satt haben	168
Konditionierung	170
Sich »nicht gut genug« fühlen	174
Ein einziger Fluss	190
Wer ist »der andere«?	198
Wen kümmert es?	201
Geld	203
Partnerschaft	208
Verlust ist Liebe	209
Trauer	211
Tod	213
Leere und Glückseligkeit	215
Die Gier, festzuhalten	217
Du hast kein Leben	219

# Über dieses Buch

Lisa Cairns, geboren 1980 in der Nähe von London, gewinnt auch in den deutschsprachigen Ländern zunehmend an Bekanntheit. Die authentische und unprätentiöse Art, in der sie die Lehre des Advaita bzw. der Non-Dualität vermittelt, berührt die Herzen der Teilnehmer ihrer Vorträge und Retreats.

Direkt und lebensnah, manchmal schockierend offen, aber immer respektvoll und zugewandt, beantwortet Lisa die Fragen der Suchenden. Die tiefe Wahrheit, die sie selbst erfährt, spricht aus jeder Zeile des Buchs. So stellt es ein Grundlagenwerk dar, das den Vergleich mit Klassikern der spirituellen Literatur nicht zu scheuen braucht.

Dieses Buch ist kein Selbsthilfe-Buch. Es will nicht dazu anleiten, ein besseres Leben zu führen, ein guter Mensch zu sein oder schönere Erfahrungen zu machen. Stattdessen weist es auf ein Zuhause hin, das jenseits jeder Erfahrung liegt; ein Zuhause, das schon immer hier gewesen ist, unabhängig davon, was man über sich selbst und die Welt zu wissen glaubte. Lisa Cairns spricht von wirklicher Freiheit, die nicht auf Wunschdenken, Ideologien oder dem Verlauf des individuellen Lebens basiert. Sie entlarvt die Tricks,

die der Verstand uns spielt, und verweist die Suchenden immer wieder auf die *eine* Wahrheit hinter allen Dingen, unbeirrbar und kompromisslos, lässt aber jeden frei, diese Wahrheit in sich selbst zu entdecken.

*»Ich bin alles Mögliche. Ich bin ganz sicher nicht das, was sich irgendwer unter Erleuchtung vorstellen würde. Und das will ich auch nicht sein. Es gibt genug Leute dort draußen, die das für dich spielen wollen, und wenn du das Gefühl hast, dass du dieses Spiel mit jemandem spielen musst, dann bitte, geh und spiel es mit ihnen – aber nicht mit mir.*

*Alles, was ich will, ist, meine Liebe auszudrücken. Und wenn du dort sitzt und sie spürst und diese Liebe vollkommen als deine eigene Liebe erkennen kannst, dann ist es das, was ich möchte.«*

*(Lisa Cairns)*

Das vorliegende Buch basiert auf der englischen Ausgabe *»Lisa Cairns, For the love of everything«*, die Vorträge von Lisa sowie Dialoge mit Teilnehmern ihrer Veranstaltungen enthält.

Die Texte wurden von einem erfahrenen Team mit großer Sorgfalt übersetzt, lektoriert und redaktionell bearbeitet. Zudem erhielten einige Kapitel neue,

aussagekräftigere Überschriften, die der besseren Orientierung dienen. Die Reihenfolge der Kapitel wurde leicht verändert, um eine stimmigere Aufeinanderfolge der Themen zu erzielen.

Wir hoffen, dass die Worte der Autorin ebenso einen Weg in Ihr Herz finden, wie wir es erleben durften.

*Ihr adecis-Verlag*

## Die Suche nach Erfüllung

Was scheinbar geschieht: Das Baby wird geboren, ohne Bewusstsein dafür, dass es geboren wurde, dass es ein Baby ist und dass eine Trennung zwischen ihm selbst und dem Leben oder ihm selbst und seiner Mutter existiert. Es gibt keinerlei kompliziertes Denken, keine energetische Verdichtung (*engl.: »energetic contraction«* – das »Ich«). Das Baby versteht nicht, was eine Krippe oder eine Hand ist, was »anfangen« oder »aufhören« bedeutet. Es besitzt kein Empfinden dafür, dass vor zwei Monaten ein »Ich« begonnen hat oder dass dieses »Ich« ein Junge oder ein Mädchen ist. Alles, was geschieht, ist pure Lebendigkeit.

Dann bahnt sich langsam ein Erkennen an, das sagt: »Ich bin ein Körper«, oder: »Ich höre am äußeren Ende meines Körpers auf und da draußen ist meine Mutter.«

Es startet als ein Gefühl, weniger als ein Gedanke, denn Babys können nicht rational denken. Jedoch scheint ein wachsendes Empfinden von »Ich bin eine Person« oder »Ich bin John« aufzukommen.

Die erste Konditionierung nimmt ihren Lauf, nachdem der Name feststeht. Bald darauf bringen die



Eltern dem Kind bei, was »gut« und »böse« bedeuten. Dies ist der Beginn der Konditionierung durch ein Belohnungssystem – die wichtigste aller Konditionierungen. Sie vermittelt: »Du musst dich lieb verhalten und dich dafür entscheiden, gut zu handeln.«

Es gibt einige Ausnahmen, die hiervon abweichen können und durch die das Kind möglicherweise zu negativem Verhalten konditioniert wird. Auf dieses negative Verhalten wird dann – aus Sicht des Kindes positiv – reagiert, indem das Kind Zuwendung erhält.

Nichts davon ist falsch oder richtig. Es ist einfach etwas, das erscheint, und – nicht anders als Licht oder Bäume – lediglich eine weitere Form des Lebens, die sich selbst Ausdruck verleiht.

Dann geht es weiter, wenn das Kind andere Kinder trifft und sich die Konditionierung einprägt, ein gutes Kind zu sein und nett mit seinen Freunden zu spielen. Kinder lernen, dass sie lieb sein müssen, um belohnt zu werden, oder sich schlecht benehmen müssen, um negative Aufmerksamkeit zu bekommen.

Schließlich werden sie eingeschult und lernen, all diese Buchstaben zu schreiben sowie logisch zu denken, um belohnt zu werden. An diesem Punkt des menschlichen Lebens kann man noch nicht von

Leiden sprechen. Es mögen zeitweise unangenehme Gefühle auftreten, aber meistens ist da nur Grenzenlosigkeit und das Kind hat noch nicht allzu viel Empfinden von Identität entwickelt.

Allmählich beginnt das Kind, in einen Wettbewerb einzutreten, und möchte der oder die Beste sein, weil die Konditionierung lehrt, dass es Glück und Erfüllung bedeutet, die meiste Aufmerksamkeit zu gewinnen.

Manche Kinder allerdings werden die persönliche Aufmerksamkeit zurückweisen, weil sie im Hinblick auf Erfüllung vielleicht eine spezifische Konditionierung besitzen.

Die Pubertät bricht an und Erfüllung wird in der Aufmerksamkeit durch das andere Geschlecht gefunden – oder darin, die Zukunft zu planen.

Mehr und mehr dieser Konzepte entstehen und *Dies* – was ist – verliert zunehmend an Bedeutung. Wichtigkeit scheint im Suchen innerhalb der Zeit zu liegen und was tatsächlich geschieht, wird allenfalls als das Drittbeste betrachtet. Das Beste ist die Zukunft, das Zweitbeste die Vergangenheit und das Drittbeste ist *Dies*.

*Dies* kommt dir nicht mehr sonderlich spannend vor, denn die Spannung entsteht aus der Sehnsucht

nach der Zukunft oder dem, was dich dort erwartet – dass du reich bist oder ein Haus haben wirst oder bestimmte Dinge tust.

Das Suchen setzt sich fort und wird zunehmend bedeutsamer. Jetzt geht er oder sie vielleicht zur Universität, schließt das Studium ab, heiratet, bekommt ein eigenes Zuhause, einen Hund oder bereist die Welt. All das geschieht im Streben nach dem eigenen persönlichen Glück.

An diesem Spiel ist nichts verkehrt – es ist lediglich etwas, das passiert. Du hast es nicht unter Kontrolle; niemand hat es unter Kontrolle.

Es geht auch nicht darum, dass Eltern aufhören sollten, ihre Kinder zu konditionieren oder ihnen etwas beizubringen. Innerhalb der menschlichen Dynamik erscheint nun einmal dieser gewaltige Fokus auf Zeit. Er dreht sich darum, dass das »Ich« angeblich jemand innerhalb der Zeit ist und nach seinem eigenen Glück streben sollte.

Aber *Dies* wird kaum jemals zur Notiz genommen oder darüber gesprochen.

Das erste Mal hörte ich davon im Buddhismus, als sie sagten, dass man »im Moment sein« solle. Ich spürte

eine Resonanz, weil ich wusste, dass am Sehnen und Greifen nach der Zukunft etwas nicht ganz stimmen konnte. Es war auffallend, dass die Sehnsucht häufig auftauchte, wenn ich mich unwohl oder unzureichend fühlte.

Ich begann, anderen Rednern zuzuhören, und es wurde offensichtlich, dass ich mich nicht dazu zwingen konnte, im Moment zu sein. Das wäre nur ein Gedanke gewesen oder nur eine weitere Idee, die letztendlich verblassen und zerfallen würde.

Es gab einen Prozess, der anscheinend ablief, und all dieses Verlangen und Greifen nach zukünftigen Ereignissen, die mir Glück bringen sollten, begann zu bröckeln.

Manchmal zerfiel es dadurch, dass ich die Dinge bekam und dann dachte: »Oh, und was jetzt?«

Ich verbrachte einen super Urlaub, reiste sechs Monate lang und trotzdem war es immer noch das normale Leben und es tauchten noch immer Unbehagen, Enttäuschung und Traurigkeit auf.

Oder ich »bekam« den Freund, den ich zwei Jahre lang zu erobern versucht hatte, und das Fazit lautete, dass die Sehnsucht nach ihm dann doch die angenehmere Erfahrung gewesen war.

Es trat immer klarer zutage, dass das ganze Leben oder die Motivation zum Leben auf dem Streben nach der Zukunft basierte. Es ging nie darum, was genau jetzt geschah, es ging mehr um diese große Strategie des »Was-wird-sein?«.

Was tatsächlich gewollt wurde, war jetzt hier, und das wurde ignoriert. Müdigkeit wurde verdrängt mit »Nein, ich muss arbeiten, um Erfolg zu haben«. Hunger wurde beiseitegeschoben mit »Nein, ich darf nicht essen, ich muss schlank bleiben«. Wenn ich mit meinem Partner zusammen war, ging es mehr darum, ihn zu beeindrucken und bei Laune zu halten, damit »Ich« seine Liebe »bekommen« und »behalten« konnte.

Ich war niemals einfach nur im Sein, sondern lebte immer mit einer Strategie für die Zukunft.

Was im jeweiligen Moment tatsächlich gewollt wird, ist von all den Schichten überlagert, die dir sagen, dass du etwas »tun« musst, um tun zu können, was du wirklich willst. Eine Handlung geschieht und muss sich einpassen in diese ganze Strategie von »eines Tages zur Erfüllung gelangen«.

Es mag immer deutlicher werden, dass du niemals Erfüllung finden wirst. Erfüllung in der Zukunft zu

suchen, bedeutet, zu träumen. Es ist ein Märchenland, eine vollkommen falsche Welt der ausgedachten Vergnügen und eines imaginären »Ich«, das dort anzukommen hofft.

Wir können noch nicht einmal die Frage beantworten, wer wir sind, geschweige denn, wie dieses Vergnügen überhaupt aussehen könnte. Was ist dieses Vergnügen, das so erfüllend sein soll?

Einmal fragte ich einen jungen Mann, der sehr an Sex interessiert war, ob er sich einen dauerhaften Orgasmus wünschen würde. Er saß da und dachte darüber nach. Dann sagte er: »Nein, das würde ich nicht wollen – vielleicht nur für ein paar Stunden.«

Dieser Traum fühlt sich so real an. Aber was für ein ultimatives Vergnügen soll es sein, das wir erlangen möchten?

Da ist all dieses »Wenn«, all das »Wenn-doch- bloß«. Es kann verführerisch sein und wie eine reale Möglichkeit wirken, dass ich glücklich werden könnte, wenn ich dieses oder jenes tue.

»Wenn ich darauf verzichte, werde ich glücklich sein.«

»Wenn ich damit aufhöre, werde ich glücklich sein.«

»Wenn ich meine Eltern dazu bringe, mich zu respektieren, werde ich glücklich sein.«

»Wenn ich bei der Arbeit etwas leiste, werden die Leute mich zu schätzen wissen.«

»Wenn ich genug Geld habe, kann ich aufhören, mich um Geld zu sorgen.«

»Wenn ich ihn oder sie dazu bringe, mich anzuerkennen, werde ich glücklich sein.«

»Ich werde glücklich sein, wenn er aufhört, Probleme zu machen.«

Es geht weiter und immer weiter ...

# Vergänglichkeit

Alles ist vergänglich. Das Lesen dieser Worte, das Licht, die Geräusche von draußen, die Bilder; all das befindet sich in einem kontinuierlichen Prozess des Verlöschens. Es erscheint und verschwindet.

Ganz ohne Logik und kompliziertes Denken kommt es aus dem *Nichts* und verschwindet zurück ins Nirgendwo. Es ist ein absolutes Mysterium.

Das Leben spielt sich in einem fortwährenden Zustand der Endlichkeit ab, in dem alles vergeht ... vergeht ... vergeht.

Und doch: Sobald du abermals auf die Dinge schaust, ist alles wieder frisch und nicht mehr so, wie du es zuvor gesehen hattest. Es ist stets vollkommen neu.

Der Mensch denkt in einer komplexen Weise, unter Einbeziehung der Zeit. Mit diesem Denken identifiziert er sich und geht davon aus, einen Körper zu besitzen – ein Körper zu sein –, den er kontrolliert und durch die Zeit bewegt.

In seinem komplizierten Denken träumt er, ein Wesen zu sein, das getrennt von den anderen Dingen existiert und andere Dinge erlangen kann. Das



bittersüße Drama wird am Laufen gehalten, weil es so wirkt, als könne man alles bekommen: den Liebhaber ... das Geld ... die Flugreise ...

Wenn wir jedoch zurücktreten und es aus einer erweiterten Perspektive betrachten, ist auch das dem steten Verfall unterworfen.

Und der Mensch will es nicht wahrhaben.

Er will alles festhalten, was er so sehr liebt: die Mutter, den Vater, die Kinder, den Partner, das Haus und das Geld. Doch er kann es nicht. Alles vergeht. Sobald es erschienen ist, beginnt schon die Veränderung.

Alles ist *eine* Energie, alles ein Ausdruck der Leerheit. Der Mensch wird niemals etwas von Bestand finden ... niemals!

Das ist das Drama. Die Fähigkeit, kompliziert zu denken, schafft ein bittersüßes Leben voller schwindelerregender Höhen und extremer Tiefen.

Gerade wenn du denkst, du hättest es verstanden und es wäre wunderbar ... wird es – wie alles andere – vergehen.

Alles, was du so sehr liebst, wird dich verlassen. Das ist die Natur des Lebens: ständiger Wandel.

Doch das Leben währt ewig. Sobald eine Sache geht, taucht eine andere auf. Das ist absolute Liebe. Verlust ist Liebe.

# Was Befreiung bedeutet

Was meinst du, was Befreiung bedeutet?

Die meisten denken, es handele sich um eine Erfahrung von Freude oder um eine Art himmlischen Zustand. Oder es ginge darum, Schmerzen zu beseitigen oder belohnt zu werden.

Was Befreiung tatsächlich ist: der absolute Tod.

Es wird keine Belohnung geben. Es bleibt nur das, was ist – was geschieht. Es wird kein »Ich« mehr existieren, das sich über seine Befreiung freuen könnte. Genau diese Erwartung wird verschwunden sein. Es wird auch nichts mehr geben, nach dem du suchen könntest, um ganz, um vollständig, um komplett zu werden.

Mit dem Spiel, nach Vollendung zu suchen, verbringt die Persönlichkeit oder das »Ich« die meiste Zeit: sämtliche spirituelle Bücher zu lesen oder Kinder aufzuziehen oder Reisen zu planen. All das verschwindet.

Es bedeutet nicht, dass man nichts mehr täte. Nur gibt es kein Verlangen mehr nach etwas anderem als nach dem, was geschieht. Da ist niemand mehr, der etwas vermisst.

Es werden weiterhin Gedanken auftauchen und der Körper-Geist-Mechanismus wird sich auch weiter zu angenehmen Erfahrungen hingezogen fühlen. Aber all das erscheint im Grenzenlosen. Es geschieht nicht mehr *für* irgendwen.

Diese Persönlichkeit, die in Mexiko oder England oder Afrika aufgewachsen ist, wird das alles nicht mehr erleben. Nur was ist, wird bleiben.

Wenn das »Ich« dies alles verstehen könnte, würde es davor zurückschrecken. Weil es sein Tod ist. Der Tod desjenigen, der sich in die Suche nach Liebe verliebt hat. Denn dieser scheinbare »Jemand«, der sich nach Liebe sehnt, ist in Wahrheit verliebt in das Versteckspiel.

Du magst dies lesen und denken: »Nein, darin bin ich nicht verliebt. Sie weiß nicht, wovon sie redet!«

Aber ich versichere dir: Das »Ich« ist genau darin verliebt und sauer, wenn es nicht bekommt, was es will. Stocksauer. Das »Nicht-Finden« ist ein essenzieller Teil des Versteckspiels.

Hast du schon erlebt, dass du anfängst, das Interesse zu verlieren, nachdem du mit jemandem eine Beziehung eingegangen bist? Das »Ich« liebt die Jagd. Wenn du den anderen erobert hast, willst du ihn nicht mehr.

So ist es mit allem. Wenn du es hast, verliert es seinen Reiz. Und das Nächste ist an der Reihe.

Manchmal erstrecken sich Beziehungen über Jahre und du hast nie das Gefühl, den anderen wirklich zu haben. Du versuchst immer weiter, ihm zu imponieren und ihn zu erobern.

Dieses Spiel endet hier.

Es war spannend, es war vergnüglich, aber gleichzeitig war es auch vergeblich. Diese Person, die vor 20, 30 oder 40 Jahren geboren wurde, die zur Schule gegangen ist, all diese Erlebnisse hatte, die um die Welt gereist ist und jede Menge Lehrer getroffen hat, wird keine Befreiung erfahren.

Diese Person stirbt. Und danach noch über den Körper oder die Persönlichkeit zu reden, geschieht nur aus praktischen Gründen oder zum Spaß oder aus einem sozialen Anlass heraus. Da ist kein »Ich« mehr, das sich mit den Beschreibungen seiner selbst identifiziert und durch diesen Schleier hindurch sein Leben lebt. Es bleibt nur das, was geschieht.

Dein »Ich« hört das und verlangt danach. Doch es verlangt nicht wirklich danach. Was es sich tatsächlich wünscht, ist, die Suche fortzusetzen. Es will nicht, dass sie endet. Es will suchen, suchen und noch

mehr suchen. Es will hart an sich arbeiten, die Welt bereisen, sich weiterentwickeln und in der Zukunft ankommen.

Was bleibt übrig, wenn diese Person stirbt?

Was ist!

Das Trinken des Tees, das Licht, die Geräusche, die Gerüche.

Die Befreiung macht aus dem Körper keinen perfekten Körper, keinen Helden und nichts Besonderes. Befreiung ist nur die Abwesenheit dessen, was ich Leiden nennen würde.

Was ist, ist absolute Leerheit und Fülle gleichzeitig. Eine gewaltige, stille Leere. Nicht einsam, aber allein.

Das »Ich« erfasst diese Leere nicht. Wenn das »Ich« zusammenbricht, entsteht absolutes »All-ein-Sein«. Niemand bleibt übrig.

Wenn es dich nicht gibt, gibt es auch keine anderen.

Willst du das wirklich? Du wirst nur das bekommen, was du willst.

Was wird ein Körper tun, wenn er nicht mehr nach Befreiung sucht?

Er wird glücklich sein.

Es wird keine Suche mehr geben, weil das Zuhause niemals verlassen wird.

Das ist es!

Es geschieht absichtslos und führt nirgendwohin. Formen erscheinen und verschwinden ohne jeden Grund. Du wirst kein Wissen erlangen, keinen Sinn erfahren, keine Ursache erkennen und keinen Platz im Himmel erhalten. All das wird zusammenbrechen und nur was ist, wird bleiben.

Es geht um das Verlieren – nicht um ein Bekommen oder Werden.

## Eine Liebesgeschichte

**F:** Wann und wo ist die dünne Trennlinie zwischen unserem Bemühen und dem Leben selbst?

**Lisa:** Das ist so eine entzückende Frage und sie geht richtig zur Sache!

Es gibt keine Trennlinie, es ist alles *eine* Bewegung. Das Leben und das Handeln des Körpers sind eins. Das bedeutet, dass es niemanden gibt, der handelt, niemanden, der wählt, niemanden, der von allem anderen getrennt wäre. Es ist alles eine einzige große Bewegung. Das wirklich Verrückte daran ist: Wenn die Energie der Persönlichkeit zu zerfallen beginnt, offenbart es sich, dass diese Bewegung noch einen anderen Aspekt besitzt, nämlich den von absoluter Leere oder *Nichts*.

**F:** Ich weiß, dass alles das Leben ist und dass du und ich das Leben sind, aber gibt es irgendeine Möglichkeit, dass irgendwo auf der Welt etwas geschieht, was nicht nur das Leben selbst ist? Ich meine etwas, das auch deshalb geschieht, weil jemand es sich ausgedacht hat?

**Lisa:** Nein. Nichts geschieht separat. Das würde Trennung voraussetzen.



**F:** Wenn man erleuchtet ist, liebt man jeden einzelnen Aspekt der Manifestation des Lebens, und man erfährt das im Körper und das konditioniert ihn? Kann ein Mörder erleuchtet sein?

**Lisa:** Es geht nicht darum, dass du das Leben erfährst oder dass du alles liebst. Wenn das »Ich« sich auflöst, wirst du erkennen, dass alles schon immer Liebe gewesen ist; alles ist ein Akt der Liebe. Alles ist Liebe, die nichts manifestiert. Das Ganze ist eine absolute Liebesgeschichte.

Die Persönlichkeit liebt nicht alles. Die Persönlichkeit mag und mag nicht. Das ist ihre Aufgabe. Aber du bist nicht die Persönlichkeit.

Kann ein Mörder erleuchtet sein? Es gibt keinen Mörder. Es gibt keine separate Person. Alles hängt von allem anderen ab. Es ist alles eins. Der Mörder und der Heilige sind dieselbe Bewegung. Das Opfer und der Täter sind dieselbe Bewegung.

**F:** Tötet er aufgrund der Erfahrungen seines Körpers, der Konditionierungen in seinem Geist und seiner eigenen Art zu denken?

**Lisa:** Es geschieht, weil es das ist, was das *Nichts* erschaffen hat. Es ist das, was die Liebe erschaffen hat. Es geschieht auf die gleiche Weise, auf die der Heilige existiert, die gleiche Weise, auf die Gedanken erscheinen, genauso wie das Licht, die Bäume, die Geräusche, die Gerüche. Es kommt alles aus dem *Nichts*, taucht auf und verschwindet zurück in das *Nichts*.

Du findest in dieser Geschichte möglicherweise Muster des Geistes, durch die der Körper beschrieben werden könnte, aber das ist nicht relevant für das, worüber wir sprechen.

## Positives Denken

**F:** Macht es irgendeinen Sinn, wenn man versucht, positiv und optimistisch zu denken? Oder wird das Leben einfach tun, was auch immer es tut? Das würde bedeuten, was auch immer geschieht, ist sowieso perfekt?

**Lisa:** Die Annahme im ersten Teil der Frage lautet, dass du jemand Eigenständiges bist, der die Kontrolle über das Denken besitzt. Dieses »Ich« ist ein Gedanke, aus dem offenbar eine energetische Verdichtung oder ein Ausdruck im Körper wurde. Also ist da die Idee: »Ich werde positiv denken.« Und dann tritt ein positiver Gedanke auf, gefolgt von einer Menge an Gefühlen und Energien, die den Anschein eines wählenden »Ich« vermitteln.

Die Frage ist nicht: »Sollte ich positiv denken?«, die Frage, die ich stelle, lautet: »Wer ist dieses Ich?«

Könnte es sein, dass dieses »Ich« lediglich eine Beschreibung dessen ist, was geschieht? Statt der Quelle der Handlung? Ist derjenige, der sagt: »Ich tue, ich entscheide«, wirklich der Entscheider? Oder bloß eine Illusion, die den Anschein eines »Jemand« vermittelt?

Ich weise hier allein auf die Gedanken hin, doch der wahre Betrüger ist die Energie, die mit ihnen einhergeht; die Energie, die sich anfühlt, als könntest du im Körper gefunden werden und als würdest du diese Gedanken denken.

Wer? Wer könnte positiv denken?

**Hat Ihnen diese Leseprobe gefallen?**

200 weitere Seiten warten auf Sie.

Bestellbar im Buchhandel

Gedrucktes Buch: ISBN: 978-3-947193-11-0 / 11,00 Euro

Als E-Book: ISBN: 978-3-947193-12-7 / 8,49 Euro