



## **Die Suche nach der Wirklichkeit**

(Die Wirklichkeit „suchen“ und „finden“)

Im Beantworten dieser Frage möchte ich eine Analogie als Hilfestellung verwenden und zwar, stell dir bitte vor, dass du immerwährend in einem unendlichen Ozean schwimmst. Und du schwimmst in diesem Ozean so, dass dein Körper in diesen Ozean eingetaucht ist und dein Kopf sich oben befindet. Und du fragst dich immer und wieder: Was soll das sein? Wo ist die Wirklichkeit? Warum sehe und spüre ich sie nicht? Es ist ganz einfach: Weil dein Kopf oben ist und dein Körper in der Wirklichkeit versunken ist. Und weil du so viele Fragen stellst und nur herumblickst, kannst du die Wirklichkeit nicht finden. Und ich fordere dich auf – tauche in die Wirklichkeit ein und schau, was passiert. Und wenn du eingetaucht bist, siehst du plötzlich unendliche Weite und alle möglichen Geschöpfe. Die Tatsache, dass alles miteinander verbunden ist, wird dir gewahr. Verweile in dieser Wirklichkeit, bist du spüren kannst, dass sie dich trägt.

Nun geht dir die Luft aus und du musst wieder an die Oberfläche und du tauchst auf. Und schon wieder quält dich deine Frage in deinem Kopf: Wo ist die Wirklichkeit? Sie war gerade da und schon augenblicklich verschwunden! Wo kann ich sie wieder finden? Und ich sage dir: Tauche ein und verbleibe da länger und länger. Ja, natürlich – es ist eine Analogie. Ich fordere dich nicht auf, jetzt rasch zu dem nächsten See zu laufen und dort einzutauchen, bis du ertrinkst. Nein, damit ist etwas anderes gemeint. Es ist gemeint, dass du in die Mitte deines Herzens tiefer und tiefer eintauchst. Und verweilst da so lange, wie es dir möglich ist. Und in der Mitte deines Herzens wirst du unermessliche Weite wahrnehmen. Du tauchst ein in den Ozean der Wirklichkeit und alle Fragen und deine Suche verschwinden darin. Und warte bisschen ab – erlaube eine Weile nicht, dass deine Fragen wieder aufkommen und dich an die Oberfläche ziehen, bleibe so lange in der Tiefe, wie dir es nur möglich ist. Und du wirst erkennen: Der Ozean wird dich einsaugen in seine Wirklichkeit. So wirst du in der Wirklichkeit länger bleiben können und diese Wirklichkeit länger sein können. Und mit der Zeit verschwinden alle Fragen, weil du die Wirklichkeit geworden bist.

Geh in die Mitte deines Herzens, tauche in die Wirklichkeit ein und du wirst die Wahrheit finden. Die Wahrheit wirst du nicht draußen finden – auf der Oberfläche des Ozeans, wenn dein Verstand immer fragt: Wo ist wohl die Wirklichkeit? Wo hat sie sich von mit versteckt? Du kannst die Wirklichkeit nur finden, indem du in der Mitte deines Herzens verweilst, am stillen Ort, wo jeder Bewegung des Äußeren aufgehört hat. Und indem du tiefer und tiefer versinkst, tauchst du in deine Wirklichkeit ein, wo alle Fragen und alle Antworten bereits vorhanden sind. Probiere es aus, probiere es immer und wieder und du wirst erkennen, dass alle deine Fragen in dieser unendlichen Weite bereits beantwortet sind.