

Der **Wert** des



Gemeinhin ist der Begriff „Alltag“ eher negativ besetzt und steht für Routine, Wiederholung, Arbeit, Verpflichtungen, Gewöhnliches. Der Gedanke daran löst oft Schwere, Trägheit, ein Gefühl von Belastung und allgemeines Unbehagen in uns aus. Und dabei verbringen die meisten von uns doch den Großteil ihres Lebens mit „Alltag“. Meist können sich nur Kreative, Künstler oder Reiche den Luxus gönnen, dem Alltag zu entfliehen.

Aber müssen wir dem Gewöhnlichen, dem Alltäglichen, wirklich entfliehen? Was ist es, was uns da fehlt? Was lässt uns nach Ablenkung oder gar Betäubung verlangen? Warum sind wir blind für das, was offensichtlich allem innewohnt? Für die universelle Energie, den göttlichen Funken, für das, was die Materie belebt und in allem enthalten ist, was in Erscheinung tritt, was existiert, was ist, was wir mit unseren Sinnen wahrnehmen können, was wir sehen,

.....Gewöhnlichen

Wir neigen dazu, den Schatz auf dem wir sitzen in der Ferne zu suchen, ganz so, wie es in dem berühmten Roman „Der Alchimist“ von Paulo Coelho beschrieben ist. Dabei liefert uns das Leben jeden Moment aufs Neue die Möglichkeit, den Schatz in unserem ganz normalen, alltäglichen Leben zu erkennen.

schmecken, hören, fühlen, denken. Selbst alles, was darüber hinausgeht und nur schwer von uns erfasst werden kann, was ganz allgemein als Bewusstsein bezeichnet werden könnte, ist durchtränkt von ... man könnte es ganz simpel „Leben“ nennen, ich möchte es hier mit „Spirit“ bezeichnen. Wenn wir uns mit „Spirit“ verbinden, fühlen wir uns belebt, inspiriert, lebendig, vielleicht sogar ekstatisch. Warum nur fällt es uns so schwer, „Spirit“ in allem zu erkennen? Warum suchen wir danach, obschon es unentwegt in uns pulsiert?

Der rosa Zuckerguss und sein Schatten

Ganze Wirtschaftszweige haben sich entwickelt und machen gute Geschäfte mit dem Bedürfnis nach Abwechslung, nach Entfliehen, nach Sich-aus-dem-Alltag-Erheben. Alle möglichen Arten der eher konservativen Freizeitgestaltung, angefangen von Sport über Reisen bis Fernsehen und Computer, werden dazu benutzt und oft missbraucht. Nicht zu vergessen alles, was man unter dem Begriff des „New Age“ zusammenfassen kann, wobei wertvolle Ansätze

leider oft zu einer Art „Freizeitesoterik“ und damit zum reinen Konsum verflachen.

Allzu gern verpassen wir dem Alltag oder den inneren Prozessen, die vielleicht unangenehm sind, einen rosa Zuckerguss, um uns das Leben zu versüßen und es erträglicher zu machen. Doch wie lange hält das an, bis es unter dem

„Warum nur fällt es uns so schwer ‚Spirit‘ zu erkennen? Warum suchen wir danach obschon es unentwegt in uns pulsiert?“

Zuckerguss wieder zu rumoren beginnt? Bis es uns zur nächsten Esoterikmesse, zum nächsten Wahrsager, zu weiteren Seminaren oder Workshops zieht? Und dabei verfolgen wir, wenn wir aufrichtige Sucher sind, doch ein legitimes Ziel, das nichts geringeres als „Erleuchtung“ ist. Tatsächlich sind die Ansätze vieler spiritueller

Der **Wert** des Gewöhnlichen



Angebote in ihrem Kern sehr wertvoll. Erst die Art, wie wir damit umgehen, lässt sie zu verflachten „Leerefüllern“ und „Realitätsfluchtwerkzeugen“ werden.

Wir würden uns halt zu gerne vom Alltag direkt in paradiesische Zustände erheben, ohne durch die finstere Unterwelt in uns gehen zu müssen, ohne Auseinandersetzung mit unseren „Schatten“ und ohne wirklich Verantwortung für uns und unser Tun zu übernehmen. Aber bereits die alten Mayas und auch andere Naturvölker und Traditionen wussten, dass der Weg in die so genannte Überwelt durch die Unterwelt führt. Das klingt nicht sehr attraktiv, ist aber für jeden ernsthaft an Authentizität Interessierten unumgänglich.

Die Kraft des „**Goldenen Schnittes**“

Das Besondere am Menschsein ist die Möglichkeit, auf eine immense Ansammlung an Erlebnissen und Erfahrungen zugreifen zu können. Dabei spielt es keine Rolle, ob wir diese Erfahrungen als wertvoll betrachten oder nicht. Und dann haben wir die Fähigkeit, diese Informationen in Kontakt mit dem jetzigen Moment zu bringen, um dadurch in Verbindung mit dem zu kommen, was man als „Höhere Ordnung“ oder auch als das „Große Ganze“ bezeichnen könnte, um daraus wiederum eine neue Realität zu erschaffen.

Wenn wir diesen Vorgang näher betrachten, können wir darin das Prinzip der so genannten „Fibonacci-Sequenz“ (auch „Goldener Schnitt“ oder „Göttliche Proportion“ genannt) erkennen. Die Fibonacci-Reihe besteht aus folgenden Zahlen: 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21, 34 ... und so fort, wobei jeweils die Summe zweier Zahlen die nächste Zahl ergibt. Das, was war, bildet zusammen mit dem, was ist, die nächste Ebene.

Dies ist ein Prinzip oder eine Ordnung, die in zahllosen Erscheinungen der Natur zu finden ist. Die Blätter am Stiel einer Pflanze wachsen nach diesem Prinzip, Schneckenhäuser, Muschelschalen, die Samen der Sonnenblume.

Auch in den Proportionen des menschlichen Körpers und in antiken Bauwerken ist der „Goldene Schnitt“ zu finden. Formen, die den „Goldenen Schnitt“ beinhalten, werden gemeinhin als schön und harmonisch empfunden.

Verbinden statt Trennen

Eine wesentliche Erkenntnis, die sich aus dem Verständnis dieses universellen Gesetzes ergibt, ist, dass es um Verbindung und nicht um Trennung geht. Wir nehmen das, was in uns angelegt ist, was wir mitbringen, was vielleicht momentan in uns blockiert ist, und bringen es in Kontakt mit dem, was gerade in uns passiert. Unsere momentane Realität, unser einfacher Alltag ist wesentlicher Bestandteil für diesen alchemistischen Prozess, aus dem etwas Neues entstehen kann.

Darum ist es so essenziell, spirituelle Praktiken nicht vom Alltag zu trennen. Zwar ist es zu Beginn oft hilfreich, einen speziellen Rahmen dafür zu schaffen, um sich auf entsprechende Bewusstseins Ebenen einzulassen und das Erfahren von „Spirit“ zu stabilisieren. Aber letztendlich können wir erst dann die Früchte ernten, wenn wir beides zusammenbringen, das Göttliche und das Gewöhnliche.

Dann kann der Alltag eine neue Wertschätzung erhalten und um eine neue Dimension bereichert werden. Dann können wir in allem, was uns umgibt, das Mysterium wahrnehmen oder zumindest erahnen. Und selbst wenn es erst nur eine Ahnung ist, wird Alltag oder Gewöhnliches nie mehr dieselbe Geringschätzung erfahren wie zuvor, werden wir den Reichtum in allen Erfahrungen erkennen. Dann erhält das Leben die Tiefe und Fülle, nach der wir uns so oft sehnen. Dann ist Erfüllt-Sein nicht mehr von den Umständen abhängig, sondern von unserer Bereitschaft, den vitalen Lebensstrom frei durch uns fließen zu lassen. ▲

[PURIA C. KÄSTELE]

Heilerin und Seminarleiterin, www.presence-healing.net
www.hoellbachhof.net.

Die nächsten Termine: **16.4.** 19:30-21:30 Uhr Heilsame Präsenz mit Puria C. Kästle. Gemeinsam sinken wir tiefer in die Kraft des „Jetzt“ woraus sich eine neue Beziehung zum Leben entwickeln kann. **17.4.** „Heilen durch Gegenwärtigkeit“.

An diesem Tag steht Puria C. Kästle für Einzelsitzungen auf Spendenbasis zur Verfügung. München, Nähe Sendlinger Tor
www.presence-healing.de, ©09484 / 743