

ERLEBNISBERICHT AUS INDIEN - 1. Dezember 2010 bis 19. Januar 2011

Liebe Freundinnen und Freunde

Bereits bin ich schon wieder 6 Wochen in der Schweiz und bei vielen von Euch habe ich mich noch gar nicht gemeldet. Ich brauchte schon einige Zeit, bis ich wieder wirklich hier war und da vergeht die Zeit auch so schnell. Dazu kam, dass ich mich intensiv um meine Mutter kümmern musste und auch wollte. Sie war für eine Woche im Spital mit Herzrhythmusstörungen, dort holte ich sie dann ab und betreute sie eine Woche bei ihr zu Hause.

Das ist natürlich sehr spannend, denn sie war im Grunde der Auslöser, wieso ich nach Indien wollte! Ich war nicht glücklich mit unserer Beziehung und da kann man bekanntlich nur selber hinschauen. Und dies habe ich gut 6 Wochen getan, es war eine sehr intensive Zeit, worüber ich Euch gerne ein bisschen erzählen möchte. Ich war an der Oneness Universität, südlich von Chennai, ich möchte nicht ausführlich darüber schreiben, einige von Euch kennen sie ja, die anderen können hier nachlesen; www.onenessuniversity.org Es ist ein Ashram, aber nicht so wie man viele aus Indien kennt, es ist mehr eine Schule. Ich schlief zwar auch in einem Frauenhaus, mit 10 anderen Frauen zusammen in einem Zimmer. Wir mussten aber nie putzen, nicht einmal unser Bett selber machen, alles wurde für uns immer gemacht.

Von wunderbaren Indischen Frauen, die immer herrlich farbig angezogen waren, mit ihren wunderschönen Saris und immer gut gelaunt waren.

Vom 3. Dezember bis zum 13. Dezember absolvierte ich den „Oneness Trainerkurs“, er dient dazu, dass ich auch „Oneness Blessinggeber“ ausbilden kann, jene können dann auch nach Indien, nach GC, so wird die Oneness University auch genannt; es heisst „Goldencity“. Ihr könnt dann auch den Trainerkurs oder den „Oneness Vertiefungs- Prozess“ machen, den ich dann im Anschluss an den Trainerkurs machte.

Im Trainerkurs waren viele Wiederholungen, die ich schon im Level 1 in Verona (Italien) durchgenommen habe. Ja vieles war gleich und doch neu, in GC ist natürlich die Atmosphäre und die Energie ganz anders, auch die LehrerInnen.

Wieder nahmen wir durch, wieso wir (die Menschheit) leidet.

Wenn ich frei bin vom Leiden, kann ich andere glücklich machen.

Wenn ich unglücklich bin, übertrage ich es auf die anderen.

So schauten wir unser Leiden an, wo und wieso leide ich? Weil ich alles trenne; gut – böse, schlecht; intelligent – nicht intelligent; usw. Belohnungen, negative Gefühle unterdrücken, was so alles abläuft, dafür hatten wir viel Zeit. Immer für diese Prozesse, wurde der Schulungsraum ziemlich dunkel gemacht, so dass wir das Gefühl bekamen, wir sind mit uns ganz alleine, nur vom Göttlichen getragen und natürlich den LehrerInnen, denn diese sind alle sehr gut ausgebildet. So schaute ich in mich hinein, da kamen Bilder, Sätze, Gefühle, Tränen, Schreie, alles durfte sein. Und wenn es mal draussen ist, belastet es einem nicht mehr. Wir konnten uns dann auch vergeben, dass alles sein darf wie es ist und unseren Inneren Gott um Unterstützung bitten.

So gingen wir all unsere Beziehungen durch, denn Oneness sagt; unser ganzes Leben besteht nur aus Beziehungen und wenn diese geklärt sind, haben wir einen grossen Schritt zu Gott gemacht. Die nächste Beziehung, die wir uns anschauten, war die Beziehung zu unseren Eltern; wieder wurde verdunkelt und wir konnten das Gesicht der Mutter uns gegenüber vorstellen. Ich durfte ihr alles sagen, was ich schon lange wollte, (seit meiner Kindheit) oder mich nie getraut hätte. Und ich sah, wie sie mir den Spiegel vorhielt! Was ich bei ihr nicht mag, lebe ich selber auch, ich musste ganz gut hinsehen, es war ziemlich versteckt, doch dann sah ich es glasklar!! Oh Weh... Dann schauten wir aber auch an, was unsere Mutter und unser Vater alles für uns getan haben, in der ganzen Kindheit und auch in der Jugend und ev. in unserem ganzen Leben. Oh das war happig, ich sah oft nur, was meine Eltern nicht richtig gemacht haben, ich sah nur am Rande, in welchem Paradies ich aufgewachsen bin und wie sie immer nur das Beste wollten. Dann ging es wieder darum zu Verzeihen, Gott um Hilfe zu bitten und annehmen.

Wir schauten uns auf dieselbe Weise die Beziehung zu unseren Kindern und zu unserem Partner an. Ich konnte viel aufdecken, oft war es gar nicht lustig, ich stellte fest, wie gross mein Ego war, ich kann schreiben war, denn seit einigen Jahren ist es wirklich nicht mehr soooooo gross! Immer hatte ich in meinem Leben „eigentlich“ das Paradies, doch meistens hatte ich es nicht gesehen, immer wollte ich anderes, als das, das ich hatte, sah nur, was Hans falsch macht!. Ich ging durch tiefe Prozesse, war auch krank, alte Leiden tauchten wieder auf. Ich war sehr stark erkältet und meine Nebenhöhlen taten wahnsinnig weh, was ich früher viel hatte, ja Altes wollte sich verabschieden, ich hoffe, dass es endgültig vorbei ist! Es ist ein sehr gutes Gefühl, all diese Prozesse durchstanden zu haben, auch Durchfall kam noch dazu, alles wollte raus, jetzt fühle ich mich sehr gereinigt und viel leichter.

Nach dem Trainerkurs hatten wir 6 Tage frei, bis dann der Vertiefungsprozess begann. In diesen 6 Tagen gingen meine Freundin Carolina und ich ans Meer, tauchten etwas ins Indische Leben ein und genossen auch das Nichtstun, verarbeiteten unsere Erlebnisse.

Zurück in GC, es war ein grosses Ankommen von vielen Menschen, aus der ganzen Welt. Im VP (Vertiefungsprozess), waren wir zwischen 120 – 200 Menschen, lange nicht alle Menschen blieben alle 4 Wochen wie wir. Doch bei mir war es von Anfang an klar, dass ich die 4 Wochen am Stück machen wollte. Ja es war ein rechtes Gedränge, dass alle 150 Menschen ihren Platz im Klassenzimmer finden. Jene die auf Stühlen sitzen, sitzen hinten, jene die auf Meditationsstühlen am Boden sitzen, sitzen vorne. Mit uns waren viele Chinesen, die haben ganz tolle Modelle an Meditationsstühlen, die man auch gleich zum liegen gebrauchen kann und sehr bequem sind, haben mir imponiert! Wir hatten zusätzlich unsere Yogamatten, die legten wir dann auf der Seite des Raumes hin und jedes Mal wenn es hiess; legt euch in „Shavasana“ hin, d.h. mit dem Kopf zum Altar (vorne im Raum war ein wundervoller Altar aufgebaut, für alle Religionen und Glaubensrichtungen), gab es eine grosse Rochade.

Ja dann erfuhren wir, wie der Kurs abläuft, wie der Tagesplan ist. Schnell stellten wir fest, dass die Unterrichtszeiten nicht mehr so gemütlich sein werden, wie beim Trainerkurs. Schon von zu Hause wusste ich, dass wir 10 verschiedene Yogas am Tag haben werden, das stand im Beschrieb, aber nicht mehr!!

Yoga bedeutet; Vereinigung, Verbindung mit unserer Seele, Kosmische Seele. Yoga ist vom Sanskrit abgeleitet; Yuj und heisst, Gottverwirklichung.

Alles was die Menschen früher taten, taten sie, damit sie „Erwachen - Gottverwirklichung“ erreichen.

Für alles was wir tun, haben wir eine Absicht.

Absicht – Intention – Gnade

Die 10 verschiedenen Yogas bringen uns ein Stück näher zu unserer Absicht. Mit Intention und schlussendlich vor Allem mit Gnade können wir unser Ziel, Erwachen und Gottverwirklichung erreichen. So wurde es uns zu Beginn gelehrt.

Zu Beginn des Tages hatten wir immer Gyana Yoga; das Yoga der Lehren, (Wissen) für den Geist, Kontemplation. Jeden Tag hatten wir ein Thema und die anderen Yogas wurden sorgfältig und ganz bewusst auf das Gyana Yoga aufgebaut.

Die anderen Yogas waren zu verschiedenen Zeiten am Tag.

Hatha Yoga Ganzheitliche Körper Übungen

Krya Yoga Arbeit mit dem Atem; wir hörten, dass auch Jesus Christus mit seinen Leuten Krya Yoga gemacht hat.

Kundalini Yoga Beschäftigt sich mit dem „Mind“, dem Verstand; die Kundalini wird geweckt

Karma Yoga Ursache-Wirkung; mit den Handlungen verbunden sein

Bhakti Yoga Ein Weg, wie man sich mit dem Göttlichen verbindet.

Japa Yoga Wiederholung eines Wortes 49 Minuten, Arbeit mit dem Klang

Nada Yoga Klang hören, auch den Klang in uns drin

Mantra Yoga Gott durch Singen und Klang erfahren

Dhyana Yoga Visualisierungen, Meditation auf Indische Yantras (Mandalas)

Also ihr seht, dass dies nicht eine Sache von ein paar Stunden am Tag war, wir sassen oft von morgens um 7.30 Uhr bis nachts um 21.00 Uhr im Unterrichtsraum, wir nannten es Meditationshalle. Mit kürzeren Pausen für Frühstück, Mittagessen und Nachtessen!

Jetzt gäbe es natürlich sehr viel zu erzählen, denn in diesen 4 Wochen geschah sehr viel! Doch ich versuche dies zu schreiben, was mich sehr stark bewegt hat und ich davon profitieren konnte.

Wie ich schon geschrieben hatte, gab es jeden Tag ein Thema und auch jede Woche. Die erste Woche befassten wir uns mit dem Thema; kenne ich meinen Inneren, persönlichen Gott? Dies gab bei den meisten schon ein grosses Fragezeichen? Ich trage wohl einen Gott, ich nannte es zwar immer; meine Innere Führung in mir, doch einen Namen hatte jener nicht. Sie sagten uns, dass es ganz wichtig ist, dass dieser ganz persönliche Gott von uns auch einen Namen haben muss, denn sonst können wir nicht mit ihm sprechen. Der Gott kann auch unser Vater, unser PartnerIn sein, doch ein bisschen eine Heilige Form sollten er/sie haben! Diese Dinge an der Oneness schätze ich sehr, sie versuchen einem nicht in ein bestimmtes Schema hinein zu zwingen, man ist sehr frei.

Da ich seit Beginn der 90er Jahre spirituelle Arbeit mache, ist mir vieles auch schon ziemlich bekannt. Auch durch meine spirituelle Lehrerin und Freundin Carolina Hehenkamp, lernte ich schon vieles kennen. So trage ich seit einigen Jahren meine Innere Führung, wie ich sie bis anhin nannte in meinem wundervollen Herzraum und sprach auch immer mit ihr. Doch jetzt sollte diese Führung auch einen Namen bekommen und ich sollte jeden Tag über längere Zeit mit ihr sprechen, wie mit einer ganz guten FreundIn. Das ist gar nicht so einfach, denn ich habe die Vorstellung, dass mein Gott ja sowieso alles von mir weiss, er sieht ja alles. Doch wir bekamen zu hören, da wir unseren persönlichen Gott wie einen Freund behandeln sollen, sollen wir dies auf eine irdische Weise tun. Also begann ich alles zu erzählen, wer ich bin, was ich mache und was meine Wünsche sind. Beim Erwachen, unter dem Tag und auch wenn ich schlafen ging. Nicht immer ging es gleich gut, vor allem wenn ich auf eine Antwort wartete, diese Antwort kommt dann aber auch manchmal, wenn ich es gar nicht erwarte!

Doch es ist etwas Wundervolles, man fühlt sich nie mehr alleine, immer ist jemand mit einem und erst noch in meinem Herzraum.

GC sagt; Wenn man das Göttliche in sich trägt, hat man ALLES. Un dies kann ich nur bestätigen.

Wir haben ja oft das Gefühl, dass wir von Gott verlassen sind, doch das ist nicht so, er/sie ist unser treuester Freund und er liebt uns viel, viel mehr als wir ihn.

Ausserhalb von mir hat Gott keine Form, es ist Licht, doch mein persönlicher Gott in mir braucht eine Form, damit ich mit ihm sprechen kann, seine Hände halten kann und mit ihm tanzen kann.

Ich habe dies wirklich einmal erlebt; immer am Ende der Woche verbrachten wir einen Tag im Oneness Tempel. Dort machten wir Indische Rituale, sangen und tanzten auch und da fühlte ich plötzlich, dass mein Göttliches mit mir tanzt, das gab ein unbeschreibliches Glücksgefühl.

Ich liebte diese Tempeltage sehr, wir konnten immer Rückschau halten, was wir gelernt haben, es war ja immer sehr viel und so war ich froh, dass an einem Tag nichts neues dazu kam., ganz immer war es zwar nicht so!! Es gab Tempeltage, da sassen wir schon morgens um 5 Uhr in einem Nebengebäude des Tempels und bekamen neue Lehren!! Trotzdem, im Tempel hatten wir viel Zeit für uns und konnten nachempfinden, was die ganze Woche lief.

GC sagt; Behandle die anderen so, wie du behandelt werden willst,
und tu nicht ändern an, was du selber nicht haben willst.

Das Thema der 3. Woche war dann: „Sein - Befreiung vom Verstand“ und das Thema der 4. Woche war „Oneness“, verbunden sein mit allem das ist.

Dies ist ein hohes Ziel, doch wenn wir fühlen können, dass wir Göttliche Wesen sind und alle ein Teil vom Ganzen, ist es eigentlich ganz klar, es ist ein Gesetz des Universums.

Um dies zu realisieren und uns auch zum Erwachen und Gott Realisieren zu führen, sind Sri Amma und Sri Bhagavan auf die Erde gekommen, die Avatare der Oneness Bewegung. Sie wollen möglichst vielen Menschen dieses Wissen zugänglich machen. Wenn wir geboren werden, sind wir Oneness, dann beginnt die Trennung, der Verstand wird aktiviert, damit wir lernen können und dann sollten wir möglichst bald wieder schauen, ich glaube ab 18 Jahren ist es möglich, dass wir wieder Oneness erreichen. Dies ist aber nur über einen Neurobiologischen Vorgang möglich, die Oneness nennt es Blessing oder Deeksha, bis vor kurzem wurde es durch Handauflegen auf dem Kopf, durch Eingeweihte vollbracht, heute wird es direkt von Gott übertragen, ausser jene die neu zu Oneness stossen, da wird es immer noch durch Handauflegen gemacht.

Die Zeit in Indien war sehr intensiv, es gäbe noch viel zu schreiben, es gab so viele berührende, wundervolle Momente doch ihr wisst ja, dass ich im Grunde nicht so die Schreiberin bin. Doch es tat mir auch gut, meine Gedanken und Gefühle aufzuschreiben, ich erlebte die Zeit nochmals nach.

Ich bin sehr froh, folgte ich meinem Inneren Wunsch, es wird für mich immer ein bleibendes Erlebnis und Wissen bleiben. Ich habe Wissen aufgeschrieben, das ich immer wieder hervorheben kann und darüber kontemplieren kann und ich wünsche mir natürlich, dass ich dem Erwachen und Gott Realisieren immer näher komme. . Seit Indien fühle ich mich mehr bei mir, ruhiger und gelassener. Ich bin sehr oft in Verbindung mit meinem Inneren Gott, kann aber auch (oder deshalb) das Leben sehr genießen, alles das ist und ich weiss, alles hat einen Sinn, gute wie schlechte Momente (gibt es überhaupt einen Unterschied?).

Ich danke euch allen, die mein Leben begleiten, mir auch den Spiegel vorhalten, damit ich mal wieder reinschauen kann! Ich freue mich auf eine nächste Begegnung, wo immer das sein wird.

Ich umarme euch ganz herzlich Christine

Danke Sri Amma und Sri Bhagavan für das Erwachen und die Gottverwirklichung.