



Starcon Lichtkörper Akademie
www.holoenergetic.ch

Die drei Selbst

Auszug aus dem Buch: "Die Rückkehr des friedvollen Kriegers" von Dan Millman
Ansata-Verlag 1992, CH-3800 Interlaken, ISBN-13: 978-3778770962

Ich schlief und war doch hellwach. Ich sah sogar klarer als je zuvor. Mama Chias lächelndes Gesicht blitzte vor mir auf, dann verschwand es wieder. In der Schwärze, die mich anschliessend einhüllte, erschien eine menschliche Gestalt: der Körper eines Mannes mit ausgestreckten Armen in einem Kreis - aber nicht die Figur, die Mama Chia in den Sand skizziert hatte, sondern ein genaues Abbild des Originals von Da Vinci.

Dann erschien plötzlich mein eigener Körper in dem Kreis und begann sich zu drehen, Rad zu schlagen.

Dann sah ich, wie mein Körper allmählich wieder zur Ruhe kam. Er stand jetzt aufrecht in einem Wald unter dem Sternenhimmel. Vom blassen Mondlicht erhellt, ausser einem Paar Shorts völlig nackt, stand er mit weit ausgebreiteten Armen da, als wolle er das ganze Leben umarmen - den Kopf leicht schräg nach oben gewandt. Er blickte durch die Baumwipfel zu den Sternen empor, die am samtsschwarzen Himmel funkelten. Das alles sah ich in allen Details deutlich vor mir - ich sah jeden Schatten auf den mondbeschienenen Blättern.

Dann erschienen an dem Körper drei glühende Lichter, die von den Auren oder Energiefeldern des Körpers gesondert waren. Zuerst richtete meine Aufmerksamkeit sich auf einen erdigen rötlichen Schimmer, der die Bauchregion der Gestalt erhellte. Diesen Schimmer erkannte ich sofort als **das Basis-Selbst**. Dann verlagerte sich meine Aufmerksamkeit auf den Kopf der Gestalt, wo **das Bewusste Selbst** als weisses Licht des Bewusstseins sass. Dieses Licht leuchtete so strahlend, dass der Kopf in diesem Leuchten kaum noch zu sehen war. Dann stieg mein Bewusstsein über den Kopf hinaus, wo ich einen Wirbel leuchtender, schillernder Farben erkannte ...

Plötzlich neigte sich das Ganze bedrohlich schräg, und in der Ferne krachte ein Donner. Blitze zuckten am Himmel auf. Heulend erhob sich ein Sturm; Bäume stürzten um. Und dann spaltete sich die physische Gestalt vor mir in drei verschiedene Wesen auf!

Das Höhere Selbst, das ich in seinen strahlenden, hell auflodernden Farben gerade erst über dem Kopf erkannt hatte verschwand wieder. Die beiden anderen Wesen verwandelten sich in deutlich erkennbare körperliche Gestalten. Das Basis-Selbst nahm jetzt die Gestalt eines Kindes an, das von einem rötlichen Schimmer umgeben war. Das Kind zitterte und wich erschrocken zurück, als der nächste Blitz sein Gesicht erhellte. Es war von nackter Angst besessen.

Das Bewusste Selbst nahm die Gestalt eines grauen Roboters mit elektrisch glühendem Computerkopf an. Der Roboter surrte und klickte und blickte dann mit ausdruckslosem Gesicht starr zum Himmel empor, als ordne er gerade seine Informationen und wäge sorgsam ab, was als nächstes zu tun sei.

Beim nächsten Donnerschlag rannte das Kind davon und suchte instinktiv Schutz in einem hohlen Baum. Ich folgte ihm und beobachtete, wie es sich dort zusammenkauerte. Es schien schüchtern zu sein - es sagte kein Wort. Als ich es ansah, fühlte ich mich tiefer in sein schimmerndes Licht hineingezogen.

Im Bruchteil einer Sekunde war mein Bewusstsein mit dem des Kindes verschmolzen. Ich sah das Leben durch seine Augen und erlebte alle seine Gefühle mit. Verwirrt durch Tausende von Erinnerungen an vergangene Gewitter und Assoziationen, die sich über unzählige frühere Leben erstreckten kauerte ich mich instinktiv noch enger zusammen. Schreckliche Bilder, ein buntes Flickwerk genetischer Erinnerungen durchzuckten mein kindliches Bewusstsein.

Wo es mir an klarer Logik fehlte, zog ich meine Urinstinkte zu Rate. Ich spürte einen Riesenvorrat an Lebensenergie in mir; all meine Emotionen waren aktiviert, intensiver als sonst. Ein primitiver Instinkt, zu überleben, mir angenehme Empfindungen zu verschaffen und Schmerz zu vermeiden, beherrschte mich und riet mir, nicht lange zu überlegen, sondern zu handeln. Meine innere Welt war ungebändigt, weder durch Kultur noch durch Regeln- und Gesetze, noch durch Logik verfeinert. In meiner Wildheit und Triebhaftigkeit war ich nichts weiter als Energie in Bewegung - ich war eng mit der Natur verbunden und fühlte mich ganz und gar in meinem Körper mit seinen Gefühlen und Instinkten zu Hause.

Ich hatte kaum Möglichkeiten, feinere ästhetische Reize wahrzunehmen oder einen höheren Glauben in mir zu spüren; ich kannte nur positive und negative Empfindungen. Im Augenblick verspürte ich ein unwiderstehliches Bedürfnis nach Führung, nach jemandem, der das ganze Geschehen für mich deutete, der mich beruhigte und leitete. Ich brauchte das Bewusste Selbst.

In diesem Augenblick kam auch der Roboter in den hohlen Baum geklettert. Er hatte einen Plan gefasst. Aber er ignorierte mich, das Kind, fast völlig, als sei ich ganz unwichtig. Ärgerlich, weil ich mich übergangen fühlte, stiess ich ihn an, um auf mich aufmerksam zu machen. Warum hörte er denn nicht auf mich? Schliesslich hatte *ich* den Unterschlupf zuerst entdeckt! Aber er ignorierte mich noch immer. Ich schubste ihn, ich schlug ihn ins Gesicht - ohne Erfolg. Da kletterte ich wütend aus dem Baum, holte einen Felsbrocken und schleuderte ihn gegen das Bein des Roboters. *Jetzt* beachtete er mich endlich. "Was-willst-du" fragte er mit monotoner Stimme. "Hör mir doch endlich zu!" rief ich.

Im nächsten Augenblick verlagerte sich mein Bewusstsein von dem des Kindes auf das des Roboters und verschmolz mit ihm. Jetzt sah ich die Welt durch die Augen dieser logisch denkenden Maschine - objektiv und mit eiskalter Ruhe. Das Kind, das ich gerade eben noch gewesen war, empfand ich jetzt als Ablenkung. Ich legte mir eine Strategie zurecht, wie ich es beruhigen könnte.

In diesem Augenblick legte sich der Sturm, und das Kind lief wieder hinaus, um zu spielen. Also schob ich dieses Problem beiseite und ging mit steifen Schritten in den Wald. Mich beunruhigten keinerlei Emotionen; meine Welt war fein säuberlich geordnet, strukturiert - und entsetzlich begrenzt. Ich sah den Wald in Grautönen. Für mich war Schönheit nichts weiter als eine Definition, eine Kategorie. Ich wusste nichts vom Höheren Selbst oder vom Glauben. Ich suchte nur nach nützlichen, konstruktiven Lösungen. Der Körper war für mich eine notwendige Bürde, eine Maschine, die es mir ermöglichte, mich zu bewegen und mich fortzupflanzen - ein Werkzeug meines Verstandes.

In meinem Computergehirn war ich vor den Launen der Emotionen sicher. Und doch lebte ich ohne die Verspieltheit, die emotionale Energie und die Vitalität des Kindes eigentlich gar nicht richtig. Ohne dieses Kind existierte ich nur in einer sterilen Welt, die aus Problemen und Lösungen bestand.

Plötzlich erwachte wieder mein ursprüngliches Bewusstsein, als hätte ich vorher geträumt. Ich verspürte den überwältigenden Drang, wieder den Wald um mich herum zu spüren, die Energien des Lebens zu fühlen. Ich brach aus meinem Bewussten Selbst aus.

Von meinem neuen Blickpunkt aus konnte ich sie alle beide erkennen - das Bewusste Selbst und das Basis-Selbst. Sie standen mit dem Rücken zueinander da, jedes in seiner eigenen Welt. Wenn sie doch nur zusammen sein könnten - wie viel reicher würde ihr beider Leben dadurch werden!

Ich schätzte die kindliche Unschuld und instinktive Körperweisheit des Basis-Selbst; und ich wusste auch die Vernunft, Logik und Lernfähigkeit des Roboters, meines Bewussten Selbst, zu würdigen. Doch ohne die Inspiration des Höheren Selbst erschien mir das Leben schal, oberflächlich und unvollkommen.

In dem Augenblick, als mir das klar wurde, hörte ich, wie das Höhere Selbst irgendwo aus dem Wald nach mir rief. Ich spürte eine intensive Sehnsucht, mit ihm zu verschmelzen. Plötzlich wurde mir bewusst, dass ich diese Sehnsucht schon viele Jahre, vielleicht sogar mein ganzes Leben lang gehabt hatte. Zum ersten Mal in meinem Leben wusste ich, wonach ich immer gesucht hatte.

Ein paar Sekunden später war ich wieder im Bewussten Selbst gefangen. Ich sass in seinem stählernen Gehirn fest und hörte wieder seine monotone Stimme, die zuerst langsam, dann schneller werdend immer nur den einen Satz wiederholte: "Ich - bin - das - einzige - was - es - gibt. Das - Höhere -Selbst - ist - eine - Illusion."

Dann schnellte mein Bewusstsein in das kindliche Basis-Selbst zurück. Jetzt wollte ich nichts anderes als spielen und mich zufrieden, mächtig und geborgen fühlen.

Dann sprang mein Bewusstsein wieder ins Bewusste Selbst und dessen Realität - und anschliessend wieder ins Basis-Selbst und die kindliche Realität. Immer schneller hüpfte ich zwischen Bewusstem Selbst und Basis-Selbst, Verstand und Körper, Roboter und Kind, Denken und Fühlen, Logik und Instinkt hin und her. Immer schneller!

Ich richtete mich auf und starrte ins Leere - entsetzt, schweissgebadet, mit leisem Schluchzen. Dann kam mir allmählich wieder meine Umgebung zum Bewusstsein: die geschützte kleine Bucht, der warme Sand, ein Himmel über spiegelglattem Meer, der sich allmählich rosa und schliesslich purpurrot färbte. Und ganz in der Nähe sass regungslos Mama Chia und schaute mich unverwandt an.

Ich schüttelte die letzten Reste der Vision ab und versuchte, langsamer zu atmen und mich zu entspannen. Schliesslich brachte ich eine Erklärung zustande: "Ich - ich hatte einen bösen Traum."

Langsam, jedes Wort sorgfältig abwägend, fragte sie mich: "War es wirklich nur ein böser Traum, oder war es ein Spiegelbild deines Lebens?"

"Ich weiss nicht, was du meinst", sagte ich, aber das war eine Lüge. Das wurde mir klar, kaum dass ich die Worte ausgesprochen hatte. Mit meiner neuen Erkenntnis von den drei Selbsten konnte ich nicht mehr so tun, als sei ich eine "Einheit". Ich war ein gespaltener Mensch. Ständig schwankte ich zwischen den egozentrischen, kindlichen Bedürfnissen des Basis-Selbst und der kühlen Distanz des Bewussten Selbst hin und her. Nur zu meinem Höheren Selbst hatte ich keinen Kontakt.

In den letzten Jahren hatte mein Verstand meine Gefühle ständig unterdrückt, er hatte sie ignoriert und abgewertet. Statt die Schmerzen und die Leidenschaften, die ich empfand, zu akzeptieren, hatte mein Bewusstes Selbst die Zügel fest in der Hand gehalten und meine Emotionen und meine Beziehungen zu anderen Menschen einfach unter den Teppich gekehrt, als existierten sie nicht.

Jetzt begriff ich, dass die körperlichen Krankheitssymptome, die ich zu Hause in Ohio gehabt hatte - die Infektionen, die Wehwehchen und Schmerzen -, die Stimme meines Basis-Selbst gewesen waren, das laut schreiend um Aufmerksamkeit bettelte wie ein kleines Kind. Es wollte, dass ich all die Gefühle in meinem Inneren endlich herausliess. Plötzlich verstand ich die Bedeutung des Satzes: "Unsere Organe weinen die Tränen, die unsere Augen nicht vergiessen wollen" und mir fiel auch wieder ein, was Wilhelm Reich einmal gesagt hatte: **"Die unterdrückten Emotionen, die wir nicht zum Ausdruck bringen, lagern sich in den Muskeln unseres Körpers ab."** Diese beunruhigenden Erkenntnisse bedrückten und entmutigten mich. Jetzt wurde mir klar, was für ein weiter Weg noch vor mir lag.

© Copyright beim Verlag