



JUNG CHAOTISCH & ERLEUCHTET

So hab' ich mir das nicht vorgestellt

Anssi Antila

Wenn Du eine Frage hast, die dich bewegt, schreib' Anssi
einfach unter:

anssi@fraganssi.de

Folge Anssi auf:

Facebook: <https://www.facebook.com/fraganssi>

Twitter: <https://twitter.com/fraganssi>

Eine herzliche Bitte noch:

Wenn Dir mein Buch gefällt, hinterlasse bei Amazon bitte
eine Bewertung dafür.

Das unterstützt mich sehr.

INHALT

Vorwort

Einleitung

Frage 1: Was genau empfindet man, wenn die Erleuchtung eintritt?

Frage 2: Was ist Spiritualität?

Frage 3: Wann ist ein Mensch zu seinem wahren Wesen erwacht? Woran ist das zu erkennen?

Frage 4: Für mich sind Erwachen, Erleuchtung oder Bewusstwerdung die gleichen Wörter, um zu beschreiben, dass ich die Illusion, das Spiel durchschaut habe. Reden wir beide von dem gleichen? Wer sagt, dass ich nicht auch erleuchtet bin?

Frage 5: Bleibt man in diesem Erleuchtungszustand? Oder ist es eher ein bewusstes Halten des Zustandes? Hilft die Meditation dabei?

Frage 6: Wie kann man diese Erleuchtung nutzen? Ich meine, es ist ja schön, wenn Frieden in mir herrscht, aber wenn ich dann in zwei Wochen auf der Straße schlafen muss, habe ich ja wohl auch nichts davon, oder?

Frage 7: Bedeutet erleuchtet zu sein, dass man keine Fehler mehr macht?

Frage 8: Was ist der Unterschied zwischen dem Erkennen der Ich-Illusion und dem Erwachen?

Frage 9: Ist ein Erwachter nie mehr unglücklich?

Frage 10: Was hat dir dabei geholfen, zu deiner wahren Natur, Identität und Größe zu erwachen?

Frage 11: Welche Pfade führen zur Erleuchtung?

Frage 12: Wie kann ich die Erleuchtung erlangen? Ist das ein Prozess, der von alleine abläuft, oder kann ich etwas dafür tun?

Frage 13: Wie erwache ich?

Frage 14: Ich spüre, dass da dieses Nichts ist und jedes Ich-Gefühl entweder einem Gedanken oder einem Gefühl entspringt, aber das bringt mich nicht näher zu dem, was ich bin. Es sei denn, es soll einfach heißen, dass ich dieses Nichts bin?

Frage 15: Für mich ist es schwer, dieses Nichts als Tür zu erkennen. Wie soll ich sie öffnen? Wenn ich mich darauf konzentriere, mich selbst zu spüren, fühle ich mich eher wie in einer Starre, wo jedweder Versuch, irgendetwas zu unternehmen, ja gleich wieder einen Gedanken darstellen würde.

Frage 16: Für mich ist es glasklar: Da ist kein Ich. Aber es ist letztendlich nichts Besonderes passiert.

Frage 17: Mir scheint, dass still zu sein alles ist, was es zu tun gibt. Stillsein ist aber nicht immer einfach. Was ist der beste Weg, um stiller und stiller zu werden, freier von gedanklicher Verunreinigung?

Frage 18: Wenn ich immer besser lerne, meiner Intuition zu folgen, führt mich das dann automatisch zu mir, zu meiner Selbstliebe? Und schafft das die besten Voraussetzungen, damit ein Erwachen stattfinden kann?

Frage 19: Wenn Gedanken Gefühle erzeugen und Gefühle Gedanken, woher weiß ich dann, ob ich meinem Gefühl vertrauen kann, ob es wirklich mein Wunsch ist oder ob ich gerade dem Konzept meines Verstandes folge?

Frage 20: Als ich eine Frage an dich gestellt habe, ist in mir irgendetwas passiert. Ich hatte das Gefühl, irgendwie nach innen zu gehen. Nicht so, wie ich es sonst kenne. Es ging viel tiefer, und dieser Zustand hielt tagelang an. Aber zeitweise hatte ich auch immer das Gefühl, Fragen zu suchen. Nicht, weil irgendetwas offen ist... Ich hatte vollkommene Leere im Kopf.

Frage 21: Sind diese Trauer, diese unendliche Trauer über den Tod meines Mannes, und die Sehnsucht der Preis der immensen Liebe, die wir teilten? Sind sie also okay und dürfen sie gelebt, gefühlt und gespürt werden, weil sie halt da sind und angenommen werden sollen? Oder mache ich da etwas falsch?

Frage 22: Kannst du mir die Beziehung zwischen Seele und Körper erklären?

Frage 23: Wie kommst du zu der Annahme, dass die irdische Liebe nicht bedingungslos ist?

Frage 24: Bleibt der Bewusstseinsprung, also die Erleuchtung, im nächsten Leben erhalten?

Nachwort

Danksagung

Vorwort



Als ich das erste Mal von Anssis Existenz erfuhr, saß ich in einem Internetcafé, wo ich gerade eine Pause einlegte. Einer Pause auf meiner Reise. Einer Reise, auf der ich schon so lange wandelte.

Ich weiß noch, wie mich einer meiner Begleiter zum Computer zerrte, weil er dort einen wirklich sonderbaren Vogel gefunden hatte. Da. In den Weiten des Internets.

Auf dem Bildschirm war Anssi in einem Video zu sehen, in dem er behauptete, die von so vielen gesuchte Erleuchtung erlangt zu haben. Und er beschrieb auch wie. Ganz einfach. Indem er ein Buch las!

Pah, dachte ich, wie naiv zu glauben, man wäre erleuchtet. Und dann auch noch zu behaupten, dies ohne jegliche Übung oder Praxis als eine Form von Gnade bekommen zu haben.

Ich war sauer. Ja. Besser gesagt wütend. Denn ich, der doch schon seit Ewigkeiten tagein, tagaus meditierte, wüsste schließlich, welche Abgründe durchkämmt werden müssten, um auch nur einen Funken dieser Erleuchtung genießen zu können. Und da kommt nun so ein »Lappen« daher und behauptet, dies alles ganz einfach, ohne große Mühe bekommen zu haben. Pah! Mein Begleiter und ich

brachen in großes Gelächter aus und kehrten diesen »Sonderfall« unter den Teppich.

Die Zeit verging, und meine spirituelle Suche verwandelte sich langsam in Verzweiflung. Ich reiste durch die Gegend, suchte unter jedem Stein, unter jedem Gefühl, vertraute vielen selbsternannten Gurus und fand schließlich nur Wahnsinn. Das Ego gewann das Spiel. Und so erkrankte mein Körper in Form von Panikattacken und Zuständen vollkommener Machtlosigkeit.

Zwei Jahre, nachdem ich von Anssi erfahren hatte, suchte ich in meiner Verzweiflung noch intensiver, noch gründlicher, und so fiel mir dieser »Sonderfall« wieder ein. Ich weiß nicht, warum gerade er. Schließlich war er in meinen Erinnerungen als Lachnummer gespeichert. Ich weiß nur, dass dieser unbändige Wunsch in mir wütete, Erleuchtung zu finden, da es für mich die einzige Chance war, Heilung zu erfahren. Eine Heilung, tiefer als jede Erkrankung der körperlichen Formen. Also schrieb ich ihm einfach und schilderte meine Lage.

Anssi antwortete schnell, direkt, offen und präzise. Ich hatte das Gefühl, mit jemanden zu reden, der mich schon seit Jahren kennt. Doch diese Person kannte mich gar nicht, und dennoch gelang es ihr, mein komplexes Problem zu begreifen. Er las zwischen den Zeilen, sah die Seele hinter den Buchstaben. Dennoch blieb er bei aller Tiefe stets professionell, neutral und so objektiv wie möglich.

Schon nach einem kurzen Schriftverkehr spürte ich eine grundlegende Veränderung in meinen Meditationen. Seine Hinweise und Fragen führten mich in eine ganzheitliche Wahrnehmung. Eine Wahrnehmung tiefer Entspannung, kompletter Mühelosigkeit und einem nach innen gerichteten Fokus. Er schaffte es mit seinen Fragen, die wie Puzzleteile fehlten, meinen Verstand anzuhalten. Und so öffneten sich die Paradoxe und Gegensätzlichkeiten und wurden eins. Der

Verstand hielt an und plötzlich raunte ein tiefes Lachen in meinem Inneren. Ich erwachte.

Kurz nach diesem Erlebnis schrieb ich Anssi eine Mail.

»Hahahahahahahahaha. Was für ein gewaltiger Irrtum zu glauben, man wäre der Verstand. Wie konnte man nur all die Zeit daran glauben? Wie kann man etwas anderes sein? Man kann doch nichts anderes sein als die Aufmerksamkeit an sich. Sie ist schon da, wenn man ein Säugling ist. Sie ist da, wenn man im Nirwana ist. Egal wann, egal wo, egal wie. Das Bewusstsein ist die wahre formlose Essenz meines Seins. Wie konnte ich jemals denken, etwas anderes zu sein? Die ganze Welt, auch die berühmten »anderen«, sind in mir. Wir sind alle eins. Lediglich unsere Körper trennen uns, aber unser Bewusstsein... Das, was essenziell und wahrhaftig ist, ist eins. Hahaha. Und »Das«, wonach ich gesucht habe, ist überhaupt nichts Besonderes, war die ganze Zeit schon da und hat überhaupt nichts mit speziellen Fähigkeiten oder bestimmten übernatürlichen Vorstellungen zu tun. Es ist das einfachste überhaupt... Sein in seiner reinen Form, und dennoch besitzt diese simple Haltung und Erkenntnis genau diese göttliche Schönheit, Anmut, Heilung und Liebe, nach der ich mich immer gesehnt habe. All die Jahre habe ich es mir selbst so schwer gemacht. Es wird endlich Zeit, die Einfachheit zu akzeptieren und zu vertiefen.«

So wurde ich wieder Mensch. Voller Sein. Ein Brunnen des Lebens. All die Jahre suchte ich verkrampft nach etwas, das schon lange da war. Anssi war wahrlich ein Lehrer wie aus einem Bilderbuch. Ich habe viele Meister kennengelernt. Und in ihnen schwang ständig ein bestimmtes Selbstbild mit, das mich destruktiv beeinflusste. Doch Anssi war immer nur »eine Frage«. Immer nur eine Frage, die nach innen reflektiert und somit das Erwachen möglich macht. Möglich für jeden, der bereit ist, sich dieser Frage zu stellen, und bereit ist, sich zu entscheiden.

Natürlich hat man immer die Gelegenheit, sich zu entscheiden. In jedem Moment. Ob nun mit oder ohne Anssi. Doch Anssi erinnert uns auf liebevolle, präzise und reflektierende Art daran, uns für die Seligkeit zu entscheiden.

So wurde der »Lappen« zu meinem Lehrer.

Und letztlich mein Bruder.

Danke Anssi

Jassin

Einleitung



(M)Eine Geschichte

Ich bin nie ein spiritueller Sucher gewesen. Zumindest nicht bewusst. Wörter wie »Erleuchtung« und »Erwachen« kamen in meinem Wortschatz nicht vor. Mir waren auch keine spirituellen Lehrer bekannt. Natürlich hatte ich von Jesus und Buddha gehört. Aber das waren für mich eher mythische Figuren. Eher so etwas wie religiöse Idealbilder als reale Menschen. Was mir jedoch völlig unbekannt war, war das, was sie wirklich lehrten, und ganz ehrlich: Es hat mich auch nicht sonderlich interessiert.

Das einzige vermeintlich Spirituelle in meinem Leben war mein Glaube an Gott. Die Existenz Gottes war in meiner Vorstellungswelt glasklar. Ohne Zweifel. Heute weiß ich gar nicht mehr, warum mir das eigentlich so klar war. Denn es sollte sich noch herausstellen, dass das, was Gott ist, und wie man Gott erkennt, etwas ganz anderes war, als ich mir damals eingebildet hatte.

Doch bei aller scheinbaren Klarheit war Gott eher ein Hobby. Ja, ich betete ab und zu. Ja, ich trug jahrzehntelang eine Kette mit einem christlichen Kreuz, aber mein Interesse galt hauptsächlich weltlichen Dingen und weltlichen Fragen: Wie wird man reich? Wie wird man intelligent? Wie kann

man seinen persönlichen Einfluss ausbauen? Wie wird man berühmt? Wie findet man die Frau seiner Träume und erobert sie? Und: Ich las mit großem Vergnügen allerlei Sachbücher und Ratgeber dazu.

Ich will nicht übertreiben, aber es waren weit über eintausend Ratgeber, die ich bis zu meinem neunundzwanzigsten Lebensjahr gelesen hatte. Nur damit man mal eine Vorstellung hat, wie sehr ich Bücher liebte. Heute ist mein Körper übrigens vierunddreißig Jahre alt. Meine Mutter hat ihn 1979 aus ihrer Scheide gepresst. Danke Mama.

Das besondere Buch

Bücher haben eine erhebliche Rolle in meinem Leben gespielt. Alle Jahre wieder landete ein ganz besonderes Buch vor meiner Nase, das meine Sicht auf die Welt und auf mich selbst für immer verändern sollte.

Viele Weichenstellungen in meinem Leben begannen mit einem Buch. Daher liebte ich es, besondere Fundstücke zu verschenken. Besonders zu Geburtstagen.

Doch an einem warmen Sommertag im Juni 2008 tat ich etwas, was nicht meiner Gewohnheit entsprach: Ich kaufte ein Buch für einen Freund, das ich vorher nicht gelesen hatte. Das mag für viele nichts Außergewöhnliches sein. Aber für mich war es das erste Mal. Nicht ein Buch für jemanden zu kaufen, sondern ein Buch für jemanden zu kaufen, das ich vorher nicht geprüft und für genial befunden hatte. Das Buch, das ich kaufte und das noch eine besondere Rolle in dieser Geschichte spielen wird, war: »Jetzt! Die Kraft der Gegenwart« von Eckhart Tolle.

Zugegeben, ganz unbekannt war mir das Buch vorher nicht. Ich hatte schon mehrfach gehört, wie es empfohlen wurde. Doch dass es etwas mit Spiritualität und dem

Erwachen zu tun hatte, habe ich – das Buch selbst in den Händen haltend – einfach überlesen. Fragt mich nicht warum, aber ich dachte, es geht um Genuss. So nach dem Motto, wie man sein Leben mehr genießt.

In diesem Wissen habe ich das Buch gekauft und schließlich verschenkt. Ohne es selbst gelesen zu haben. Bis auf den Klappentext natürlich. Passt schon, dachte ich, wohlwissend, dass das Geburtstagskind ein Genussmensch ist. Und: Es passte. Es passte jenseits meiner Vorstellungskraft. Ich ahnte nicht, dass dieses Buch mein Leben noch so gewaltig verändern würde, dass es schlicht nicht in Worte zu fassen ist.

Die E-Mail aus Thailand

Ein halbes Jahr, nachdem ich das Buch verschenkt hatte, bekam ich im Dezember 2008 eine E-Mail aus Thailand. Das damalige Geburtskind machte dort gerade Urlaub und hatte das Buch, das er im Juni von mir geschenkt bekommen hatte, mit im Gepäck. Die E-Mail las sich ungefähr so:

»Hallo Anssi, danke für das Buch. Ich möchte jetzt nur noch nackt herumlaufen und all meinen Besitz verschenken. Danke. Grüße J.«

Was sollte diese mysteriöse Botschaft bedeuten? War das Buch nun gut oder Schrott? War das ein ehrliches Dankeschön oder ein ironisches Danke (Fuck-You-Danke)? Ich beschloss, auf seine Rückkehr zu warten, um ihn selbst zu fragen.

»Was??? Du hast das Buch nicht gelesen?«, fragte mein Freund mit großen, grünen Augen und einem braun gebrannten Gesicht, das mich jetzt gerade, so wie ich darüber nachdenke, an einen Bollywood-Typen erinnert. »Ich dachte, du hättest es gelesen. Ich habe mich schon die ganze Zeit darauf gefreut, mit dir darüber zu reden, wenn