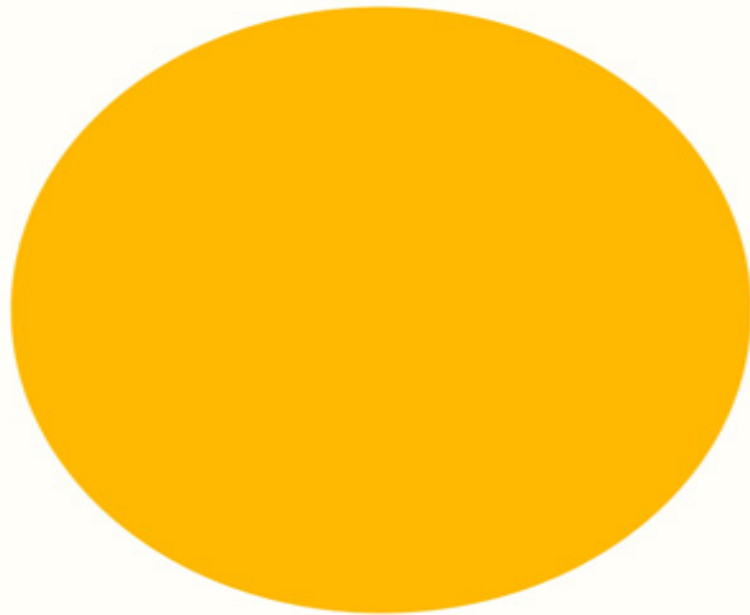


über Wasser gehen



Das Manifest der Herzmenschen

Michael Born

Mein Dank gilt der geistigen Welt, die mir geholfen hat, das Buch in die Form zu bringen, die Du jetzt in Deinen Händen hältst.

Speziellen Dank an Abuna Semai, mit dem ich während des Schreibens gern im inneren Zwiegespräch war.

Danke an meine Mutter Petra und meinem Vater Peter, durch die ich dieses wundervolle Paradies Erde erleben darf.

Danke an meine liebe Frau Rosa.

Danke an meine Kinder Yoko und Nako.

„Verantwortlich ist man nicht nur für das, was man tut,
sondern auch für das, was man nicht tut.“

Lao Tse

Inhalt

Die Reihenfolge, in der Du das Buch liest, spielt keine Rolle. Dort, wo die maximale Schwingung im Herzen beim Lesen der Titel entsteht, hast du die Freiheit das Buch zu beginnen. Dennoch folgen die Kapitel einem in sich stimmigen roten Faden, und es lohnt daher, beim Nullpunkt zu beginnen.

Alle Inhalte beschreiben den herzzentrierten Weg und zeigen zum Selben: Dass Du lernst, Deine Intuition als wichtigstes Werkzeug auf dem Weg zu Dir selbst souverän einzusetzen.

Prüfe alle Inhalte, ob sie für Dich Sinn machen. Glaube mir nichts! Wenn die Inhalte eine Wirkung auf Deine Lebenswirklichkeit haben, sind sie für Dich relevant.

Der Begriff "Inhalte" ist im Zusammenhang mit diesem Buch womöglich etwas irreführend. Da das Buch eher die Intention hat, Dich leer zu machen, damit das Eigentliche in Dich einfallen kann. Das, wofür Du hier bist. Denn es geht in der spirituellen Entwicklung nicht darum, Zusätzliches oben reinzustopfen, sondern ausschließlich um das Loslassen von Unnützem hin zu Leerheit. Eine Idee von Inhalt würde diese Leerheit blockieren. Den Namen dieses Kapitels werde ich jetzt nicht in "Leere" ändern, um nicht vorzeitig zu irritieren. Aber ich möchte an dieser Stelle schon für Begrifflichkeiten sensibilisieren.

Die Texte sind kontemplativ in Meditation zu mir gekommen. Daher habe ich an vielen Stellen im Buch Abstand zwischen den Zeilen gelassen. Damit möchte ich Dich einladen, eher spürend zu lesen, um wirklich erfassen zu können, wo die Wörter hinzeigen.

Viel Freude bei Veränderung wünsche ich Dir. Denn Veränderung ist die Natur Deiner Essenz.

Hilfreich ist, wenn der Herzmensch über folgende Themen Klarheit erlangt.

Nullpunkt

Herzmenschen

Frieden

Freude

Verantwortung

Intuition

Herzintelligenz

Meditation

Gott

Realitätssteuerung

Selbst

Erleuchtung

Liebe

Angst

Vision

Energie

Entscheidungen

Ablenkungen

Widerstände

Heilung

Glück

Wirken

Landung

Michael Born

Nullpunkt

Jetzt beginnt das größte Abenteuer Deines Lebens. Denn Nichts ist spannender als die Reise nach Hause zu Dir selbst. Ich wünsche Dir viel Freude bei den wertvollen Erfahrungen und den wundervollen Erkenntnissen auf diesem Weg.

Eines sei aber gleich vorweg erwähnt: Wenn Du über Wasser gehen willst, wird alles zum Vorschein kommen, was Dich unter Wasser zieht. Übersetzt meint das: Wenn Du ganz Liebe sein möchtest, wirst Du aufgefordert, Dich deinen tiefsten Ängsten zu stellen.

Ich möchte in diesem Buch einen von selbst stattfindenden natürlichen Vorgang beschreiben, der in unserer Zeit exorbitant häufig stattfindet: Erleuchtung. Die Theorie dieses Vorgangs zu erschließen, half mir dabei das einzuordnen, was bei mir vor etwa 15 Jahren stattgefunden hat. Mit dieser theoretischen Auseinandersetzung, die durch tatsächliche Erfahrungen gespeist ist, hoffe ich, viele Menschen daran zu erinnern, dass sie vielleicht ähnliche Erfahrungen schon längst gemacht haben.

Für mich selbst war die Erfahrung Erleuchtung so überwältigend, dass ich das konkrete Geschehen einfach nicht einordnen konnte. Jenseits der spirituellen Literatur, die mir damals half, das Erlebte zu verarbeiten, fand ich kaum brauchbare Einordnungshilfen.

Meine Mitmenschen reagierten auf mich ausschließlich mit grübelndem Schweigen.

Ich denke, Erleuchtung ist einfach. Und es hätte mir viele Jahre meines Lebens erspart, in denen ich nach Antworten suchte, wenn ich damals dieses sich jetzt in Deinen Händen befindende Buch gehabt hätte.

Als ich erleuchtet wurde, also ganz in meinem Körperbewusstsein angekommen war, war das für mich so

ein Hochgenuss, dass ich mich gefragt habe, warum nicht alle Menschen das ebenfalls in dieser Weise genießen können. Für mich war es das Konzert des Lebens. Ich war der Beobachter eines grandiosen Konzerts. Ich saß in diesem Konzert und habe mich gewundert, dass die anderen Zuschauer neben mir, die anderen Teilnehmer des Lebens, nicht einfach auch diesem Konzert aufmerksam lauschten. Stattdessen plapperten sie, und dachten die ganze Zeit irgendetwas. Aber das eigentliche Konzert entging ihnen dabei. Das war ein großer Unterschied im Erleben der Wirklichkeit zwischen mir und meiner Umgebung. Warum genießen die anderen Menschen nicht dieses Konzert, dieses Paradies Erde und diesen Buddha Körper?

Dafür gibt es eine einfache Erklärung: Weil sie bisher nicht diese zarte Erfahrung von Bewusstsein gemacht haben. Sie haben bisher den Schalter einfach nicht umgelegt, noch nicht erfahren, dass man jederzeit auch einfach in Ruhe und Frieden entspannt in sich sein kann. Dieses einfach Stille sein. Dieses Innehalten und in sich einfach sein.

Dieses Regungslos-Sein. Dieses Nicht-länger-identifiziert-Sein mit dem Außen, mit den Gedanken. Einfach frei sein, selbstbestimmt wählen zu können, was als Nächstes mit Aufmerksamkeit bedacht wird. Kurz: Selbst zu entscheiden, welche Frequenz das Radio Mensch gerade spielt.

Wenn ich jetzt daran zurückdenke, wie es früher bei mir war, ist es dies, was mir in der Erleuchtungserfahrung bewusst geworden ist: Dass ich früher wie verklebt in mir war und nicht in die richtige Handlung gefunden habe. Ich nahm gar nicht wahr, welche Handlung eigentlich anlag, weil ich mit dem Falschen identifiziert war, nämlich mit etwas, was mein Ego beherrschte, aber gar nicht ich selbst war. Deswegen hat sich alles verkrustet, verklebt und mühsam und schwer angefühlt. Meine Gedanken waren verklebt mit meinem

Körper. Und meinen Gedanken war ich dadurch zwanghaft ausgeliefert. Soweit, dass mir als Schauspieler ständig die Stimme weh tat und das Atmen mühsam war. Ich hatte außerdem das Gefühl, ich muss meine Atmung immerfort kontrollieren, damit sie nicht irgendwann stoppt. Das war ein Riesen-Stress für mich. Darin drückte sich mein komplettes Unvertrauen in das Leben aus.

Das war eine harte Erkenntnis für mich, dass ich nicht wirklich lebe. Dass ich nicht richtig liebe. Dass ich nicht das tue, warum ich eigentlich hier bin.

Erleuchtung ist für mich das korrekte präzise Einordnen der Wirklichkeit meiner selbst, meiner Natur, dort, wo ich zu Hause bin. Und Erleuchtung beginnt mit der präzisen Einordnung meiner aktuellen Körperwirklichkeit.

Diesem Einfach-so-in-mir-drin-Sein. So als wäre mein Körper ein Haus, das ich bewohne und aus dessen Fenstern ich jederzeit herausschauen kann, um zu sehen, was da noch ist. Dieses Einfach-so-in-mir-drin-sein-Können ist eine Erkenntnis, eine Erfahrung, aber vor allem ist es das totale Sein. In diesem Sein stirbt man in jedem Moment und aufersteht in jedem Moment, und ist damit im Frieden. Man hat gar keine andere Möglichkeit, als damit im Frieden zu sein, weil das Leben so, wie es ist, akzeptiert und gelebt wird. Das Leben ist wirklich angenommen. Es bleibt Dir nichts anderes übrig, als das Leben, so wie es ist, anzunehmen, weil die Erfahrungswelt, die Dir dann begegnet, viel zu gewaltig und schön ist.

Wenn man versucht, diese Erfahrung zu beschreiben, kommt man an einer Tatsache nicht vorbei: Dass es schlicht eine köstliche Sensation ist, sich permanent fühlend und lauschend im eigenen Körper aufzuhalten. Beobachter zu sein, wie sich das Leben in Dir austauscht, wie Energie verbraucht wird, und wie frische Energie strömend wieder in

Dich hineinfließt. Jeder Atemzug, der nicht mehr durch Dein Mithelfen-Wollen blockiert ist, ist Deine natürliche Heilung. Mit jedem Atemzug kommst Du ein Stück weiter bei Dir selbst an. Mit jedem Atemzug bist Du ein bisschen tiefer zu Hause. Mit jedem Atemzug bist Du lebendiger. Sex mit sich selbst. Non-stop. Immerwährend in Ewigkeit.

Die ersten Monate nach dieser Erfahrung war ich fast nur allein. All-Ein. Nur dabei zu beobachten, wie mein Körper ohne mein Zutun lebendig ist. Alles im Außen viel von mir ab. Ich beobachtete, wie mein Körper Wäsche wusch und einkaufen ging. Alles ging wie von fremder Hand geführt, und es war magisch. Ich ging den sogenannten Sachzwängen nicht mehr nach, ließ alles fallen, und von selbst sortierte sich mein Leben neu, weil das, was nicht wirklich zu mir gehörte, von mir abfiel. Und dann gab es einen Punkt, an dem das Leben mich aufforderte, eine Wahl zu treffen. Ich verlor nämlich das Mitgefühl für meine Mitmenschen. Das ging mir zu weit. Ich hatte die Wahl, in die nächste Dimension zu gehen, oder hier als selbst-erkanntes geistiges Wesen im Raumanzug Körper zu wirken. Und auf Letzteres hatte ich große Lust.

Dieses Sein mit anderen Menschen zu teilen, ist mir ein großes Anliegen. Dieses Bewusst-Mensch-Sein. Eine Nebenwirkung, vor der ich allerdings warnen möchte, ist die Tatsache, dass es auch schmerzhaft sein kann, wenn man aus dieser Erkenntnis und Erfahrung in das aktive Tun kommt. Dieses aktive Tun, welches die Konsequenz aus der Erleuchtung ist, das, was wirklich getan werden möchte, das, was wirklich Deine Lebensaufgabe ist, dem stellen sich die Widerstände in den Weg, die alten Muster, alles Fremdbestimmte, alles von anderen Menschen blindlings Übernommene, alle Seelen-Anteile, die wir, vielleicht aus dem Wunsch zu helfen heraus, unseren Mitmenschen - meist unseren Vätern und Müttern - abgenommen haben

und für sie stellvertretend leben, oder all das, was die Mitmenschen von uns erwarten, das wird dann deutlich und erfahrbar. Das ist die Prüfung des Lebens, ob ich Erleuchtung, ob ich Mensch-Sein wirklich will.

Und das Leben wird mit großen Toren und heftigen Prüfungen auf Dich zukommen. Aber im Grunde fragt es immer nur liebevoll: Willst Du das wirklich?

Der Schlüssel zu diesem Wunsch, zu dieser Idee des Stets-konform-Seins mit dem eigenen Selbst, ist das ständige konform sein mit dem eigenen stimmigen Gefühl. Wer bist Du, wenn Du stets ein stimmiges Gefühl in Dir lebst und erlebst? Wer bist Du, wenn Du stets konfliktfrei bist? Wer bist Du, wenn Du stets Frieden lebst? Wer bist Du, wenn Du stets Liebe bist, wenn Du stets Liebe lebst? Kann es sein, dass Du dann ein Geschenk bist für Deine Mitmenschen? Dass, wenn alle so sind, die Welt, in der wir leben, anfängt zu blühen, und das Paradies sichtbar wird? Ich bitte Dich, diesen Blickwinkel wirklich einmal einzunehmen. Diese vorweggenommene Antwort einfach mal in Betracht zu ziehen. Halte sie für möglich. Vertiefe Dich in diese Idee, in dieses Gedankenspiel. Es ist die Lösung vieler Probleme, die die Welt gerade hat, und die im Kern darauf beruhen, dass die Menschen verlernt haben, sich um sich selbst zu kümmern. Denn für alles ist gesorgt, wenn Du es schaffst, für Dich selbst zu sorgen.

Und wenn Du dem folgen kannst, erkennst Du, dass Du in diesem Modus des Mit-Dir-selbst-konform-Seins, ohne Konflikt im Frieden, dass Du dann anfängst zu leuchten. Weil Du Liebe lebst und Deine Individualität ins Spiel bringst. Das, was Du noch bist, das ist etwas sehr Mächtiges, etwas sehr Kraftvolles.