

DON MIGUEL RUIZ

BARBARA EMRYS

**Ein Leben
nach deinen
eigenen Regeln**

**Du
in der
Hauptrolle**

**NXT
LVL
VERLAG**

Don Miguel Ruiz
Barbara Emrys

Du in der Hauptrolle





Don Miguel Ruiz
Barbara Emrys

Du in der Hauptrolle

Ein Leben
nach deinen eigenen Regeln

**NXT
LVL
VERLAG**

Wichtige Hinweise

Die im Buch veröffentlichten Empfehlungen wurden von Verfassern und Verlag sorgfältig erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Ebenso ist die Haftung der Verfasser bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

Auch wenn eine gendergerechte Sprache wünschenswert ist, gibt es aus Sicht des Verlages bisher keine befriedigende, gut lesbare Lösung. Der leichteren Lesbarkeit zuliebe haben wir des Öfteren von der Doppelung männlicher und weiblicher Formen Abstand genommen. Selbstverständlich liegt es uns fern, dadurch einen Teil der Bevölkerung zu diskriminieren.

Aus dem Englischen von Antoinette Gittinger

Titel der Originalausgabe:

The Actor. How to Live an Authentic Life.

© 2020 by Miguel Angel Ruiz & Barbara Emrys

© 2020 by Urano Publishing USA, Inc.

Deutsche Ausgabe:

© 2021 NEXT LEVEL Verlag, Rosenheim

www.next-level-verlag.de

Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Gitta Lingen; Layout: Birgit-Inga Weber

Cover: Guter Punkt, München, unter Verwendung eines Designs von Opalworks, © Ediciones Urano, S.A.U.

Innenillustrationen: shutterstock.com

(S. 2/3: Macrovector; S. 6/7: Vectorpocket; S. 16/17: Vectors Bang;

S. 42/43: VectorMine; S. 66/67: ivector; S. 108/109: Artisticco;

S. 136/137: GoodStudio);

Piktogramm S. 19 u.a.: Clker/pixabay.com;

Vignette S. 14 u.a.: Tony Hegewald/pixelio.de

Gesamtherstellung: Bernhard Keller

Druck: GGP Media GmbH, Pößneck

ISBN 978-3-949458-02-6

Inhalt

| | |
|--|------------|
| Orientierungstag | 7 |
| Tag 1: Der Künstler, die Künstlerin | 17 |
| Tag 2: Die Sprache | 43 |
| Tag 3: Die Schauspielkunst | 67 |
| Tag 4: Die Bühne | 109 |
| Tag 5: Der Schlussakt | 137 |





Orientierungstag

Guten Morgen und herzlich willkommen in Ihrer persönlichen Mysterienschule!

Diese Woche werden wir mit einer Reihe von Lehren über Ihr Leben aus Sicht eines Künstlers beginnen. Seit Sie sprechen können, haben Sie zahllose Geschichten über Ihre persönlichen Erfahrungen erzählt. Sie haben Jahrzehnte damit verbracht, Ihre Gefühle zum Ausdruck zu bringen und Ihr Handeln zu dokumentieren. Und doch bleiben Sie sich selbst in vielerlei Hinsicht ein Rätsel. Wir sind nun hier zusammengekommen, um das faszinierendste Geheimnis von allen zu erforschen: *Sie*.

Mit jedem Tag, an dem wir diesem Geheimnis näherkommen, wird sich Ihr Bewusstsein erweitern. Sie werden mehr über Ihre Welt erfahren, darüber, wie sie erschaffen wurde und wie sie verändert werden kann, damit Sie glücklich werden. Ihre Welt ist die Realität, die Sie wahrnehmen. Vielleicht glauben Sie, andere würden die Dinge genauso sehen wie Sie und die gleichen Vermutungen anstellen über das, was sie sehen, doch die Welt jedes Einzelnen ist einzigartig. Ihre persönliche Realität ist ein individuelles Kunstwerk, das durch Ihre eigenen Denkweisen und Ihr Vorstellungsvermögen geformt wurde.

Dieser Kurs soll Ihnen helfen, die kreativen Entscheidungen, die Ihre derzeitige Realität geschaffen haben, und die Auswahlmöglichkeiten zu erkennen, die Ihnen nach wie vor zur Verfügung stehen.

Natürlich sind Sie seit Ihrer Geburt über diesen Campus geschritten. Sie haben an vielen ähnlichen Lehrveranstaltungen in Ihrem Leben teilgenommen und schon länger Geheimnisse erforscht, als Ihnen bewusst ist. Sie haben viele Orientierungstage wie diesen und viele Abschlussfeiern besucht. Sie waren

Student oder Studentin, aber auch Lehrer oder Lehrerin und haben auf Ihrem Lebensweg Ihr Wissen mit anderen geteilt.

Sie sind genau wie jeder andere Mensch ohne Wissen auf die Welt gekommen. Zwar konnten Sie sehen und fühlen, doch intellektuell waren Sie völlig unbedarft. Und wie die meisten Neugeborenen nahmen Sie Ihre kleine Lampe – nennen wir sie Neugier – und bewegten sich voran durch die Dunkelheit. Sie sehnten sich nach Licht und allem, was das Licht sichtbar machen konnte.

Während Sie ein Mysterium des Lebens nach dem anderen aufdeckten, zeigten sich immer wieder neue Mysterien. Die Entdeckungen erfolgten schneller, als Ihr Bewusstsein wuchs. Ihre Fragen wurden tiefgründiger, und das Verarbeiten der Antworten stellte eine immer größere Herausforderung dar. So spielt es sich seit Beginn Ihres Lebens ab.

In der Vorstellung der Menschen gibt es eine Geschichte aus alter Zeit. Sie handelt von einer Versammlung weiser Wesen im Himmel, die beschlossen, eine Mysterienschule mit dem Namen »Erde« zu gründen. Es gibt viele Versionen dieser Geschichte, aber die meisten stimmen darin überein, dass die Vorbereitung dieser Schule sehr viel Zeit in Anspruch nahm. Laut den Wissenschaftlern waren Milliarden von Jahren nötig, um eine Umgebung zu schaffen, die Leben auf diesem Planeten ermöglichen konnte. Weitere Milliarden Jahre waren erforderlich, um einen Campus anzulegen, in den sich Künstler begeben konnten, um die Geheimnisse des Lebens zu ergründen. Mit anderen Worten: Es bedurfte eines langen Entwicklungsprozesses, um den Punkt zu erreichen, an dem wir gemeinsam eine neue Art entdecken, *Sie bzw. uns selbst* zu verstehen.

Jedes bisschen Wissen, jedes Thema stellt ein neues Forschungsfeld dar. Viele Menschen wie Sie und ich haben die Naturwis-

senschaften erforscht und wurden Experten auf ihrem Gebiet. Einige Menschen studieren Philosophie und Sozialwissenschaften. Einige Menschen werden Chemiker, Physiker oder Ingenieure. Und wieder andere verschreiben sich der Religion oder dem Recht. Manche Menschen zeichnen sich im Sport aus, andere in den Geisteswissenschaften. Einige besonders geniale Studenten oder Studentinnen schaffen es sogar, die gesamte Menschheit zu inspirieren. Vielleicht gehören Sie dazu und noch mehr Menschen wie Sie werden folgen.

Heutzutage werden Geheimnisse schneller gelüftet als jemals zuvor. Inzwischen sind Sie seit vielen Jahren Teil dieser globalen Akademie, in der Mysterien untersucht und Geheimnisse aufgedeckt werden. Noch bevor Ihre Schulzeit begann, waren Sie ein Schüler, eine Schülerin. Inzwischen haben Sie in der Welt Ihre Fähigkeiten unter Beweis gestellt, und Sie können noch weitere entwickeln. Sie haben das Potenzial, tagtäglich Ihre Lebensqualität zu verbessern.

Sogar jetzt haben Sie die Kontrolle über sich selbst. Wenn Sie das Potenzial der Aufmerksamkeit nutzen, können Sie weiterhin mehr sehen, mehr verwirklichen und Ihre Bewusstseinsstufe bestimmen. Ich bin davon überzeugt, Sie haben inzwischen begriffen, dass sogar Meister und Meisterinnen nie aufhören dazuzulernen. Wohl haben Sie viele Fähigkeiten erworben, aber auch Sie müssen noch viele Meilen zurücklegen, bis das Abenteuer vorüber ist.

Als Student oder Studentin des Lebens betritt man ein Labyrinth mit zahllosen Wegen, von denen jeder einzelne weitere Möglichkeiten eröffnet. Während Sie sich Ihren Weg durch das Labyrinth bahnen, können Sie unmöglich erkennen, wohin jede Wegbiegung Sie führen wird. Ihr Leben verläuft entsprechend den Wegen, die Sie einschlagen, und Ihre Entscheidungen

werden durch jeden Menschen, dem Sie unterwegs begegnen, bestimmt. Andere Studenten haben Ihre Selbstwahrnehmung beeinflusst. Ihre Überlegungen haben in gewisser Weise bereits auf Ihren Lebensweg und Willen eingewirkt und Ihre Zukunft geformt.

Lehrer vermitteln Einsichten, aber die Studenten können nicht erkennen, was sie nicht erkennen wollen. Ihre Arbeit mit mir stellt auch einen künstlerischen Austausch dar. Wenn ich rede, bediene ich mich einer möglichst klaren Sprache; das ist mein künstlerischer Beitrag. Sie hören von Ihrer eigenen Bewusstseinsstufe aus aufmerksam zu; das ist Ihr Beitrag. Es obliegt meiner Verantwortung, wie ich meine Worte wähle, und Ihrer Verantwortung, wie Sie meine Worte deuten. Gemeinsam erschaffen wir Bewusstsein aus dem Geheimnis heraus.

Während unserer gemeinsamen Zeit werden Sie sich an vertraute Geheimnisse erinnern und viele überraschende Geheimnisse aufdecken. In Bereichen, in denen Sie desorientiert oder verwirrt waren, werden Sie allmählich klarer sehen. Die Entdeckungen, die Sie hier machen, verleihen der Gegenwart Kraft und helfen Ihnen, Frieden mit der Vergangenheit zu schließen. Ich schlage vor, Sie betrachten bereits die kleinste Enthüllung als Blitzstrahl, der die Reise des nächsten Tages mit Energie erfüllt.

Diese Mysterienschule wird die Herausforderungen ansprechen, mit denen Sie konfrontiert sind, solange Sie Ihre Welt gestalten. Im Lauf weiterer Unterrichtsstunden werden wir Ihre persönlichen Mythologien erörtern sowie den Einfluss, den sie auf jeden Aspekt Ihres Lebens ausüben. Wir werden uns mit Liebesbeziehungen befassen und mit den vielen Möglichkeiten menschlicher Bindungen. Es gibt so viele Zugänge zum Wissen, doch den Auftakt dieser Woche bildet ein Überblick über die darstellende Kunst.

Warum? Das Schauspielern ist unsere erste erlernte Fertigkeit – noch bevor wir sprechen und noch bevor wir gehen können. »Performance Art« – die Kunst der Aufführung, der Vorstellung bzw. des Vortrags – stellt für jede Person eine Lebensart dar, und sie hat unseren gemeinsamen Traum beeinflusst. Sie zum Beispiel sind in jeder Geschichte, die Sie von sich zum Besten geben, die Hauptperson, und Ihre Loyalität gegenüber dieser Figur hält Sie häufig davon ab, Ihre Authentizität als Mensch zu erkennen.

Diese Woche haben Sie nun die Gelegenheit, das menschliche Drama als ein Ganzes zu sehen, genauso die Rolle, die Sie darin spielen. Vielleicht nehmen Sie viele Dinge wahr, die Sie vorher nicht wahrnehmen konnten. Als Resultat beschließen Sie vielleicht, Ihr Handeln zu ändern. Neue Enthüllungen helfen uns, zu erkennen, dass wir im Leben Optionen haben, unter denen wir frei wählen können.

Wir leben in einer interessanten Welt; Sie sind ein interessantes Individuum. Noch einmal: willkommen! Halten Sie Ihre kleine Lampe hoch und bekunden Sie Ihre unbändige Neugier und Abenteuerlust. Und vergessen Sie nie, Ihren Geist für die Wahrheit zu öffnen.

