

**Muni**



**Über das Wesentliche**

*Hi, vermutlich wirst du, wie es in der Regel beim Lesen üblich ist, davon ausgehen, dass du alles verstehen musst, was hier geschrieben steht – bei diesem Buch, in dem es um das Wesentliche geht, ist wesentlich, es zu lesen und es wird dir dann mitteilen, was du davon verstehen musst und was du dann vielleicht zwei- oder dreimal liest, oder auch nicht.*

*Aber es wird, auch wenn du es dann nicht verstanden hast, trotzdem seine Wirkung in dir entfalten, einfach nur weil du deine Aufmerksamkeit darauf richtest.*

*Du kannst dich also entspannen und dich dabei selbst genießen.*

*Muni: „Was du glaubst, das bist du nicht,  
und was du bist, das glaubst du nicht!“*

*Schülerin: „Das glaube ich dir!“*



*„Da sind wir nun, gibt nichts zu tun,  
außer in uns ruh'n!“*



*„Der Verstand hat die Strategie,  
dass er einerseits sagt, er will etwas loswerden,  
andererseits im Unterbewusstsein  
ständig dafür ackert,  
dass es so bleibt, wie es ist.  
Das ist die Kehrseite!  
Wenn man nicht wirklich kehrt,  
hat man eine Kehrseite!  
Also: Take kehr!“*



## **Inhalt:**

**Leben und Tod**

**Freier Wille, Handlung, Verantwortung**

**Satsang**

**Meditation und die Frage „Wer bin ich?“**

**Bewusstsein und Bewusstheit**

**Die Welt, die Person, Angst und Minderwert**

**Stille, Liebe und Frieden**

**Leben Selbst: Das, was du bist**

**Aufwachen und Befreiung**

## Leben und Tod

***1 Wir wissen nichts, außer, dass wir existieren und dass diese Form wieder verschwinden muss***

Was wissen wir schon über uns?

*„Im Grunde genommen müssen wir uns zugestehen,  
dass wir gar nichts wissen!“  
Außer einem unwesentlichen Detail,  
nämlich dass wir existieren.  
Das ist alles.“*

Und dass das, was „wir“ hier als Form ausdrücken, als Körper, als Gedanken, als Gefühle, zwar aufgetaucht ist, aber auch wieder verschwinden muss. Das ist, was wir wissen.

Alles andere wissen wir nicht.

Wir wissen nicht, was und wie unsere Prägungen sind, wie wir auf die Umwelt reagieren, was tatsächlich geschieht – nichts davon wissen wir.

D.h., wir sind eine offene Frage, und die Frage ist, ob wir für unser Leben lang in dieser Frage, oder in einer Frage überhaupt, verharren wollen, oder ob wir uns nicht einfach der Antwort an sich öffnen, nämlich dem, dass wir lediglich wissen, dass wir sind.

Und in diesem Wissen liegt die Antwort auf alle möglichen Fragen.



## ***2 Das, was du nicht bist, stirbt, und das, was du bist, bleibt***

Es geht hier um das große Sterben, nicht wie manche meinen, um das Sterben des „ich“, sondern um das Sterben des Du, also um das Sterben der Idee, dass es jemand anderen gibt als dich, also außerhalb von dir noch jemand anderes existiert, ein Zweites existiert.

Diese Idee muss sterben, kein „ich“ muss sterben.

*„Ein „ich“ kann nicht sterben.  
Was nicht da ist, kann auch nicht sterben.  
Aber die Idee davon, dass es eines gibt, muss.“*

Und wenn es eines gibt, gibt es auch ein zweites, also dieses Du. Das ist das, was als Idee in uns sterben muss, damit Freiheit ist.

Und d.h., dass alle Ideen, die mit dem scheinbaren „ich“ zusammenhängen, sterben müssen, also wir uns von den Ideen verabschieden müssen, die die Idee eines „ich“ hat.

Da es alles nur Ideen sind, ist das ja wirklich nicht schwierig:

Ideen kann man ja einfach vergessen oder sie ablegen oder sich lediglich davon überzeugen, dass es keinen Sinn macht, sie zu haben.

Also da all das ja nur eine Idee ist, so wie auch die ganze Welt, warum dann nicht einfach die Idee dieser Welt vergessen?

Und dann sind auch ein „ich“ und ein „du“ in Vergessenheit geraten.

Das ist das, worum es hier und auch heute wieder geht. Also herzlich willkommen zum Sterben.

*„Was muss sterben? Nicht das, was du bist, sondern das, was du nicht bist.“*

Also kein Problem!

Wenn das, was du nicht bist, sterben muss, musst du ja nicht sterben, also ist Sterben kein Problem, oder?

Wie schlimm ist es für dich, wenn dein Nachbar stirbt? Das bist ja nicht du, der stirbt. So ähnlich ist das mit diesem scheinbaren „ich“, das geht.

Also das, was du nicht bist, stirbt, und das, was du bist, bleibt!



***3 Nach dem Tod bist du dir nicht mehr bewusst, dass du bist - du bist aber!***

Es gibt kein ewiges Leben für jemanden, der denkt, dass er lebt, sondern das Leben selbst ist das Ewige, und das ist, was wir sind, und das gilt es zu erkennen.

Und.... dass man vor diesem Leben, diesem scheinbaren Leben, ist, danach sowieso, währenddessen aber auch.

Deswegen spielt es auch absolut gesehen nicht wirklich eine Rolle, ob Verwirklichung geschieht, weil alle scheinbaren Wesen ja doch in Wirklichkeit das Eine sind, und somit niemand als das Eine von allen anderen verschieden ist.

Aber für die Idee, ein Jemand zu sein, die das Bewusstsein ausdrückt, scheint es wichtig, sich zu verwirklichen.

Denn dieser Idee geht es in der Regel nicht gut, solange sie denkt, dass sie etwas ist, das getrennt von anderen existiert.

Um diese Aufhebung der Trennung geht es im Satsang, es geht dabei um die Verwirklichung der Qualität, dass man sieht, es gibt überhaupt nichts Getrenntes, es gibt nichts, was verschieden von dem ist, was Ich bin.

Jetzt sind wir wieder bei dem „Ich bin“!

*„Es gibt nichts,  
was verschieden von dem ist,  
was Ich bin,  
aber auch nichts,  
was verschieden ist von dem,  
was Du bist.“*

Also dieses „ich“ und „du“ gibt es nicht. Das ist nur ein Hilfskonstrukt, um kommunizieren zu können. Alles andere außer dem, was als Einziges ist, ist eine Illusion.

Der Traum endet mit dem scheinbaren Tod und du bleibst, aber nicht als die bewusste Qualität von „Ich bin“.

Es ist nur in dieser Form des Mensch-Seins und dir dessen Bewusst-Seins möglich, dass du das bist, was „Ich bin“ ist.

Und was bedeutet das? Das bedeutet, dass du existierst und dass du weißt, dass du existierst.

Nach diesem Leben oder nach dem Tod, ist dir nicht mehr bewusst, dass du bist, du bist aber. Das ist der Unterschied.





#### ***4 Es gibt kein „ich“, nur Ideen davon, und Ideen können nicht wiedergeboren werden***

Die ganze Problematik wird schlagartig klarer, wenn ihr euch wirklich dessen bewusst seid oder es für euch wirklich wahr ist, dass ihr wisst, es gibt kein „ich“, es gibt diesen persönlichen Faktor gar nicht, sondern nur Ideen davon.

Welche nichtexistente Idee kann sich über ein Leben hinaus in eine Form retten, die dann wiedergeboren werden kann?

Das ist völlig unmöglich! Das, was wir meinen zu sein, hat überhaupt keine Substanz, gar keine.

*„Das Einzige, was Substanz hat,  
ist das, was wir jenseits jeder Substanz sind.“*

Das ist das, was in unserem Körper den Ausdruck von uns selbst überhaupt energetisiert und ermöglicht.

Und das ist aber auch das, was über jeden Körper hinaus strahlt und als ständiger, subtiler Impuls das Universum überhaupt erst ermöglicht.

Das ist die Qualität, die wir sind.

Insofern spielt es absolut gesehen überhaupt keine Rolle, ob wir leben oder nicht, oder ob wir neben uns stehen oder nicht, denn auch wenn wir neben uns stehen, sind „wir“ mittendrin, in dem oder als das, was „wir“ sind.

Und es gibt nichts außer dem, außer sich hier abspielenden Mechanismen, die sich in einer ganz bestimmten Weise ausdrücken.

Das ist dann schon alles. Mehr ist nicht.

Alles Weitere sind Fantasieprodukte, die uns davon abhalten können, uns uns selbst zu widmen und mit dem Wesentlichen eins zu sein.



## ***5 Es gibt keinen Tod - für wen?***

Nach dem Tod, wenn der Körper dich verlässt

(das heißt im Grunde genommen ja nur, er löst sich auf und das Bewusstsein davon, das sich durch eine Form ausdrückt, löst sich auch auf, denn es ist ja an den Körper gebunden),

bist du dann wieder das, was du sowieso die ganze Zeit bist, nur bist du dir dessen vielleicht nicht gewahr.

D.h. Du bist es vor deinem scheinbaren Leben, währenddessen und danach ebenso, ohne Unterbrechung.

Das ist das, was keinen Prozess von Leben und Sterben kennt.

Das ist, was ist. Und das ist, was Ich bin, und das ist, was Du bist und alle scheinbar anderen auch sind – das Eine, was ist.

*„Es gibt nur das Eine, und das, wie gesagt,  
wird nicht geboren, stirbt auch nicht,  
verändert seinen Bewusstseinszustand nicht,  
ist immer Das.“*

Da ist niemand, war niemand, hier ist jetzt niemand und danach ist auch niemand, somit ändert sich nichts.

Und wir müssen feststellen, es ist nichts passiert, niemandem und überhaupt ist nichts passiert.

Somit sind wir fein raus – weil wir nie drin waren. Und dann gibt es auch keinen Tod – für wen?



## **Freier Wille, Handlung, Verantwortung**

### ***6 Du hast keinen freien Willen, alles passiert einfach nur***

Es gibt keinen freien Willen.

Was bedeutet es, keinen freien Willen zu haben?

Alles, was in uns auftaucht, und wie es die Form ausdrückt, unterliegt nicht unserem Einfluss.

Es wird durch die Form ausgeführt, die wir zu sein glauben, und der Glaube, es zu bestimmen, weil man sich nicht selbst davon überzeugt hat, was wahr ist, ist das Problem, so dass wir gar nicht merken, dass wir eigentlich nichts wirklich selbst entscheiden.

Aber es sieht so aus, weil in uns unter anderem sogenannte Gedanken auftauchen. (Die aber lediglich Informationen sind, die dir gewahr werden und nicht durch ein Denken entstehen.)

Aber wenn du schaust, in welcher Form sie auftauchen, nämlich vorgefertigt, an einem Stück, dann siehst du, dass du nicht wirklich denkst, sondern etwas in dir als fertiges Produkt auftaucht, das du Gedanke nennst, sich aber durch den Filter der Persönlichkeit lediglich ausdrückt.

Und so ist es mit allen anderen Handlungen auch.

*„Alles geschieht einfach nur.“*

Wenn das verstanden ist, dann müsste es dich eigentlich erleichtern, denn du musst dich nicht mehr mit vielen Dingen beschäftigen, von denen du glaubst, du müsstest sie hinbekommen, und von denen du auch meist nicht weißt, wie es geht, sie hinzubekommen.

Und das, was wir am wenigsten hinbekommen, das sind „wir“ selbst.

Also zu wissen, was für uns gut ist, und dann noch zu entscheiden, was stimmt, schaffen wir nicht wirklich.

Von daher ist es ganz gut, dass wir nicht selbst entscheiden, was passiert.



## ***7 Du entscheidest nichts und bist nicht die/der Handelnde***

Wer entscheidet denn?

Die Grundlage oder Energie für Entscheidungen in uns ist die Gewohnheit bzw. das, was aufgrund unserer Glaubenssätze durch die in uns angelegten Prägungen zur Gewohnheit geworden ist.

Dementsprechend wird alles durch den Filter der persönlichen Glaubenssätze entschieden.

Insofern treffen wir diese jeweiligen Entscheidungen nicht selber, da Entscheidungen immer nur so getroffen werden können, wie es der Filter erlaubt, und wir abgesehen davon auch gar nicht selber denken bzw. nicht bestimmen, was an „Gedanken“ in uns auftaucht.

Es tauchen zwar immer Informationen auf, zu denen unser Energiesystem in Resonanz ist, aber sie tauchen wie gesagt in uns auf und werden nicht von uns selber bewusst produziert, bevor sie als Information in unserem Gewahrsein erscheinen.

*„Wer oder was tut überhaupt irgendetwas?  
Du jedenfalls nicht, du nie!  
Das Bewusstsein spielt alle Rollen im Universum  
und ist auch selbst das Universum.“*

Es projiziert sich als Individuen, als Menschen, die von Beginn an schon eine Persönlichkeitsstruktur haben, und dann glaubt es als dieser scheinbare Mensch, dass es der Körper ist, weil in ihm die Auswirkungen der Persönlichkeitsstruktur zu spüren sind (Gefühle, Reaktionen, Verhaltensweisen und Überzeugungen).

Da es glaubt, dass es der Körper ist, glaubt es dann auch daran, dass es das ist, was darin geschieht, und es das ist, was sich in ihm und durch ihn ausdrückt.

Und da es sich mit dem Körper und den Inhalten darin identifiziert, nennt man diese Identifikation damit ein scheinbar existierendes „ich“ oder lateinisch Ego - und damit glaubt das Bewusstsein, dass es das ist, was es nicht wirklich ist.

Die Prägungen in uns existieren auch unabhängig von dem scheinbaren „ich“, aber solange diese „ich-Idee“ daran anhaftet, ist die Wirkung davon schmerzhaft, und man kann sich als das scheinbare Ego nicht vorstellen, dass man ohne Prägungen und damit ohne „sich“ sein kann, denn das Ego glaubt ja, dass es diese Prägungen ist.

Wenn das scheinbare Ego nicht mehr anhaftet, verlieren sich viele Prägungen oder sogar die meisten, wenn man