

# Transformation durch die Energie der Stille

**„Man sitzt, nicht um irgendwo hinzukommen,  
sondern Sitzen ist ES bereits“, sagt Zen.**

**Anfangs fühlt es sich nicht danach an, aber am Ende ist es DAS.**

Widersprüchlich ist dabei, dass es kein Ende gibt;

das Sitzen, das Reisen, das Erwachen,

das Suchen endet nicht – nur der Sitzende,

der Reisende, der Erwachende, der Sucher verschwinden.

Meine Arbeit tritt in eine neue Phase ein. Neben der bisher bewährten,  
prozessorientierten Arbeitsweise lädt jetzt außerdem

**„das Rote Sofa – ein Stille-Labor“**

dazu ein, in Verbindung zu treten mit der Basis unserer Natur: **Stille.**

Es handelt sich dabei um eine Art **„Lehre ohne Worte“**. Es geht darum, mit Hilfe der Stille den Zugang zur kosmischen Kraft zu finden und den ermüdenden Kampf gegen die eigene Existenz zu beenden. Es gibt keinen Grund, ein Leben aus unserem Leben zu machen. Es ist immer ein vollständiges Leben und nicht erst, wenn es erfolgreich oder leicht ist. Im Gegenteil, wenn wir uns abquälen aus unserem Leben ein anerkanntes oder aufregendes Leben zu machen, arbeiten wir an unserer eigenen Abtrennung vom Ursprung: in jedem Moment an jeder Facette des Lebensausdrucks beteiligt zu sein. Kontinuierlich in Verbindung mit dieser Kraft zu sein, weicht Verkrampfungen, Verhärtungen, Blockaden in Körper, Geist und Lebenskontext auf. Im Stillelabor kann das Tor zur Quelle geöffnet und der **Weg zum Ursprung**, erkannt werden. Das bedeutet, dass wir an jenem undefinierbaren „Ort“ zu verweilen in der Lage sind, der immer unbeeinträchtigt bleibt von allen erlernten Vorstellungen, Wertkonzepten und Ideen der Person, die wir unser **„Ich“** nennen.

**Die Einladung zu dieser Gruppe richtet sich insbesondere an jene Menschen, die bereits seit langem Gefährten auf dem Weg sind und momentan ein Stillsein, Innehalten, Auftanken und Ausruhen im kraftvollen Energiefeld brauchen. Sie richtet sich an alle, die durch ernsthaftes Pilgern und das Durchlaufen und Durchleben unzähliger klärender therapeutischer und spiritueller Methoden in einem „Zwischenzustand“ angekommen sind, der das Geschehenlassen des Aufgehens der kosmischen Saat verlangt.**

Viele Menschen, die Jahre oder gar Jahrzehnte lang eifrig und ernsthaft ihre Selbstklärungsprozesse vorangetrieben haben, sind heute beunruhigt über anhaltende Müdigkeit, erhöhtes Schlafbedürfnis, Langsamkeit, Sinnlosigkeitsgefühle, sowie Wunsch- und Motivationslosigkeit. Sie können ihren alten Lebensstil nicht länger aufrecht erhalten und leiden darunter, dass sie nicht länger so funktionieren können, wie sie es bisher immer taten.

Was in einem solchen Fall geschieht, ist nicht unnormale, denn der Aufbruch zur Quelle bleibt nicht ohne Folgen. Natürlich kann man Erleuchtung nicht machen oder gar erzwingen, aber die vielen bereits durchlaufenen Selbstklärungswege erhöhen die Wahrscheinlichkeit, rufen quasi unentwegt nach dem Erwachen. Sie haben die Ausgangsbasis geschaffen für das was jetzt kommen will. Endlich wird das Gleichnis über das Verschwinden der Wellen im Meer nachvollziehbar. Die vielen einzigartigen Wellen sind immer Teilaspekte des Meeres. Durch sein Aufgehen im Ozean verschwindet das Detail in der Totalität. Wir sind die Wellen und wir sind das Meer. Am eigenen Leib wird es nun erfahrbar als eine Art Sterbeprozess: Es beginnt eine Phase der Speicherentleerung, welche die Auflösung der rigiden Persona mit sich bringt. Viele Sucher bereiten sich großes Leid, weil sie versuchen, sich in einen Rahmen von Vorstellungen und Erwartungen über diesen Seinszustand zu pressen.

Manche schämen sich sogar, noch nicht dauerhaft in Glückseligkeit zu schwelgen, trotz aller Mühen und Anstrengungen. Aber wonach man sich sehnte, wusste man nur klischeehaft zu beschreiben; eine Art der Befreiung von Unartig- und Lieblosigkeiten; die Möglichkeit, nie das Buddhalächeln zu verlieren, auch nicht angesichts grober Gemeinheiten.

Aber Selbstrealisation oder Erwachen haben keine spezifischen Eigenschaften, sind unbeschreibbar und umfassen tatsächlich einfach alle Zustände mehr oder weniger intensiv. Das Prinzip Gott, das alles umschließt, würde halbiert, wenn nur sogenannte positive Eigenschaften den Erwachten charakterisieren würden.

Die Bereitschaft, alle Vorstellungen und Konzepte aufzugeben, sich nicht mit einer bekannten erwachten Person (z.B. Jesus) zu vergleichen, dazu die völlige Hingabe an das Verschwinden im Ozean, nichts besonderes mehr, außer Wasser zu sein, (keine Welle wird uns mitteilen wollen, dass sie aufgrund besonderer persönlicher Bemühungen und Intelligenz besser ist als ihre Nachbarwelle), und die Akzeptanz dass es letztlich Gnade ist, die uns in den Schoß des Großen Ganzen zieht, stellt die Grundhaltung dar.

Aber der Sucher hat leider oft zu konkrete Vorstellungen und Ideen darüber, wie die Trennung endet. Erleuchtet zu sein bedeutet gleichzeitig völlig unerleuchtet zu sein: Es bedeutet, Ozean und gleichzeitig Welle zu sein. Keine noch so großen Macken oder schlechten Manieren verhindern die Selbstrealisation, wenn die Gnade wirkt. Ein erwachter Mensch erscheint unvollkommen wie alle anderen auch, nur hat sich der Schwerpunkt in ihm verlagert auf das völlige Einverständnis mit allem was außerhalb und in ihm erscheint.

Die Höherbewertung und Bevorzugung des sogenannten Heiligen verhindert das Erwachen nachhaltig.

In diesen Zeiten der Transformation steht dem Körper einfach nicht mehr die gleiche Energie wie früher auf der physikalischen, materiellen Ebene zur Verfügung. Schließlich finden nicht nur Umwandlung in jeder einzelnen Zelle, bis tief in die Knochen statt, sondern auch erlösende Erneuerungen an den feinstofflichen Körpern. Destruktive Programme, die wir einst lernten und die von uns forderten das Einssein mit dem Ganzen zwanghaft zu verleugnen, werden nun gelöscht.

**ZEN: „still sitzen, nichts tun – das Gras wächst von alleine.“**

Aber solange bis Nichtstun dauerhaft eintritt, im Handeln kein Tun mehr ist und pures Sein sich bunt, gemäß unserer Vielfalt ereignet, unterstützt das Stille-Labor die Verbindung mit der Basis.

Nachher, wenn du dann wieder in der äußeren Welt bist, wirst du fühlen können, dass du stiller geworden bist, sich dein Schwerpunkt verschoben hat und dass du immer leichter alleine an diesen Ort zurückkehren kannst.

Alle Wege und Methoden bereiten die Reise zur Stille vor, machen es einfacher, sie zu erfahren, weil der größte „Lärm“ einer Person verschwindet, ausgeleitet wird.

Aber alle lauten „Fahrzeuge“ haben eigentlich keinen wirklichen Wert in sich selbst: sie kommen und gehen.

Du hast zwar einen Moment lang großartige, beeindruckende Erfahrungen  
– aber sie verschwinden wieder.

**Nur wenn dich die Stille finden kann, weil du mit jeder Faser lauscht, bleibt sie für immer.**

Marlis Grzymek-Laule