

## **Ausrichtung auf die heiligen Ideen**

Ein kurzer Rückblick. Wir haben über Urvertrauen gesprochen. Dieses Vertrauen ist nicht an Bedingungen geknüpft. Es ist ein Vertrauen darauf, dass die Dinge, so wie sie sind, zum Besten dienen. Dabei muss man nicht mögen oder gut finden, was geschieht.

Wir haben über das lebendige Tageslicht gesprochen. Das kann man als Licht und Bewusstheit erfahren oder als liebevolle Präsenz. In der christlichen Tradition spricht man vom heiligen Geist.

Wir haben über die haltende Umwelt gesprochen. Das ist die Erfahrung, gehalten zu sein von einer Umwelt, die von Urvertrauen erfüllt ist. Haben wir diese Erfahrung in der Kindheit nicht ausreichend gemacht, erschwert das den Zugang zum Urvertrauen. Die Fixierungen und Konditionierungen der Seele sind Versuche, die haltende Umwelt durch eigene Anstrengung zu erzeugen.

Wir haben über das Biest gesprochen. Diese Erfahrung taucht oft zugleich mit der Erfahrung des lebendigen Tageslichts auf. Das Biest wehrt sich gegen die Zerstörung der egoischen Strukturen und Fixierungen in unserer Seele. Das kann sich z.B. durch eine Negativität äußern oder durch Zweifel an der Wirklichkeit von Urvertrauen und lebendigem Tageslicht. Das Biest will nicht zulassen, dass das Ego geschwächt wird.

Wir haben über die wirkliche Welt gesprochen und darüber, dass wir normalerweise die Welt als getrennt von Gott betrachten. Im Unterschied dazu betrachten wir alle Dinge als Ausdruck der einen Wirklichkeit.

Nun beginnen wir, die Ausrichtung auf die heiligen Ideen genauer zu betrachten. Wir hatten gesagt, dass die heiligen Ideen keine Gedanken sind, sondern Facetten der Einheit, wie Almaas es nennt. Das bedeutet, die heiligen Ideen sind unterschiedliche Weisen, wie uns Gott begegnet.

Wir beginnen nun damit, nacheinander alle diese heiligen Ideen genauer zu betrachten. Wir widmen uns also dem Enneagramm der heiligen Ideen, nicht dem Enneagramm der Charakterfixierungen. Wir gehen sozusagen auf den Hintergrund der erfahrbaren Fixierungen ein. Der Weg besteht darin, dass wir genauer zu verstehen versuchen, welchen Aspekt der Essenz die Seele verloren hat und was genau sie veranlasst, sich um einen Ersatz zu bemühen.

Wir arbeiten also daran, die Wirklichkeit so genau wie möglich zu erkennen. Das bedeutet, wir stellen die falschen Vorstellungen von der Wirklichkeit in Frage, die wir uns angewöhnt haben. Wir decken sie als Täuschungen auf. Die Täuschung ist eine Verdrehung im Denken, die alle Wahrnehmungen verzerrt und sie im Sinne der Konditionierung interpretiert.

Unsere Arbeit besteht darin, die Verdrehungen im Denken zu durchschauen. Dadurch erkennen wir immer deutlicher, was wirklich ist und was auf einer Täuschung beruht. Dann können wir uns in die Wirklichkeit hinein entspannen, man kann auch sagen, wir lassen die Täuschung los und lassen die Wirklichkeit sein.

Das ist keine einfache Aufgabe und wir müssen dabei mit viel Widerstand rechnen. Meistens wollen wir unsere Denk- und Sichtweisen nicht verändern und wir lieben unsere Täuschungen. Wir haben uns an sie gewöhnt. Sie erklären uns die Wirklichkeit, wie wir sie gerne sehen möchten. Und vielleicht haben uns die Täuschungen ja auch lange Zeit durch das Leben geholfen. Irgendwann kommt der Punkt und er ist vielleicht jetzt erreicht, dass wir erkennen, was da läuft und spüren, dass es jetzt nicht mehr hilfreich ist.

Die heiligen Ideen sprechen zunächst das Kopfbereich an. Die Ideen gehören zur begrifflichen Ebene des Verstehens. Wenn das Kopfbereich sich öffnet, fangen wir an, es auch auf der Erfahrungsebene zu verstehen. Wir verstehen die heiligen Ideen nicht nur begrifflich, sondern existentiell. Das Urvertrauen zeigt sich auf der begrifflichen Ebene als die neun heiligen Ideen und auf der Erfahrungsebene als unmittelbares Urvertrauen in die Wirklichkeit, als existentielles Seinlassen und Zulassen.

Bei der Arbeit mit dem Enneagramm wollen wir verstehen, wie jeder Enneatyp auf spezifischen Verblendungen und Täuschungen basiert. Die können dadurch beseitigt werden, dass man die entsprechende heilige Idee wirklich wahrnimmt und versteht.

Wenn man die neun Ideen genau wahrnimmt, kann man damit die Täuschungen aufdecken. Diese Täuschungen zeigen sich als bestimmte Persönlichkeitsmerkmale oder als feste Überzeugungen: z.B. Jemand glaubt, dass irgendetwas mit einem nicht stimmt. Diese Täuschung taucht auf, weil man die Idee der heiligen Vollkommenheit nicht verstanden hat. Es liegt eine Verzerrung im Denken vor und die kann man auflösen.

Unsere Aufmerksamkeit richtet sich also nicht darauf, bestimmte Bewusstseinszustände zu erleben. Wir wollen die verzerrten Sichtweisen offenlegen und berichtigen.

Das Enneagramm ist eine Landkarte, die uns hilft, die Wirklichkeit zu verstehen und mit ihr in Einklang zu kommen. Es handelt sich wie in einem Prisma um neun Perspektiven auf die Wirklichkeit und die neun dazu gehörenden Verblendungen oder Täuschungen.

Wir haben alle eine spezifische Fixierung, die unsere Erfahrung auf eine bestimmte Weise einfärbt. Wer z.B. den Kontakt zur heiligen Idee der Vollkommenheit verloren hat, muss sie herstellen durch perfektionistische Anstrengung.

Aber wir haben immer auch mit den anderen Fixierungen zu tun, so dass man sagen kann, das Enneagramm ist ein Gewebe, in dem alles mit allem zu tun hat. Im Bild gesprochen, können wir uns das Ego im Enneagramm als neunköpfiges Biest oder Drache vorstellen. Jeder Kopf ist eine spezifische Täuschung, aber insgesamt ist es ein Biest. Ebenso wie die Wirklichkeit nicht aus neun Ideen besteht, sie ist eine. Aber sie zeigt sich uns in neun oder vielleicht noch mehr Facetten.

Wir werden also untersuchen, wie wir die heiligen Ideen wahrnehmen und welche Verblendung entsteht, wenn wir sie als abwesend erfahren. Die Täuschung, die dann entsteht, ist sozusagen eine korrupte oder „unheilige“ Idee. Sie hat uns vielleicht eine Zeitlang geholfen, uns psychisch stabilisiert, erweist sich aber jetzt als nicht mehr hilfreich. Sie führt dazu, dass wir uns von der Wirklichkeit entfremden.

Der Verlust des Gehaltenseins führt zu seinem spezifischen Gefühl des Mangels, das ist die *spezifische Schwierigkeit* des jeweiligen Enneatyps.

Die *spezifische Täuschung* ist die verzerrte Sicht auf die Realität, zu der der Verlust der jeweiligen heiligen Idee führt.

Die Abwesenheit von Vertrauen führt zu einem Mangel. Die Seele reagiert darauf. Das nennen wir die *spezifische Reaktion*.

Aus der Wechselwirkung zwischen jeweiliger Schwierigkeit und jeweiliger Reaktion darauf, entsteht das, was für den jeweiligen Enneatyp prägend ist.

Noch ein Wort zu den heiligen Ideen und zum Urvertrauen. Es ist wichtiger, Urvertrauen zu verkörpern als die heiligen Ideen zu verstehen. Die Heiligen Ideen sind nur neun Tore zum Urvertrauen. Wenn wir durch diese neun Tore oder auch nur durch ein Tor hindurch gehen, erfasst uns das lebendige Tageslicht oder der heilige Geist und strömt in die drei Zentren Kopf, Bauch und Herz. Erreicht es das Bauchzentrum, erfüllt uns ein existentielles Urvertrauen; erreicht es das Herzzentrum erfüllt uns ein emotionales Urvertrauen; erreicht es das Kopfzentrum, erscheint das Urvertrauen als Klarheit und tiefes Verstehen.

### **Übung:**

Wie hast du versucht, die Erfahrung des Mangels an Urvertrauen zu bewältigen? Wie hast du dich dafür angestrengt?

Wie fühlt es sich an, die Anstrengung wohlwollend zu erforschen und ruhen zu lassen, weil Urvertrauen erscheint?