

AB 4 Schritte ins Sein – die drei Wirklichkeitsebenen

	Alltagsrealität	Seelische Realität	Absolute Realität
Synonyme	Konsensusrealität, sekundäres Erleben, äußere oder materiell-körperliche Wirklichkeit, Ego, Persönlichkeit	Traumrealität, innere Wirklichkeit, primäres Erleben	Spirituelle Wirklichkeit. Reines Sein, Bewusstsein, Präsenz der Existenz, Stille, göttliche Gegenwart
Sie ist die im Alltag dominierende Wirklichkeit. Bestehend aus Zuordnungen, Vorstellungen, Übereinkünften, Mustern, Erinnerungen, Geschichten, Selbstbildern, persönlicher Identität. Vergangenheitsbezogen, fixiert, statisch, rational	...der dynamische Aspekt von Sein. Unkonditioniert, formlos, fließend, schöpferisch, sich ständig wandelnd und wachsend	...die Grundlage unseres Seins. Unberührt, zeitlos, formlos, durchlässig, frei von Gedanken und vom Inhalt unseres Erlebens, frei von individueller Identität
Chance	Ermöglicht das Funktionieren in der Welt, gibt Sicherheit, Struktur, Stabilität, Boden, Halt im Leben. Basis für materielles, körperliches Sein	Verbunden-Sein mit Allem, ein tiefes, angebundenes Leben führen, dem inneren Lied folgen, Visionen, Intensität, Sinn. Freiheit, alles zu sein, Hingabe, Durchlässigkeit, Offenheit, schöpferisches Potential, seelische Integration und Heilung	Ruhepol, Zufluchtsort im Auf und Ab des Lebens, führt zu unbedingtem Vertrauen, Gelassenheit, Frieden. Wir lösen uns von Vorstellungen darüber, wer wir sind und finden zu einer spirituellen Identität: Eins-Sein mit Gott
Begrenzung	Begrenzte Möglichkeiten und Fantasielosigkeit, getrenntsein und Einsamkeit. Wir wissen nicht wer wir sind (begrenzte Identität), Angst vor Tod, Vergänglichkeit, Verlust, Wandel	Ohne Berücksichtigung der Alltagsrealität kann sich kein Traum „materialisieren“, auf den Boden kommen. Ohne Berücksichtigung der absoluten Realität ist das Leben zwar intensiv und schöpferisch, aber auch unruhig und getrieben	Als Mensch leben wir in einer körperlichen und materiellen und seelischen Wirklichkeit und müssen dafür sorgen
Tor	Körper und Boden spüren, sich auf Objekte, Inhalt, Gedanken konzentrieren, Zuordnen und rationales Verstehen, aufgeklärte Vernunft, Verantwortung als soziales Wesen (Beziehungen, Familie, Beruf)	Offenheit, Nicht-Wissen, Vertrauen, Leerwerden Unmittelbarer Kontakt, sinnliche Wahrnehmung, dem Ruf folgen, die Erfahrung anreichern, eintauchen und die Perspektive wechseln, das Objekt der Erfahrung werden	Absichtsloses, unfokussiertes Aufmerksamsein, Schauen auf die Ganzheit der Erfahrung, Schauen in das Nichts, in die Zwischenräume, die Leere
Gefahr	Das Leben wird funktional, linear, flach, bedeutungslos, sinnentleert. Starre, Stagnation in Lebensmustern, keine Entwicklung	Den gesunden Boden verlieren, Strukturverlust, sich in Träumen verlieren, Sucht nach Intensität, Verallgemeinern von Träumen, Mission, Fundamentalismus, Magie, Aberglaube, Identifizierung mit Macht, Kontrolle	Rückzug von der Welt, Getrenntheit und subtile Abwertung der Welt und des alltäglichen Lebens („alles nur Illusion“)

Die drei Wirklichkeitsebenen sind Parallelwelten, die unser Sein als Mensch ausmachen. Es hängt von unserer Bewusstheit ab, ob wir sie wahrnehmen und uns frei durch diese verschiedenen Welten bewegen können. Erst wenn wir alle drei Welten kennen und uns darin bewegen können, können wir unser ganzes Potential als Mensch ausschöpfen.

Übung: Projekte untersuchen

- Stelle ein wichtiges Projekt deines Lebens vor
- Wie sind die verschiedenen Realitätsebenen daran beteiligt? Wie ergänzen sie sich?
- Welche Ebenen sind zu wenig berücksichtigt? Wie könntest du sie in das Projekt mit einbeziehen oder mehr berücksichtigen?