

Harry Palmer



**Die Kunst
befreit
zu leben**

a u s z ü g e

Die Kunst befreit zu leben - Die Entdeckung und Entwicklung von Avatar von Harry Palmer

Originalausgabe:

**Titel: Living deliberately – The discovery and development of Avatar
Copyright: Harry Palmer, 1994**

© Copyright der Auszüge dieses Downloads sowie der Deutschen Buchausgabe:

J. Kamphausen Verlag & Distribution GmbH

Übersetzung: Maren Kleb, Heiner Siegelmann, Hans-Jürgen Zander

Bearbeitung: Isa Lüerssen, Beatrix Weyck, Dr. Maarten Willemsen

Download / Bearbeitung der Auszüge:

Carsten Bünger in Zusammenarbeit mit www.avatarnet.info

Zum Buch:

„Die magische Schönheit Deines Lebens ist etwas, was Du nicht verpassen solltest. Ungewöhnliche Momente – ehrfurchteinflößende Momente. Eindrucksvolle Erlebnisse, die sogar Leben und Tod in den Hintergrund stellen.“

Wie kann man solche Momente erschaffen? Welche Verbindung von Ereignis und Gedanke ist notwendig, um diese Momente wirklich erfahrbar zu machen.

„Die Kunst befreit zu leben“ ist die Aufzeichnung der Reise zum Ursprung des Bewusstseins.

Harry Palmer erzählt von seinen Tagen als suchender Hippie, seinen Erfahrungen mit den „Institutionen höherer Bildung“, seinen Begegnungen mit den Überzeugungssystemen derer, die vorgeben, die Antworten zu kennen. Und von seinem Eintauchen in die Funktionsweise des Bewusstseins, bis hin zur Erleuchtung.

Ein Meilenstein seiner Arbeit ist die Entwicklung einer Technik, die demonstriert, dass alles, was wir erfahren, durch unser eigenes Bewusstsein, unsere eigenen Überzeugungen geformt ist. Aus dieser Erkenntnis ist der dreiteilige Avatar-Kurs entstanden.

Avatar erlaubt uns, unsere eigene Realität zu gestalten und zeigt uns, wie wir unsere Bewusstseinsinhalte verändern können, um den nächsten Moment tatsächlich zu (er-) leben und den nächsten Moment und den nächsten...: Schritt für Schritt das Leben als ein Kunstwerk.

Avatar hat seit seinem Ursprung im Jahre 1987 ein explosives, weltweites Wachstum erfahren. Heute gibt es über 3.500 autorisierte Avatar-Lehrer (Meister) und 50.000 Avatar-AbsolventInnen in über 50 Ländern.

Inhaltsverzeichnis

Dieses Inhaltsverzeichnis ist dem Buch „Die Kunst befreit zu leben“ von Harry Palmer entnommen. Die Einträge, die unterstrichen und blau gekennzeichnet sind, verweisen auf kostenfreie Ausschnitte, die diesem Download enthalten sind.
Wir danken J. Kamphausen und dem J. Kamphausen Verlag für die Ermöglichung dieser Leseprobe.

Part I Die Suche

Kapitel I

Die sechziger Jahre

Kapitel II

Reifezeit – (Auszüge)

Kapitel III

Im Samadhi-Tank – (Auszüge)

Kapitel IV

Ich schwebe immer noch

Kapitel V

Notizen aus dem Tank

Kapitel VI

Verzückung

Kapitel VII

Die ersten Avatare – (Auszüge)

Part II Die Lehren

Vorspann

Kapitel VIII

Geschichte der Glaubenssysteme

Kapitel IX

Ordnungen der Glaubenssysteme

Kapitel X

Das eigene geistige Muster wiedergewinnen

Kapitel XI

Ein sehr persönliches Gespräch
über Ehrlichkeit – (Komplettauszug)

Kapitel XII

Standpunkt und die Natur des Seins

Kapitel XIII

Die große Kluft

Kapitel XIV

Schöpferium und Realität

Kapitel XV

Unsere eigene Realität gestalten

Kapitel XVI

Relative Wahrheit und Existenz

Part III Der Weg

Kapitel XVII

Ausdehnung – (Komplettauszug)

Kapitel XVIII

Die neue Zivilisation

Harrys Nachwort

Übereinstimmung

Das Buch ist im Handel oder bei Avatarmastern erhältlich. ISBN 3-926257-19-9

Kapitel II

Reifezeit

Eines Tages, in den frühen Siebzigern in Los Angeles, hatte ich eine außergewöhnliche Erfahrung, die ich erst nach mehr als einem Jahrzehnt verstehen oder noch einmal erleben sollte.

Ich trat aus meiner Wohnung und stellte fest, dass mein normaler Blickwinkel durch einen wesentlich weiteren, umfassenderen ersetzt worden war – durch einen totalen Blickwinkel! Meine Gedanken und die Dinge, die ich betrachtete, befanden sich am selben Ort!

Ich wanderte durch eine physikalische Landschaft, die mit meinem Verstand identisch war. Getrennt von beidem. Was bislang in meinem Verstand gewesen war, lag nun außerhalb! Oder war vielleicht das Äußere nun innen? Konzentrische Kreise! Etwas Entscheidendes hatte sich aufgelöst, etwas, das Objektives und Subjektives getrennt hielt. Welt und Verstand waren auf einmal synonym. Eine perfekte, zufällige Ausrichtung geistiger Gedanken und körperlicher Wirklichkeit. So einfach, so rein! **Der Verstand war zum Universum geworden, oder war es vielleicht umgekehrt?** Ich schloss meine Augen und konnte immer noch sehen! Meine körperliche und meine geistige Sicht waren in vollkommener Übereinstimmung.

Meine Gelassenheit verblüffte mich. Es war eine amüsierte Erleichterung, so, wie wenn man inmitten größter Sorgen plötzlich feststellt, dass es keinen Grund zur Beunruhigung gibt. Das Gefühl wuchs, bis es alles verschlang. Mir erschien es wie das Urerlebnis der Bedeutung des Wortes ‚okay‘. Alles war okay. **Alles** war okay! *War dies schon jemals irgend jemandem widerfahren?*

Wen hätte ich fragen können? *Haben Sie sich je so gefühlt, wie ich mich fühle? Wie fühle ich mich überhaupt? Losgelöst...doch okay. Ja! Okay!* Meine Augen suchten die Straße ab, beinahe in der Erwartung, dass der alte, grüne Dodge wieder auftauchte. Nichts!

Als ich wenig später eine Freundin traf, widerstrebte es mir, ihr davon zu erzählen. Ich fürchtete wohl, dass sie es aus psychologischer Sicht deuten würde, was sicherlich zu einer Diskussion geführt hätte, und dazu hatte ich im Moment keine Lust. *Und im übrigen, wenn man feststellt, dass man plötzlich wahnsinnig geworden ist, dann gibt es wohl keinen Grund, es öffentlich zu verkünden!* Ich mischte mich also unter die Reihen derjenigen, die vorgaben, normal zu sein, und führte meinen Körper zur Vorlesung. Mit geschlossenen Augen!

Der Körper funktionierte einwandfrei und bewegte sich dahin, wo ich ihn hinschickte, doch **auf einer anderen Ebene** hatte ich das seltsame Gefühl, völlig außerhalb von Zeit und Raum zu sein und mich überhaupt nicht zu bewegen. Beobachten, schauen, alles war okay!

Als ich aufhörte, die Vergangenheit zu erschaffen, geschah etwas Verjüngendes mit mir. Die Absicht, mein Leben aus erster Hand zu entdecken, kam wieder zum Vorschein. Mich verlangte nach ersten erfahrungsbezogenen Grundsätzen. Die wahre Suche! Ich wollte nicht so sehr wissen als vielmehr erfahren. Mir schien, als ob ich die Beschreibung des Lebens von jemand anderem studiert hatte, obwohl ich selbst lebendig und mein eigenes Bewusstsein das perfekte Labor war, in dem ich die Antworten finden konnte. Diese Erkenntnis machte mich zu meinem eigenen Freund, und ich begann die Erkundung meiner Fähigkeit zu bestimmen und zu erfahren.

Die Indoktrinationen, wie man sich zu fühlen und wie man zu funktionieren hat, bröckelten allmählich ab. Ein wahres Gefühl persönlicher Verantwortung erwachte. Nach zehn Jahren spiritueller Suche wurde mir klar, dass alles, was ich gelernt hatte, die Überzeugungen anderer waren – mein Geist war voll von Schlussfolgerungen und Vorstellungen anderer. Gedankliche Drachen, die mich von meinem eigenen, göttlichen Zentrum fernhielten.

Ich begann genügend Mut zu fassen, meine eigenen Vorstellungen und Überzeugungen zu haben. Ich revidierte alte Lebensformen und begann von Neuem. Ich gab alle Vorstellungen auf, die ich des Beifalls anderer wegen übernommen hatte. Ich folgte einem intuitiven Gefühl, das mir sagte, je mehr Informationen ich zusammentrüge, desto weiter entfernte ich mich von der eigentlichen Erfahrung. Je mehr Gründe es gab, warum etwas wahr sein sollte, umso weniger realen Erfahrungswert hatte es. Es war befreiend zu erkennen, dass ich nichts wusste! Kein So-tun-als-ob. Kein Bekehren. Kein Rollenspiel mehr. Ich wusste einfach nichts! Doch ich lebte, ich war lebendig!

Ich begann zu fühlen, zu entscheiden, zu handeln. Meine Philosophie und meine Lebenserfahrung begannen einander näher zu kommen.

Ich begann Leute mit Problemen zu beraten und lernte zu beobachten und genau zuzuhören. Denkmuster begannen aufzutauchen. Ganz allmählich entwickelte ich eine Technik. Es war wie das Band, das der Hersteller Purina oben in seine Tierfuttersäcke nähte. Ziehe richtig daran und es ribbelt sich auf, ziehe falsch, und es verknotet sich derart, dass man den Sack aufschneiden muss.

Wenn die Technik funktionierte, dann ribbelte sich etwas auf und eröffnete ein grundlegendes Konzept: **Ich erschaffe meine Erfahrungen entsprechend dem, was ich glaube.** Was für eine seltsame Feststellung! Bislang schien jeder anzunehmen, dass die Menschen ihre Überzeugungen aus ihren Erfahrungen gewannen. *Was nun, wenn es genau umgekehrt wäre?*

Versuchen Sie diese kleine, filternde Übung.

Sagen Sie zu sich selbst:

„Ich bin sehr traurig.“

Wenn nötig, stellen Sie es sich wirklich vor.

Lassen Sie die Ereignisse des letzten Jahres

Revue passieren und schauen Sie, worauf sich ihre Aufmerksamkeit richtet.

Gehen Sie spazieren, und schauen Sie sich um. Nehmen Sie wahr, was hervorsticht.

Nun sagen Sie zu sich selbst:

„Ich bin glücklich.“

Auch hier, wenn nötig, stellen Sie es sich wirklich vor. Erinnern Sie sich an die Ereignisse des letzten Jahres und schauen Sie, worauf sich Ihre Aufmerksamkeit richtet.

Kapitel III

Im Samadhi-Tank

Die nächsten acht Wochen verbrachte ich die meiste Zeit im Tank. Der einzige Beweis meiner Existenz waren die getrockneten Salzspuren, die zum Kühlschrank und zum Badezimmer führten. *Glückliche Spuren.*

Das erste, was einem während des Sinnesentzuges klar wird, ist, dass der Verstand nur allzu bereit ist, jeglichen Mangel an Sinnesreizen auszugleichen. Sinnesreize halten den Verstand gewissermaßen auf ein Ziel gerichtet und unter Kontrolle, so wie man jemanden, der sehr verstört ist, in nasse Tücher einwickelt.

Wenn dem Körper die Sinnesreize entzogen werden, dann kompensiert dies der Verstand, und er wird zu einem Drei-Manegen-Zirkus mit großer Blaskapelle, Paradeponies, die ihre Runden drehen, und einem Getümmel wie bei einer Auktion. Es ist eine chaotische Erfahrung, durch die man irgendwie hindurch muss, um die Stille jenseits des Verstandes zu erreichen.

• • •

Ich schwebe irgendwo mitten in diesem Durcheinander und bin mir ziemlich sicher, dass, was auch immer ich tue, falsch ist.

Und das sieht so aus:

Woher weiß ich, ob ich wach bin oder träume? Was ist Wirklichkeit, was ist Einbildung? Sollte ich über etwas meditieren oder es einfach geschehen lassen? Was sollte ich überhaupt tun? Vielleicht erstmal einige Bücher über das ‚Tanken‘ lesen. Nein, das geht nicht mehr, denn ich bin ja bereits im Tank. Bin ich wirklich im Tank? Wo bin ich? Wer bin ich? Bin ich innerhalb oder außerhalb des Körpers? Welcher Körper? Wir sollten einen Ausgangspunkt finden. Ausgangspunkt für was? Wer ist ‚wir‘? Ich fühle gar nichts.

Beruhige dich, sage ich mir. Aber wer hat mir das gesagt? Gibt es mich zweimal? Wieviele Selbst habe ich? Eines klingt wie mein Vater. Was ist los? Warum führe ich Selbstgespräche? Warum habe ich diese Frage gestellt? Wem galt sie? Ich spreche noch immer mit mir selbst. Weiß ich denn nicht, was ich weiß, ohne mich selbst zu fragen oder es mir selbst zu erzählen? Da, jetzt habe ich mich schon wieder selbst gefragt!

Dies ist unglaublich! Es ist wie mein eigenes, persönliches Thoughtstorming! Doch ich bin hier ganz allein. Zu wem habe ich das gesagt?

Sofortiger Wahnsinn! Mann wird im Tank verrückt.

Bin ich noch immer im Tank?

Ich habe es vergessen.

Ja, ich schwebe in einem Tank. Doch wo?

Ich schwebe nicht in einem Tank, ich schwebe in einem Verstand. Warum habe ich das zu mir selbst gesagt? Warum habe ich es nicht einfach gewusst?

Warum habe ich diese Frage gestellt? Was geht hier vor sich? Wie kann es sein, dass ich es nicht wusste? Ich gebe auf.

Okay, jeder kann alles sagen, was er will.

Alles?

Kein Widerstand.

Bis wir eine Antwort finden, der jeder zustimmt.

Was ist die Frage?

Wer bin ich – wer sind wir?

Nach einigen Tagen schaltete sich die subtile Wahrnehmung, die sich jenseits des denkenden Verstandes befindet, allmählich wieder ein. Es war wie in einem Zimmer, in dem eine Rock'n' Roll Band volles Rohr spielt, während aus einer Ecke klassische Musik aus einem recht leise eingestellten Kofferradio kommt. Man nimmt die klassische Musik solange nicht wahr, bis die Band eine Pause macht. Das ist genau das, was geschah. Die Denkrhythmus-Band war erschöpft und machte Pause!

Ich begann als derjenige aufzuwachen, der ich war. Nicht wissen, sondern erfahren. Was für eine Überraschung! Es war dieses alte, losgelöste, höhere Selbst von mir, das alles mit Interesse beobachtet – ohne zu beurteilen. „*Wie ist es Dir ergangen?*“ fragte ich mich. Wie immer war die Antwort: „*Okay*“. Nachdem ich mir diese neue Sichtweise zu eigen gemacht hatte, begann ich, die subtilen Bilder im Hintergrund, die den denkenden Verstand umgeben, zu untersuchen: Erfahrungen, gegen die Widerstand geleistet wurde, Vorstellungen, Geburten, Traumata, Tode. Die gesamte Geschichte der Existenz dessen, der ich zu sein glaubte, trieb wie eine Luftblase in einem Meer unbeschreiblichen Gewahrseins. Und auf einer anderen Ebene des Seins wiederum **war ich** das Meer unbeschreiblichen Gewahrseins.

Ich hatte eine Erkenntnis gewonnen. Die Wahrheit ist relativ zu dem Standpunkt, von dem aus man sie wahrnimmt. **Als was** und **von wo aus** ich etwas sehe, bestimmt meine Wahrnehmung von Wahrheit.

Mich übermannte ein tiefes Mitgefühl, als ich erkannte, dass jeder – von seinem Standpunkt aus – Wahrheit sieht. Ich meine, dass diese Erkenntnis wesentlich ist, um eine harmonische Zivilisation schaffen zu können.

Anstatt zu fragen, ob etwas wahr ist oder nicht, könnte ich auch fragen: „***Von welchem Standpunkt oder von welcher Definition von Bewusstsein aus ist diese Aussage wahr? Von welchem Standpunkt oder von welcher Definition von Bewusstsein aus ist diese Aussage falsch?***“

Relativität ist die absolute Wahrheit! Hätte Albert Einstein einen Samadhi-Tank gehabt, dann wäre ihm diese Erkenntnis vielleicht eher gekommen.

Kapitel VII

Die ersten Avatare

Meine Frau versuchte es freiwillig zuerst. Wir gingen nach oben in ihr Büro, und ich erklärte ihr, dass ich sie zunächst einige einleitende Übungen machen lassen wollte, bevor wir in das Verfahren einstiegen. Ich bat sie, irgendwelchen Gegenständen frei erfundene Namen zu geben.

„Benenne das da“, sagte ich und zeigte auf die Türklinke.

„Türklinke“, antwortete sie und ging auf das Spiel ein.

„Benenne das da.“

„Telefon.“

„Benenne das da.“

„Wand.“

Ich konnte feststellen, dass sie den Dingen, auf die ich zeigte, zumeist erlaubte, ihren eigenen Namen zu suggerieren. Die Schreibmaschine bekam den Namen „Schreibmaschine“, der Schreibtisch den Namen „Schreibtisch“.

Ich machte weiter. Nach einigen Minuten wurde ihr klar, dass sie die Gegenstände eher erkannte als ihnen Namen zu geben.

„Gibt es da einen Unterschied?“ wollte sie wissen.

„Was glaubst Du?“ erwiderte ich in schönstem Lebensberater-ton.

„Ja, den gibt es. Namen zu geben, scheint irgendwie mehr zu bedeuten – ich weiß nicht.“

„Ursprung?“

„Ja, das ist es. Ursprung!“

Nun bezeichnete sie das Telefon als „Kartoffel“, den Bücherschrank als „Teil 67“ und eine Vase mit Blumen als „Kreation Nummer 5“. Sie meinte, dass die Objekte nun eher Objekte als Worte seien. Der Raum wurde heller.

Als sie sich mit diesem Schritt angefreundet hatte, fuhr ich mit einer anderen Vorbereitungsübung fort. Ich bat sie, die Trennung zwischen sich selbst und den von ihr benannten Gegenständen zu spüren.

„Benenne das da.“

„Stuhl.“

„Gut, spürst Du die Trennung zwischen Dir und dem Stuhl?“

„Ich bin ich, und er ist er.“ Ich stellte fest, dass sie sich daran gewöhnte und dass sie begann, das Spiel zu genießen.

„Benenne das da.“

„Buch.“

„Gut, spürst Du die Trennung zwischen Dir und dem Buch?“

„Mm-Hmm!“

Und dann dehnte ich das Verfahren aus. Es war noch immer der erste Schritt. „Hast Du irgendwelche Vorstellungen von Dir, die Du nicht magst?“

„Tja, ich vermute schon.“ Sie rutschte hin und her und bereitete sich auf das Eindringen in ihre Privatsphäre vor, das solchen Fragen normalerweise folgt.

„Erzähl mir nicht, was es ist“, sagte ich. „Such Dir eine aus und denk darüber nach.“

Sie überlegte einen Moment und sagte dann: „Okay, ich habe eine.“

„Benenne sie vom Ursprung.“

„Okay.“

„Gut, fühlst Du die Trennung zwischen Dir und der Vorstellung?“

Sie murmelte ein überraschtes: „Hm, ich bin ich, und sie ist sie! Das stimmt doch, oder?“

Wir gingen noch einige Vorstellungen durch, einschließlich ihres eigenen Namens als Bezeichnung.

„Wie fühlst Du Dich?“

„Bewusst. Das ist es. Ich empfinde nicht, dass ich irgend etwas tun muss.“

Ich fuhr mit dem Verfahren fort und fragte sie: „Hast Du ein Gefühl von Zeit?“

„Na klar, sie rennt davon.“

„Benenne sie vom Ursprung.“

„Zeit!“

„Gut, spürst Du die Trennung zwischen Dir und Deinem Gefühl von Zeit?“

Ihr Körper zuckte, und sie begann tief zu atmen. Langsam erschien ein breites Grinsen auf ihrem Gesicht. „Dies soll eine vorbereitende Übung sein?!“

Ich führte sie weiter durch die fünfzehn Initiationsschritte und dann in den vertraulichen Teil des Verfahrens hinein. Es dauerte nur etwas mehr als eine Stunde.

Ich ließ sie im Büro zurück. Ein Lächeln lag auf ihrem Gesicht, während sie einen Sonnenstrahl auf ihrer Hand betrachtete. Sie war entspannt, und ihre Augen waren feucht. Ich war überrascht, wie unglaublich schön sie war.

Jede der nächsten drei Sitzungen endete in Freudentränen.

Am Nachmittag begann ich das gleiche Verfahren mit dem fünften Freiwilligen. Die Sitzung verlief zunächst reibungslos, doch dann stießen wir auf ein altes Problem. Die Person beschrieb hartnäckige Beschwerden, die sie seit zehn Jahren in ihrer Therapie zu meistern versucht hatte. Ich hörte ihr zu, während die Enttäuschung und der Misserfolg ihr die Stimme verschlugen.

Sie sitzt mitten drin in einer Schöpfung.

Sie meinte, dass wir es ruhig ignorieren könnten und einige weniger bedeutende Dinge angehen sollten. Sie wollte mein Avatarverfahren nicht mit ihrem Fall ruinieren. „Nein“, sagte ich ihr. Das war genau das, worauf ich gewartet hatte. „Lass uns diese Beschwerden gemeinsam untersuchen und vielleicht eine kleine Besserung erzielen.“

Sie hat nicht die geringste Chance, die Sitzung mit jener Schöpfung zu verlassen. Es ist beruhigend, über die Werkzeuge zu verfügen, die jemandem helfen können.

Wir nahmen ihre alte Schöpfung Stück für Stück auseinander. Sie war erstaunt, sich nicht durch Stunden ursprünglicher Traumata quälen zu müssen, um der Ursache für diesen Zustand auf die Spur zu kommen. „Es ist hier in der Gegenwart, nicht wahr? Ich erschaffe es jetzt!“ Sie war verblüfft von dem, was mit ihr geschah, als sie sich von der verdrängten Erfahrung trennte. „Ich kann buchstäblich fühlen, wie ich mich verändere! Es ist ein phantastisches Verfahren!“

Jene Sitzung endete damit, dass ihre körperliche Beschwerden völlig aufgelöst waren. Ihr Gesicht hatte sich verändert, und sie sah kaum mehr aus wie dieselbe Person. Sie war schön. Sie umarmte mich.

„Was haben wir all diese Jahre in den Therapien gemacht? Harry, dies ist ein wirklicher Durchbruch! Ich fühle mich, als sei ich aus dem finsternen Mittelalter meines eigenen Bewusstseins getreten. Kaum zu glauben, wie schnell es wirkt.“

Nach sieben weiteren Stunden hatten alle neun Freiwilligen das Verfahren hinter sich und saßen kichernd im Wartezimmer. Es war ein bemerkenswerter Tag gewesen. Einer von ihnen trank Tee, und die anderen stellten fest, dass sie das Aroma des Tees schmecken konnten!

Kapitel XI

Ein sehr persönliches Gespräch über Ehrlichkeit

Der im Altertum lebende griechische Philosoph Diogenes wanderte, so ist es überliefert, mit einer Laterne auf der Suche nach einem ehrlichen Menschen durch die Straßen von Athen. Da seine äußerst bemerkenswerten Lehren als die Zyniker-Schule der Philosophie² bekannt geworden sind, nehme ich an, dass seine Suche erfolglos war.

Das Thema Ehrlichkeit ist eine sehr delikate Angelegenheit. In den meisten Kreisen ist niemand so taktlos, dieses Thema auf den Tisch zu bringen. Räuber, Kriminelle, Schwindler und Betrüger proklamieren ihre Ehrlichkeit am lautesten. Kein Wunder, dass jeder, der dieses Thema heutzutage anzuschneiden wagt, Gefahr läuft, sich damit selbst zu besudeln.

Daher bin ich mir darüber im klaren, dass ich mich auf dem dünnen Eis der Selbstgerechtigkeit bewege, doch es ist eine wichtige Angelegenheit. Ohne Ehrlichkeit sich selbst gegenüber wird ein Mensch echte Gefühle durch vernunftgesteuertes Denken ersetzen. Somit wird die Frage: „Was fühlst Du?“ eher eine verstandesmäßige Spekulation hervorbringen (*Was sollte ich fühlen?*) als die tatsächliche Empfindung dessen, was vorhanden ist.

Eine unaufrichtige Zurschaustellung sogenannter „ehrlicher“ Gefühle geschieht häufig in der Absicht zu täuschen, zu manipulieren oder das, was wirklich unter der Oberfläche steckt, zu tarnen, z.B. *Dein Misstrauen verletzt mich zutiefst*. Anderen gegenüber unaufrichtig zu sein führt unweigerlich dazu, dass man die Achtung vor ihnen verliert. „Ausrangierte“ Freunde haben wir zuvor getäuscht. Das Gleiche trifft für die Achtung zu, die wir uns selbst und unserem verlorenen Selbst entgegenbringen. Unehrlichkeit ist die Wurzel des Eigendünkels.

Lügen über unsere eigene Ehrlichkeit scheinen uns leicht von der Zunge zu gehen. Ein Teil in uns besteht automatisch darauf, dass wir ehrlich sind, ohne überhaupt zu überprüfen, was wir tun oder was wir sagen. Erwischt man Kinder bei etwas Unrechtem, dann hört man als erstes oft: „Ich war’s nicht!“

Es scheint einfacher zu sein, Handlungen zu verteidigen, als ihnen ehrlich auf den Grund zu gehen. Wir greifen eher an, als dass wir zugeben. Etwas zuzugeben, erfordert Mut!

Ehrlich zu sein, ist tatsächlich eine Frage des Mutes – genügend Mut, uns dem zu stellen, was uns Angst macht. Dies geht in einer Nebelwand von Täuschungen verloren, die benutzt wird, um Unehrlichkeit zu rechtfertigen. Wann immer wir meinen, einen guten Grund zur Unehrlichkeit zu haben – Elend, Verzweiflung, Depressionen, Unwissen, ungerechte Behandlung usw. – liefern wir uns lediglich noch mehr Beweise, die unsere Angst vor dem, was wir zu vermeiden suchen, nähren. Und wie sieht diese Angst aus? Nur dies eine sei gesagt: **Angst ist die ÜBERZEUGUNG von unserer Unzulänglichkeit, mit etwas klarzukommen.** Und es ist diese Überzeugung, die dem Sammeln von

Beweisen unserer Misserfolge vorangeht!

Bringen wir den Mut auf, uns dem, wovor wir Angst haben, zu stellen. Dies ist die härteste Prüfung des Lebens – Versagen führt zu Unbewusstheit.

Unbewusstheit aus Angstgründen lässt die Menschen unehrlich werden. Die Überzeugung, die für die Angst verantwortlich ist, kann in Verwirrtheit verlorengehen oder in der Scham über die Erniedrigung versteckt sein. Man fühlt sich gedrängt zu vermeiden, zu vergessen und zu verdummen, und der Drang, Recht zu behalten, sanktioniert unsere Unwissenheit.

Wie erfrischend, einer Unehrlichkeit ins Auge schauen zu können und zu sagen: „Ich habe es aus Angst getan. Punkt!“ Dies ist der erste Schritt, um die verborgene Angst aufzuspüren. Welche Last fällt da von einem ab! Man muss nicht länger darum kämpfen, die Welt, die Umstände oder jemand anderen zu verändern! Man kann an sich selbst arbeiten. Man muss einfach nur allen Mut zusammennehmen und nach der **ÜBERZEUGUNG** suchen, die einem Unzulänglichkeit suggeriert! Mindestens eine liegt jeder unehrlichen Handlung zugrunde.

Hier ist eine bemerkenswerte Beobachtung, die tiefgehende Auswirkungen für die Zukunft der Welt hat: *Wenn Menschen ihre transparenten und verborgenen Überzeugungen in den Griff bekommen, werden sie zwangsläufig ehrlicher!*

Mut *m.* die Einstellung, sich allem zu stellen, das man als gefährlich, schwierig oder schmerzhaft ansieht, anstatt sich davor zurückzuziehen

unzulänglich *adj.* nicht dem entsprechend, was als erforderlich oder ausreichend erachtet wird

vortäuschen *vt.* so tun, als ob; heucheln; die Bemühung, etwas anders zu erfahren oder darzustellen, als es dem Gefühl oder der Überzeugung entspricht (in bezug auf sich selbst, andere oder Ereignisse)

Absichtliches Vortäuschen ist eine schauspielerische Gabe und sollte nicht mit zwanghaftem, angstgesteuerten Vortäuschen verwechselt werden. Letzteres stellt eine besondere Form der Unehrlichkeit dar, die die eigenen Absichten verschleiert. Die folgenden Beobachtungen beziehen sich auf das zwanghafte Vortäuschen.

Zwanghaftes Vortäuschen saugt die eigene Aufmerksamkeit ab und verbraucht kreative Energie. Es zersetzt jegliche Motivation und verdrängt die Intuition. Zwanghaftes Vortäuschen vermindert die Fähigkeit, mit der Welt im Einklang zu handeln. Zwanghaftes Vortäuschen schafft inneren Stress, der ein Ventil sucht. Manchmal ist Krankheit die Folge, manchmal Gewalt.

Und schließlich tötet zwanghaftes Vortäuschen die Fähigkeit, mit anderen und sich selbst ehrlich zu sein. Wann immer man an sein Vortäuschen erinnert (oder dessen beschuldigt) wird, reagiert man defensiv und kritisch. Am Ende verliert man den Bezug zu seinen wirklichen Gefühlen. Wer vortäuscht, schafft sich falsche Identitäten, die ichbezogen, unsensibel und reine Show sind.

Heuchler kritisieren, attackieren und lästern über die Leute, deren Ehrlichkeit sie an ihre eigene Vortäuschung erinnert. Dies wird schließlich zu einem zwanghaften Verhaltensmuster. Sie meinen, jeder andere täusche auch etwas vor, daher zielen ihre Angriffe auf Enthüllungen.

Heuchler sind an sich gute Menschen, die sich jedoch aus Angst in böse Taten flüchten. Sie handeln unterhalb der Oberfläche. Um ihre Schuldgefühle zu verringern, stülpen sie anderen Identitäten über, die es verdienen, betrogen, bemogelt, bestohlen, belogen, getäuscht oder hintergangen zu werden. Die meisten maßgeblichen Kataloge, in denen unsoziale Elemente, kriminelle Geister, Sünder usw. beschrieben werden, sind nichts anderes als die Aufstellungen von Heuchlern. (Es ist vernünftig und weise, Ankläger mit Vorsicht zu genießen.)

Menschen, die sich selbst nicht vertrauen können, werden zu Flüchtlingen der Gesellschaft. Sie bestrafen sich indirekt selbst, indem sie solchen Menschen Vertrauen entgegenbringen, die dieses höchstwahrscheinlich nicht erwidern. Dann hängen sie die Tatsache, dass sie betrogen wurden, an die große Glocke. Das erleichtert sie. Anstelle von persönlicher Integrität verlassen sie sich auf die große Absolution von den Sünden, denn: *Das tut doch jeder!* Ihr persönliches Leben ist ein Strudel schlechter Beziehungen und misslungener Projekte. Am Ende verstärkt die Heuchelei die Angst, die sie eigentlich verbergen sollte.

Es gibt nichts Falsches, was Du getan hast oder tun kannst, das ich nicht teile.

...

Auch wenn es unangenehm sein mag, darüber nachzudenken – die Unaufrichtigkeit, die mir in der Welt begegnet, ist eine Reflexion meiner eigenen Heuchelei. Vorzutäuschen, ich sei aufrichtig und andere nicht, funktioniert nicht. Das ist die Falle, in die jene geraten, die die Unehrllichkeit der Welt nicht als die eigene anerkennen wollen.

Wir alle sind unaufrichtig, solange wir nicht voller Mitgefühl daran arbeiten, die gemeinschaftliche Unehrllichkeit der Welt zu berichtigen. Wie? Bestrafung und die Drohung, bloßzustellen, sind keine guten Antworten. Es wäre sinnvoller, wenn wir alle in unserem persönlichen Leben und unserem Umgang mit anderen als mutiges Beispiel an Ehrlichkeit vorangingen – selbst wenn dies bedeuten würde, dass wir uns der Kritik und den Urteilen der Heuchler aussetzen müssten.

Aufrichtigkeit ist ein Weg, der zum Glück führt. Aufrichtig zu werden, ist ein Akt der Selbsterneuerung.

Wenn wir all unseren Mut zusammennehmen, zu unseren Erfahrungen zu stehen, sie so zu sehen, wie sie tatsächlich sind, sie zu spüren, dann entdecken wir das eigene, geistige Muster unseres Lebens aufs neue. Wir schauen unseren Ängsten ins Auge und finden so die transparenten Überzeugungen heraus, die sie geschaffen haben. Uns selbst gegenüber ehrlicher zu werden bedeutet, dem kollektiven Bewusstsein der Welt mehr Ehrlichkeit hinzuzufügen. Dies bildet das Fundament, auf dem eine erleuchtete, planetarische Zivilisation errichtet werden kann.

Der Ertrag eines Lebens voller Aufrichtigkeit ist die Fähigkeit, zu fühlen und zu teilen – Mitgefühl und Einfühlungsvermögen! Es ist die reine Freude, sich bereitwillig mit dem Bewusstsein anderer zu integrieren. Aufmerksamkeit und kreative Energien verbinden sich, und das Ergebnis ist Synergie. Vernetzungen und neue Möglichkeiten entstehen. Beziehungen entwickeln sich, die sich lohnen und ein Maß an Sicherheit schaffen, das weder Geld, noch Ruhm oder Macht bieten können. Ein berechtigtes Vertrauen entsteht.

Kapitel XVII

Ausdehnung

Sommer 1987. Sechs Monate nach den ersten Avataren wurden meine Frau Avra und ich nach Kalifornien eingeladen, um die erste Avatar-Klasse an der Westküste zu leiten. Elf Leute wurden erwartet, die sich für die erste Klasse einschreiben wollten, doch kurz bevor wir ankamen, erfuhr ich, dass kein einziger von ihnen bezahlt hatte. Vor ihrer endgültigen Entscheidung wollten mich alle erst sprechen hören. Dies traf mich unerwartet, denn ich hatte keine Ansprache vorbereitet.

Am Flughafen erwarteten uns weitere Überraschungen. Unser Gepäck war immer noch in Pittsburgh, und der Freund, der uns abholte, berichtete, dass neben den elf Angemeldeten noch weitere fünfzig Leute in seinem Haus darauf warteten, mich sprechen zu hören. *Was werde ich nur sagen?*

So fand ich mich verschwitzt, schmutzig und müde auf einem Stuhl in einem kalifornischen Wohnzimmer inmitten von sechzig Fremden wieder, die um mich herum auf dem Boden saßen. Wenn Avatar jemals funktionieren sollte, dann war jetzt die Gelegenheit, es zu beweisen. Ich schloss meine Augen und bearbeitete meine Zweifel und meine Nervosität. In demselben Moment, indem ich das Verfahren anwandte, lösten sich all meine Zweifel auf. Und als ich meine Augen öffnete, war ich unbegrenztes Gewahrsein. *Wie geht es Euch, meine Freunde? Ich habe ein richtiges Geschenk für Euch!*

„Ich werde versuchen, Avatar zu beschreiben, ohne Sie mit zu vielen meiner eigenen Überzeugungen oder Standpunkte zu befrachten. Ich erwähne das deshalb, weil es im Avatarkurs um **Ihre**

Überzeugungen und **Ihre** Perspektiven geht.“

Absolute, regungslose Stille. Sechzig Leute, zwei Babies und ein Hund – und trotzdem konnte man noch die Wanduhr in der Küche ticken hören! Diese Stille verstörte schließlich den Hund derart, dass er – wohl für sich selbst überraschend – ein unterdrücktes Bellen vernehmen ließ. Ich hatte das Gefühl, genug gesagt zu haben. *Sie wissen es. Lass sie mich fühlen! Unter der Oberfläche der Überzeugungen sind wir alle ein Teil desselben Gewahrseins. Spürt es.*

Die Spannung im Raum löste sich; der Nebel der Gedanken verflüchtigte sich. Wir hatten etwas jenseits von allem berührt und waren Freunde geworden. Wir empfanden Liebe füreinander. Augen voller Tränen. Sanftes, annehmendes Lächeln. *Ich liebe dieses Gefühl. Wir sind wahrhaftig. Die Masken sind gefallen, und wir sind wahrhaftig. Zusammen, Teil einer größeren, gemeinsamen Bestimmung.*

„Was Sie glauben, hat Konsequenzen für Ihr Leben. Der Avatar-Kurs hilft Ihnen, die Verbindung zwischen dem, was Sie erfahren und den Überzeugungen, aus denen diese Erfahrung entsteht, herzustellen.

Stellen Sie sich vor, Sie nehmen an einem Kurs teil, dessen Studienmaterial aus Ihrem eigenen Bewusstsein besteht. Wir sorgen für die Navigationswerkzeuge, eine Landkarte ohne Eintragungen und emotionale Unterstützung. Es ist nämlich Ihre Forschungsreise, Sie müssen Ihr eigenes Gelände mitbringen.

Der Sinn ist, Ihnen dabei zu helfen, zu der Bewusstseinsstufe zurückzukehren, auf der Sie der wissende, schöpferische Ursprung Ihrer eigenen Überzeugungen sind. Auf diesem Weg werden Sie lernen, dass das, **was** Sie glauben, nicht annähernd so wichtig ist, wie die Art und Weise, **wie** Sie glauben. In diesem Fall ist es wichtiger, das Behältnis zu kennen, als seinen Inhalt. Schütten Sie den Inhalt aus! Bewundern Sie die Kunstfertigkeit, die diese Schale entstehen ließ.

Schöpferischer Ursprung ist ein müheloser Zustand des Seins. Verwechseln Sie ihn nicht mit einer Einstellung oder Identität, die automatisch und scheinbar mühelos dahinplätschert. Der schöpferische Ursprung ist mühelos, er nimmt alles an und ist undefiniert. (Begehren und sich widersetzen sind Anstrengungen. Wertschätzen ist mühelos.) In diesem Zustand des Seins können Sie alles erfahren und innerhalb sehr weit gesteckter Grenzen (vielleicht grenzenlos) alles so verändern, wie Sie es beschließen.

Dies ist der Zustand des Seins, den wir Avatar nennen, und wir haben ein sehr einfaches und sehr effektives Verfahren gefunden, diesen Zustand zu erreichen. Es kann in wenigen Tagen durchlaufen werden, wenn ein erfahrener Avatar-Master die Anleitung übernimmt. Mit diesem Gefühl des Daseins im Hier und Jetzt und den Werkzeugen, deren Benutzung wir Sie lehren, sind Sie für die Erforschung ihres eigenen Bewusstseins ausgerüstet.

Der Kurs gliedert sich in drei Teile. Teil I spricht den Verstand an. Er bietet Nahrung für das Denken. Sie brauchen nur zuzuhören, zu lesen oder zu beobachten – und wenn Sie wollen, dann denken Sie darüber nach, was Sie erfahren haben. Er zielt darauf ab, Verständnis und eine Verbindung zu einem breiteren Lebensspektrum herbeizuführen.

Anhand des Stoffs von Teil II beginnen Sie Ihre Erkundung. Kleine Expeditionen in den Hinterhof Ihres Bewusstseins. Über Nacht sozusagen! Sie lernen die Anwendung der besonderen Fähigkeiten und Werkzeuge, die erforderlich sind, um erfolgreich mit Ihren bisherigen Lebenserfahrungen umgehen zu können. Es ist eine Gelegenheit, Ihre Angelegenheiten in Ordnung zu bringen, bevor das große Abenteuer beginnt.

Teil II erklärt und erweitert einen außersinnlichen Wahrnehmungsweg zum physikalischen Universum, von dem Sie vielleicht schon eine verschwommene Vorstellung haben – erweitertes Empfinden. Dies ist ein nicht über die Sinne wahrgenommenes Gefühl, das keinen physischen Kontakt braucht. Es beruhigt den Verstand und verstärkt Ihr Seins- und Lebensgefühl ungemein.“

Einer der Zuhörer hebt die Hand. „Ist das so ähnlich wie Meditation?“

„Ja und nein. Es erzeugt die gleiche Art geistiger Ruhe, wie sie die Meditation bewirkt, jedoch geschieht es auf interessante und viel schnellere Art und Weise. Es ist insofern der Meditation ähnlich, als es um das Meistern des Geistes geht – dem Geist zu erlauben, ruhig zu werden – Avatar erreicht das jedoch auf spielerische Weise, ohne Kampf oder Konfrontation. Es ist wie der Unterschied, einen Safe mit dem Brecheisen aufzustoßen oder die Kombination zu benutzen. Avatar ist die

Kombination.“

Der Gruppe gefällt der Vergleich. Viele haben schon eine Menge Zeit damit vergeudet, den Safe aufzustemmen.

„Eine weitere Übung im Teil II entwickelt die Fähigkeit, Ihre Urteile zu erkennen, zu bilden und zu verändern. Dies weckt in Ihnen eindrücklich die Erkenntnis Ihrer Lebensmuster.

Was immer wir erfahren, erfahren wir in Übereinstimmung mit unseren Bewertungen. Bewertungen sind die Glaubenssätze, durch die wir unsere Wahrnehmungen filtern. Zwei Menschen können das gleiche Ereignis ganz unterschiedlich empfinden. Für den einen ist es traumatisch und zerstört sein Leben; für den anderen bleibt es ohne jegliche Konsequenzen. Der Unterschied wird durch die Wertungen bestimmt, die die beiden dem Ereignis beimessen.

Das Endergebnis dieser Übung ist die Fähigkeit, vollkommen aufrichtig die Bewertungen von allem, was man erfährt, loszulassen. Es lässt Sie in Ihre Erfahrungen eintauchen, denen Sie sich innerlich bislang widersetzt haben, so wie Sie für ein entspannendes Bad in die Wanne gleiten. Wenn Sie Schwierigkeiten mit Ihrem körperlichen Zustand oder einer Beziehung haben, bringt Ihnen diese Übung machtvolle Erkenntnisse und Wendepunkt-Erfahrungen.

Der letzte Abschnitt des Materials in Teil II enthält Werkzeuge und Übungen, um Hindernisse oder Blockierungen zu beseitigen, mit denen Sie eventuell Ihre Fähigkeit, Realität zu erschaffen, verbaut haben. Wir beschreiben ihn als ‚die herausforderndste Erfahrung, durch die sich jemals ein Mensch gelacht hat‘. Er erzeugt Lachkrämpfe, steigert Ihre Schaffens- und Lebenskraft und stellt Ihre Kontrolle über Ihr Dasein wieder her.“

Vor mir tauchen die Bilder von den lachenden Gesichtern der Studenten auf, die sich bei mir bedankten, nachdem sie diese Übung abgeschlossen hatten. Ihre tränennassen Augen nehmen einen ganz besonderen Platz in meiner Erinnerung ein. Traurig allerdings macht mich die Erinnerung an das wütende Gesicht eines Studenten, der es nicht schaffte und Avatar als Betrug anprangerte. Er hatte sich an den Schaltstellen seines erfolglosen Lebens festgefahren und konnte seinen selbstgerechten Ärger nicht loswerden. *Nun denn, wenn er genug davon hat, das Opfer zu sein, wird er nach geraumer Zeit zurückkehren. Nur ein bisschen mehr Anstrengung, ein bisschen mehr Ehrlichkeit, und auch er wird es schaffen.*

Falls einige chronische Opfer anwesend sein sollten, erscheint eine kleine Warnung angebracht.

„Sollten Sie mit den Ergebnissen aus dem Teil II nicht vollständig zufrieden sein, dann machen Sie nicht mit Teil III weiter. Nichts in Teil III kann schwache Ergebnisse aus Teil II wettmachen. Wenn Sie nicht weitermachen und sich in der nächsten Woche entscheiden, dass Teil II sein Geld nicht wert war, dann werde ich mich persönlich darum kümmern, dass Sie es zurückbekommen.“ Innerlich muss ich lachen. *Hat jemals irgend jemand Erleuchtung mit einer Geld-zurück-Garantie angeboten?*

„Nun zu Teil III, dem Hauptkurs. Teil III beginnt mit einer von einem Avatar-Master geleiteten Initiation. *Das bin ich, bis die neuen Master ihr Training beendet haben.*‘

Die Initiation führt Sie auf eine Reise durch die fundamentalsten, transparenten Überzeugungsstrukturen des Bewusstseins. Transparent, weil Sie durch sie hindurch sehen anstatt sie zu sehen. Die Initiation macht Sie durch Erfahrung mit den Verfahren und Werkzeugen vertraut, die Sie befähigen, Ihr Leben selbstbestimmt in die Hand zu nehmen. Normalerweise ist es eine erleuchtende und einsichtsreiche Erfahrung, die Sie vielleicht sogar für eine geraume Zeit in einen euphorischen Zustand versetzt.“

Es würde mich wundern, wenn sie nicht völlig abheben würden und sich für den Rest des Tages in Euphorie befänden, doch das sage ich nicht.

„Nach Ihrer Initiation werden Sie zu einem Experten der Solo-Avatar-Verfahren. Nun sind Sie bereit, Ihr Bewusstsein zu erforschen. Die **Avatar-Verfahren** stehen am Anfang Ihrer Forschungsreise. Sie machen diese Übungen alleine oder mit der gelegentlichen Hilfe des Trainers oder eines Mitschülers. Jedes Verfahren behandelt einen bestimmten Bereich von Erfahrungen, Überzeugungen oder Einstellungen, die Ihre Lebensfreude schmälern könnten. Ich werde Ihnen einen Überblick über die verschiedenen Verfahren geben.“

Handhabung des Körpers „Das erste Verfahren heißt ‚Handhabung des Körpers‘. Es ruft ähnliche Effekte hervor wie der Samadhi-Tank, jedoch ohne das Risiko der Isolation oder panischer

Reaktionen, und es funktioniert wesentlich schneller. Es hilft Ihnen, diejenigen Überzeugungen zu erkennen, die Ihre Identifikation mit Ihrem physischen Körper aufrechterhalten, und zeigt Ihnen, wie Sie, wenn Sie wollen, unabhängig vom Körper funktionieren können. Sie erfahren sich als ein nicht-materielles, geistiges Wesen.“

Ein Paar in der ersten Reihe schaut sich wissend in die Augen, und mir ist klar: sie haben gerade entschieden, sich einzuschreiben.

„Das Verfahren zur Handhabung des Körpers hilft Ihnen auch, unangenehme Wahrnehmungen und Gefühle zu erkennen, die Sie tatsächlich selbst in Ihrem Körper installiert haben. Sie haben sich nur eingebildet, dass sie vom Körper ausgingen. Dies hat zur Folge, dass der Körper durch schädliche Überzeugungen oder Vorurteile nicht länger harmonisch funktioniert.“

Wenn Sie erst einmal erkannt und erfahren haben, dass Sie selbst diese unangenehmen Gefühle in Ihrem Körper installiert haben, dann können Sie die Gefühle, die Sie haben möchten, zurückholen. Möglicherweise werden Sie einige bemerkenswerte Heilungen erfahren.“ *Bemerkenswert – ich habe Wunder gesehen, doch ich will keinen Ärger mit der Gesundheitsbehörde.*

„Ein faszinierender Nebeneffekt des Körper-Verfahrens sind die wachen oder kontrollierten Träume, die er erzeugt. Sie lernen, wie man in den Traumzustand eintaucht, ohne schlafen zu gehen. Manche Studenten haben von Erfahrungen berichtet, bei denen sie schwebten oder flogen und andere Dimensionen erforschten.“

Handhabung von Begrenzungen: „Das zweite Verfahren heißt ‚Handhaben von Begrenzungen‘. Haben Sie jemals spirituelle Praktiken oder solche der Selbstentfaltung erforscht?“ Die meisten heben ihre Hand. „Dann ist Ihnen bewusst, dass wir uns selbst Begrenzungen auferlegen. Wir sagen: ‚Ich kann dies nicht...Ich kann das nicht‘, und dann wundern wir uns, warum wir es nicht können.“

In Kindergeschichten ist von der kleinen Dampflokomotive die Rede, die ‚dachte, dass sie es könne‘, und die Vorstellung vom ‚positiven Denken‘ gibt es seit langem. Nun denn, dies wirft ein neues Licht auf diese Angelegenheit.

Bei dem Verfahren zur Handhabung von Begrenzungen entledigen Sie sich jener Begrenzungen, die den Zielen im Wege stehen, welche Sie anspornen und wirklich lebendig machen. Sie werden vielleicht beschließen, nicht alle Begrenzungen aufzugeben, denn einige dienen dazu, Ihrem Leben einen Fokus zu geben.“

Handhabung von Identitäten: „Das dritte Verfahren heißt ‚Handhabung von Identitäten‘. Die meisten Menschen haben einen geistigen Schrank voller Verkleidungen, die sie mit sich herumschleppen und die sie den Menschen, auf die sie treffen, überwerfen. ‚Würdest Du diese Verkleidung für mich tragen?‘ ‚Würdest Du dieser Mensch für mich sein?‘

Wenn wir gut mit jemandem auskommen, dann meistens aus dem Grund, weil die Person bereit ist, die Verkleidung zu tragen, die wir ihr anbieten, und wir andererseits bereit sind, die uns angebotene Verkleidung anzunehmen.

Hat man Ihnen schon einmal eine Identität angeboten, die Sie nicht übernehmen wollten?“ Die Gruppe antwortet mit einem Kopfnicken.

„Wenn Sie einen anderen Menschen ohne Verkleidungen, Urteile oder Überzeugungsfilter wahrnehmen, dann nehmen Sie ihn als spirituelles, geistiges Wesen wahr. Es ist eine zutiefst bewegende Erfahrung, ein anderes Wesen ohne jegliche Verzerrungen wahrzunehmen. Das ist ein Bereich völligen Mitfühlens, den manche als bedingungslose Liebe bezeichnet haben.“

Handhabung hartnäckiger Massen: „Das vierte Verfahren heißt ‚Handhabung hartnäckiger Massen‘. Es führt Sie ganz sanft zu den Aspekten Ihres Lebens, gegen die Sie die größten Widerstände haben. Sie können Begierden, Zwänge, ständigen Druck und Schmerzen ausschalten, die außerhalb Ihrer Kontrolle zu liegen schienen. Die ersten Sitzungen dieses Verfahrens werden zusammen mit einer anderen Person durchgeführt, die als Helfer fungiert. Es ist ein sehr wirkungsvolles Verfahren, das erstaunliche, lebensverändernde Ergebnisse bringt.“

Handhabung des Universums & Handhabung des Kollektiven Bewusstseins: „Das fünfte und sechste Verfahren heißen ‚Handhabung des Universums‘ und ‚Handhabung des kollektiven Bewusstseins‘. Sie wenden diese Verfahren an, nachdem Sie Ihre eigenen, persönlichen Konflikte gelöst haben und das kollektive Bewusstsein des Lebens unterstützen wollen.“

Eine der Vorstellungen, die man schon in jungen Jahren entwickelt, ist die, jemand zu sein. Tatsächlich ist die Erfahrung ‚Ich bin jemand‘ der Spiegel eben dieser Überzeugung. Wenn Sie Gewährsein und die Überzeugung, jemand zu sein, zusammennehmen, ergibt das ein Individuum. Sie können nun ein Individuum bleiben, indem Sie sich immer mehr Überzeugungen zulegen, welche Sie noch weiter vom kollektiven Bewusstsein entfernen – oder Sie können mit Hilfe der Avatar-Verfahren diese Überzeugungen, die Trennung verursachen, ausmerzen und ein kollektives Bewusstsein erfahren. Sie können sämtliche Überzeugungen ändern, die Sie haben mögen und die Sie von dem reinen schöpferischen Gewährsein trennen – **dem Gewahren Willen**.

Bei dem Verfahren zur Handhabung des Universums lernen Sie, dass alle Dinge auf einer bestimmten Bewusstseinssebene miteinander verknüpft sind. In gewissem Sinne gibt es gar kein individuelles Bewusstsein, sondern nur Teile eines kollektiven Bewusstseins. Bei dieser Übung arbeiten Sie daran, die Grenzen zu erkunden, die Sie daran hindern, sich mit dem kollektiven Bewusstsein zu verbinden und darin zu agieren.

Das ist offensichtlich ein sehr hochgestecktes Ziel, und die Fähigkeit und Bereitschaft der Studenten, diese Technik einzusetzen, wird unterschiedlich stark sein.“

Das ultimative Verfahren: „Die letzte Übung heißt ‚Ultimatives Verfahren‘. Der Name spricht für sich. Das Verfahren wird von einer anderen Person geleitet.“

„Der gesamte Kurs dauert neun Tage.“

Ich beendete meine Ansprache, indem ich die Leute aufforderte, mich zu ‚fühlen‘ – nicht mit ihren Händen, sondern mit ihrem Gewährsein.

Jeder im Raum schien Interesse gewonnen zu haben. Während ich mit ein paar Freunden plauderte, sah ich zu meiner Erleichterung, wie sich eine Schlange von Schülern vor Avras Anmeldetisch bildete. Am nächsten Tag begannen wir die Klasse mit achtzehn neuen Schülern!

Innerhalb von ein paar Tagen kamen so viele Nachzügler, dass wir in ein Hotel umziehen mussten, und der ursprünglich einwöchig geplante Kurs an der Westküste dehnte sich auf zwölf Wochen mit mehreren hundert Schülern aus.

Alte Freunde riefen sich gegenseitig an mit der Nachricht: „Das ist es! Komm sofort!“ Ein Schüler kam, nachdem er durch einen Anruf für seinen Zimmergenossen davon erfahren hatte. Einer anderen Schülerin wurde von einem Hellseher mitgeteilt, sie solle am Avatar-Kurs teilnehmen. Eine weitere hatte davon geträumt.

Da viele die Erfahrung von Avatar wie ein Erwachen empfanden, fingen sie an, sich als Erwachende Meister zu bezeichnen. Die Erwachenden Meister verbreiteten einen lang erwarteten Weckruf: „Avatar ist, wonach Ihr gesucht habt.“

Immer mehr Schüler kamen, und sie reisten sogar mit uns nach New York zurück, um den Kurs zu beenden.¹

Ich möchte zu gern wissen, wieviele von ihnen das gleiche Gefühl hatten wie ich damals in der Nacht, als mich der grüne Dodge in den Cubbly Park lotste.

¹ Zwischen 1987 und 1997 haben mehr als 50.000 Menschen den Avatar-Kurs abgeschlossen.

Wenn Sie mehr über Avatar erfahren möchten, beachten Sie die Buchhinweise oder schreiben Sie an:

Avatar Network Consultant
Star's Edge International
237 North Westmonte Drive
Altamonte Springs, Florida 32714

Phone: 001 407 788 3090
Fax: 001 407 788 1052
www.starsedge.com

Bisher sind folgende Bücher von Harry Palmer erschienen:

„Die Kunst befreit zu leben“

von Harry Palmer. 147 Seiten, Hardcover
ISBN 3-933496-19-5, erschienen bei J. Kamphausen

„ReSurfacing: Techniken zur Erforschung des Bewusstseins“

von Harry Palmer. 147 Seiten, 30 Übungen / Material zu Teil I des Kurses
ISBN 3-933496-22-5, erschienen bei J. Kamphausen

„Gesammelte Weisheiten - Liebe die kostbare Menschheit“

Zitate von Harry Palmer zusammengestellt von Kayt Kennedy, 224 Seiten, farbig, Hardcover, Fadenheftung
ISBN 3-933496-57-8, erschienen bei J. Kamphausen

„Im Inneren von Avatar - Das Buch“

Harry Palmer und Freunde. 135 Seiten, Broschur
mit Reden von Harry Palmer und Artikeln von Trainern
ISBN: 1-891575-16-3
USD 12.95, bestellbar bei Stars Edge International online oder bei einem Avatarmaster.

„Das Thoughtstorm Handbuch – Eine Evolution des menschlichen Denkens“

von Harry Palmer, 130 Seiten, Spiralbindung,
ISBN 3-933496-51-9, erschienen bei J. Kamphausen