

Den unablässigen Strom von Wahrnehmungen und Erscheinungen haben wir bereits losgelassen. Nun geht es darum die *Quellen* dieser Manifestationen loszulassen, meine Kulissen von Konzepten, Vorstellungen, Glaubenssätzen, Gewissheiten, ... loszulassen. Alle.

Loslassen was ich bejahe ebenso wie das, was ich ablehne, die Bejahung und die Ablehnung selbst loslassen. Weder die bejahenden noch die verneinenden Konzepte haben hier irgendeine Bedeutung. Alle meine Kulissen und auch Erwartungen weg! Erst dann kann ich mich auf *meinen* Weg machen.

Loslassen geht nur Schritt um Schritt, soweit ich das im Moment eben kann. Für jeden Schritt muss ich Blockaden überwinden:

- *Das darf ich nicht!* warum nicht? wer sagt das?
- *Ich will das!* warum? wer will?

Mit jedem Schritt wird mein Wesen transformiert, wird gleichzeitig stärker und nimmt feiner wahr. Mit jedem Schritt wird eine alte Hülle durchlässig, fällt vielleicht gar ganz ab, öffnet sich eine neue Welt. Damit fallen Grenzen und Beschränkungen, gleichzeitig aber auch Sicherheiten. Feinheit und Stärke gehen Hand in Hand, müssen das.

Auch alle diese Vorstellungen und Konzepte lösen sich schliesslich auf, die Bemerkungen hier ebenso wie die Übung. Sie bereiten nur die Bühne für das eigentliche Loslassen, das ein sehr persönlicher Weg ist. Sie ermutigen dich nur anzunehmen, dass, was auch immer hoch kommt, vergehen darf, dass du es loslassen darfst.

Wer lässt was los?

Was bleibt?

Ursprüngliche Mystik, *vor* meinen Bildern und Wörtern, *vor* meinen Gedanken, *vor* meinem bewussten Sein.