

Die Freiheit entdecken

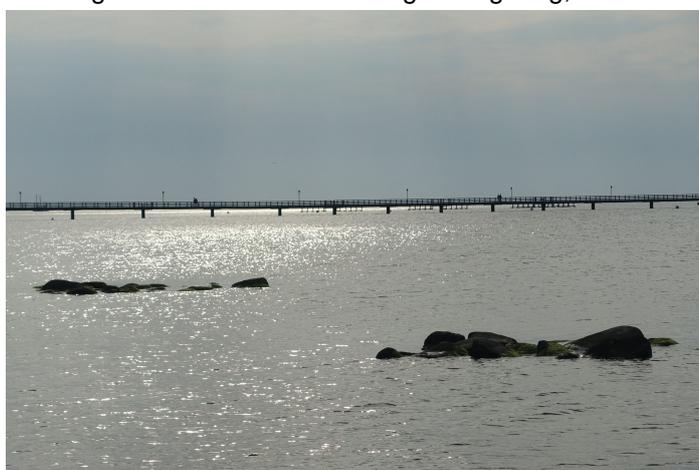
Yoga - Vipassana

Ruth Kölling - Wolfgang Presser

Spirituelle Materialismus - oder nichts tut mehr weh

Teil vom Spirituellen Materialismus ist: Spiritual Bypassing

Wer möchte nicht ein besseres „Ich“ sein eigen nennen!? Gute Ideen gibt es genug, nach dem richtig langen



Retreat werden die Dinge wirklich

anders sein, die

Neurosen nur noch eine ferne Erinnerung. Ich will.....ich bin.....ich war, aber jetzt. Wenn meine Sammlung nur stark genug ist, kommen all die Probleme einfach nicht zu mir durch. Noch ein zwei Workshops und ich bin durch, angekommen im Nirvana wo einfach nichts mehr weh tut und unangenehm ist, denn ich stehe drüber (oder bin komplett daneben). Wer wünscht sich das nicht zeitnah von seiner Praxis oder steigt so ein? Gleichgültigkeit statt Gleichmut, Mitleid statt Mitgefühl und, und.....

So verschieden die Bypässe auch sein mögen, es gibt ein paar typische Probleme, zu denen sie früher oder später führen.

Folgende Signale könntest du wahrnehmen:

- Übertriebene oder zwanghafte Gutmütigkeit
- Unterdrückung unerwünschter oder schmerzhafter Emotionen
- Ein Gefühl von spiritueller Überlegenheit
- Spirituelle Besessenheit oder Sucht nach Praktiken
- Blindes Vertrauen in charismatische FührerInnen
- Verzicht auf persönliche Verantwortung
- Soziale Isolation
- Abkapseln von allem, was als negativer Einfluss wahrgenommen wird, beispielsweise Nachrichten, oder auch von Konflikten im eigenen Umfeld

Jeder/r geht einen ganz eigenen spirituellen Weg. Und so hat jeder Weg individuelle Umgehungen und Abkürzungen. Vielleicht kennst du selbst Menschen, die nach ihrem Ayahuasca-Retreat sofort zum Embodiment-Kurs, dann zum Festival und danach zum Vipassana fahren. Jede Erfahrung bringt angeblich lebensverändernde Einsichten, die aber nie richtig integriert (das heißt, in der Psyche verankert) werden, weil gleich darauf der nächste spirituelle Kick folgt.

Weitere Anzeichen dafür, dass du in die Falle des Spiritual Bypassing getappt bist, sind:



- Schweben in einem spirituellen Raum, der wenig mit der Realität zu tun hat, in der die meisten anderen Menschen unterwegs sind
- Schwierigkeiten, dir deiner emotionalen Bedürfnisse bewusst zu werden und sie dir zuzugestehen.
- Hang zu übermäßiger Gütigkeit und Schwierigkeiten, deine Grenzen aufzuzeigen (Stichwort: Grenzen kennen und setzen)
- Übermäßige Empathie oder exzessive Toleranz
- Die Auffassung, dass alles eine Illusion ist – einschließlich des Leidens, aller strukturellen Ungleichheiten und Missstände
- Überbetonung des Positiven und Vermeidung des Negativen in deinem Leben / in der Welt.

Lehrende, eine Sangha können auf diesem Weg eine wertvolle Unterstützung sein, andernfalls wird es eventuell nur ein weiterer Ego-Trip.

Suche die Stille und nimm dir Zeit und den Raum, um in deine eigenen Träume und Ziele hineinzuwachsen.

Buddha

Letztlich erweist sich dieses Zuhören des intuitiven Geistes als eine Art von Selbstaufgabe, die auf Vertrauen basiert. Wir verlassen uns auf die Stimme in unserem Innersten. Wir vertrauen darauf, dass es möglich ist, eine Totalität wahrzunehmen, die Einsicht und Führung bietet.

[Ram Dass - Wie kann ich helfen](#)