


Text, Graphik, Design

© Manfred de Vries 2016

Witness



Das
gewahr sein
des
Gewahrseins

*Exkursionen
mit Manfred de Vries
www.herz-geist.com*

*Ohne Liebe vertrocknet
die Weisheit.*

Ohne Weisheit ertrinkt
die Liebe.

Beide bedingen einander.

Witness, Gewährsein
balanciert beide aus.

Das gewahren des Gewährseins

Das Urpotential des Menschen ist es, das eigene Wahrnehmen wahrzunehmen, statt sich nur mit dem Wahrnehmen von Dingen, Zuständen und Situationen zufrieden zu geben.

Das macht uns Menschen nicht zu einer bestimmten Gruppe von Lebewesen, sondern lässt eine besondere Weise des Seins, des Mensch-Seins erkennen.

Nur der Mensch kann sich z.B. seines Feindes erbarmen, ihm und sich selber so eine andere Rolle zuweisen. Das ist das menschliche am Menschen, ansonsten wäre die Haltung animalisch, d.h. tierisch. Der Mensch kann Rollen tauschen, Tiere nicht. Eine Maus bleibt Beute für die Katze. Dem Tier fehlt die Urhaltung vom wahr nehmen der Wahrnehmung.



Diese Erkenntnis und Einsicht öffnet einen Raum, in dem die Entwicklung des **Witness**, des Zeugen und Beobachters in uns, eine Chance bekommt.

Kultivierung des inneren Zeugen, Befreiung des ursprünglichen Selbst.

Weil ich für gewöhnlich den sogenannten inneren Zeugen oder **Witness** als etwas anderes, inneres oder äußeres, wahrnehme, bin ich unfrei. Unter Schichten von Bewusstseinsgiften begraben schlummert er im Verborgenen. Verwirklicht ist er die ungreifbare Instanz, die alles innere und äußere beobachten kann. Das wird als das reine Selbst oder göttliche wunschlose Bewusst-SEIN bezeichnet. Manche sagen „Ungrund“ oder *Gott-in-uns* dazu. Du bist weder Körper, Gefühle oder Gedanken. Freude und Leid, Schönes und Hässliches können der wahren Natur dieses Gewahrseins nichts anhaben. Daher gibt es keinen Grund, vor Leiden oder Freuden davon zu laufen. *Wenn Du traurig bist, weinst Du, in deiner Freude lachst Du. All das darf sein. Werde wieder lebendig.*



Gute Wege, die wir einschlagen können, gibt es viele, und wir werden von unzähligen Wegweisern verführt. Was zählt ist, dass wir einen Weg bewusst und achtsam gehen können, der unserem Wesen entspricht.

Witness ist ein Stehaufmännchen. Eine geerdete und ganz unten seiende, sich wieder aufrichtende Qualität. Handeln oder Nichthandeln, Erfolg oder Misserfolg werfen es nicht um.



Wie schnell und wie oft verlierst Du dich und wirst von Situationen oder Dingen vereinnahmt. Danach folgt die Ernüchterung, die Dir zeigt, dass Du dich wieder zu sehr identifiziert und verloren hast.

- Wege, die nicht Deine waren,
- Themen, die nicht interessant für Dich waren,
- Beziehungen, die zu einseitig waren,

führten zu Trägheit, Zerstreung oder Desorientierung.

Nichts bindet Dich wirklich. Daher musst Du der Welt nicht für immer entsagen. Die Welt braucht Jene, die ungebunden und weit - *in ihr aber nicht von ihr* - leben können, weil Nähe und Ferne, Zu- und Abneigung sie nicht eng und ängstlich werden lassen.



Menschen, die **Witness** erfahren und aus ihm heraus leben, gibt es schon immer. Sie alle haben die Klarheit und Kraft, in Weisheit und Liebe ihre lebendigen, hindernisreichen Wege zu gehen.

Sie vertrauten auf Gott, erkannten das Selbst, nahmen Vorwurfs- und bedingungslos ihren Lebensweg an, umschrieben und erdichteten das namenlos Transzendente, hielten weltlicher Gewalt stand, heilten und klärten auf.

Kraft ihres transzendenten Gewahrseins waren sie frei von auferlegten Bindungen und zugleich eins mit allem, was sie umgab. Herz und Geist verschmolzen in ihnen zu einer berührenden und ansteckenden Kraft.

Ich lasse mich gerne von ihnen infizieren und trage ihre Keime in mir. Ihre Fieber auslösende und reinigende Kraft befreit mich von seelischen Schlacken und hilft mir zu SEIN. Diese Chance haben Viele.



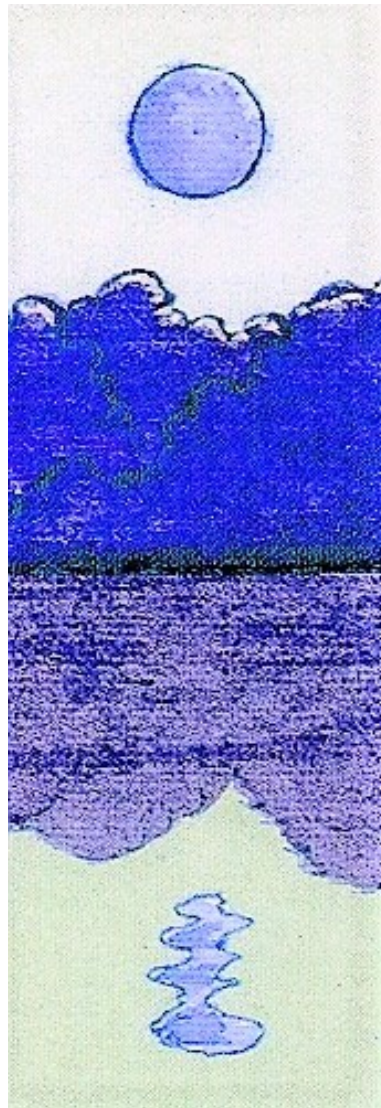
*Den Körper entfesseln und feiern,
im Gehen, in Bewegung und Tanz.*



*Gefühle befreien und achten,
im emotionsfokussierten Ausdruck.*



*Gedanken und Atem beobachten,
in Stille und sanfter Bewegung.*



*Erkennend,
dass
Sein
und
Nichtsein
sich
ständig
abwechseln,
finde
Frieden.*