

Konrad Pfaff

Flugblatt für dein Beflügeltsein auf und in der Reise

Erfahrungen machst du dein Leben lang, doch die Selbsterfahrungen kommen nicht von allein, die sollst du dazutun. Erfahrungen machst du in dieser unserer Reise auch, doch dass du sie mit deinem Ich-Selbst bewusst verbindest, prüfst und veränderst, das darf neu sein.

Es geht zuerst nicht um deine religiöse, metaphysische Stimmung, es geht nicht um Transzendenz, Gott, Allgeist, Leere, kosmische Energie, sondern einfach um dein Selbstbewusstsein und deine Selbst-Erkenntnis. Es geht auch nicht um Unbewusstheit, Fantasie, Inspiration, sondern um Erkenntnis über dich selbst.

Schaue dabei auch deine so genannten schlechten Erfahrungen an. Nimm deinen Alltag mit und alle Konflikte, doch auch das Glücken nimm mit in dein Reisegepäck. Daraus lernst deine Selbsterfahrung besonders gut.

Sortiere Phänomene und Probleme, und wirf einige vor der Reise fort.

Aus schlechten Erfahrungen können gute Selbsterfahrungen werden.
Nur so unbelastet-belastet wird deine Reise nützlich und konkret für dich.
Sie gewinnt einen neuen Sinn in dieser Reflexion.

Reflektiere und belichte, mache deine Erfahrungen klar, die du mitbringst und mache diese zu Selbsterfahrungen!

Oft wehren sich deine unangenehmen Gefühle gut, zu Selbstgefühlen zu werden.
Sie wollen dich weiter verneinen.

Selbstverneinung, Selbsterniedrigung ist meist eine stark befestigte Burg. Du musst sie angreifen und erobern. Deine Hauptfrage ist: wie mache ich aus Erfahrungen Selbsterfahrungen. Wie macht man das denn?

Nun, indem ich mich frage, was diese Erfahrungen denn für mich selbst gebracht haben. Haben sie einen kleinen Beitrag für meine Selbsterkenntnis gebracht oder waren es nur Bilder, Phänomene und Wissen ohne Sinn für mich?

Es ist wichtig und schön, Bilder, Vergangenheit, Niederlagen und Erfolge nachzuerleben. Doch nicht in diesen Erfahrungen liegt die Hauptaufgabe der Reise, sondern wie verbinde ich diese mit meinem Selbsterkennen?

Ich bin nicht auf die Reise ins Innere gekommen, um mich mit unnötigen Bildern zu verplempern und mit alltäglichen Sorgen oder gar mit Selbstverneinungen.

Ich will auch nicht mehr mit den Schatten der Vergangenheit Schattentboxen veranstalten. Dazu lernst du das erkämpfende Lernen, den lernenden Kampf. Das ist der Weg zur Erringung der Versöhnung und eines inneren Friedens. Wer sich anstrengt, bekommt ihn geschenkt. Wer auf „Gnade“ passiv wartet, verpasst sie sicher.

Vergiss nicht für dein körperliches Wohlfühl und deine Energie zu sorgen, für die Entspannung der Muskeln, der Nerven und des Herzens. Hab keine Angst vor Erschütterungen, sie werden ein guter energetischer Schub.

Deine Selbsterkenntnis wächst durch eine reflektierte Körpererfahrung, durch einen Gewinn der Klarheit, der Emotionen und durch ein Bewusstsein des Bewertens, Entscheidens und Wünschens.

Eine Entdeckung der eigenen inneren Natur ermöglicht erst Teilhabe und Genuss an der Schönheit der Schöpfung. Selbsterkenntnis wird lobende Dankbarkeit. Du bist nie allein, sondern stets verbunden mit allem Leben, aller Materie und Energie.

Die Entdeckung der Solidarität mit allen Menschen, mit dem potentiellen Bewusstsein ist Siegel deiner Selbsterkenntnis.

Hab auf der Reise kein Ziel, keine erzwungene Verantwortung. Mach dich aller Pflichten und Rollenzwänge ledig.

Vergiss die herrschende Moral und das Normale und Gewohnte dieser Gesellschaft, denn sonst kommst du auf dem Weg zum Selbst nie weiter in deiner Liebe.

Vergiss nie, deine Krisen, Erschütterungen und Zerrissenheiten zu begrüßen. Sie bringen dich weiter. Sie werden oft die Türen zur besten Selbsterfahrung.

Du kannst mit dir keinen selbsterkennenden Dialog führen, wenn du dich nicht als gespalten und zerrissen erlebst. Bejahe dies!

Ehre die Sprache, sie wird Krönung, Klarheit und Stabilisator deiner Selbstfindung. Benutze sie genau, differenziere, relativiere alle Vorkommnisse.

Versuche immer neu, dich zu lieben, deinen Körper zu achten, deine Lust zu begrüßen und dir Lob und Dank zu geben. Freue dich deiner Natur, sei Partner aller Natur.

Vergiss nicht alle Lernprozesse der Reise, alle Lustgewinne, und dass das Annehmen von Niederlagen stets Energieprozesse, d. h. Veränderungs- und Verwandlungsschritte sind. Energieprozesse beinhalten stets Kämpfe, Mutproben, Durchhalteversuche und Toleranz mit Fehlern und Schwächen. Der Mutige akzeptiert der Verwandlung wegen.

Das du dich traust, ist immer wichtiger als alles Überlegen, Fühlen und Fantasieren allein. Habe Mut zu dir selbst!

Deine Feigheit ist eine Versuchung des „Teufels“, sich zu drücken vor dem veränderten Lernen. Freue dich der Unterstützung durch Engel, Geister, Dämonen und Götter und nicht zuletzt der der Begleiter und Begleiterinnen.