

## Vergänglichkeit und die Leichtigkeit des Seins

*Ich will ein Gewinner sein, positiv und stark. Mein Leben soll ein Aufstieg sein! ...auf der Sonnenseite des Lebens geht's den Südhang rauf, das ist mein Plan, bis zum Ende. Ich streng mich an, beginne zu kämpfen, positiv denken! Nur nicht nachlassen! Ich sehe wie Andere, Bessere, mühelos an mir vorbeiziehen, immer nach oben, dort wo es schön ist, wo alle hinwollen. Ich kämpfe, beiße die Zähne zusammen, ich kann nicht mehr, bin am Ende, gebe auf.*

### Lebenszyklen

Die Natur lehrt uns, dass alles in Perioden kommt und geht, das Gesetz der Vergänglichkeit aller Dinge. Alles wächst, um sich dann wieder aufzulösen. Zwei Prozesse, getrennt nur durch die Illusion der Zeit. Überall wird uns dies gespiegelt. Planeten, Bäume, Nationen, politische Systeme, unser physischer Körper... alles geht auf und wieder unter. Gewinn und Verlust sind unvermeidlich im Leben eines Menschen:

„Da gibt es Perioden von Erfolg, in denen die Dinge auf dich zukommen und du aufblühst, und Perioden von Misserfolg, in denen sie vergehen, verschwinden, in denen du sie loslassen musst, um Platz für neue Erscheinungen zu machen oder um Transformation zu ermöglichen. Wenn Du an dem Punkt festhältst und Widerstand leistest, bedeutet es, dass du dich weigerst mit dem Fluss des Lebens zu gehen, und dass du leiden wirst.

Es ist nicht wahr, dass der aufsteigende Zyklus gut und der absteigende schlecht ist, außer in der Beurteilung durch unseren Verstand. Wachstum wird normalerweise als positiv angesehen, aber nichts kann immer nur wachsen. Wenn Wachstum, ganz gleich welcher Art für immer und immer fortschreiten würde, dann würde es früher oder später monströs und destruktiv. Auflösung ist notwendig, damit neues Wachstum entstehen kann. Das eine kann ohne das andere nicht existieren.“

Wer das Leben in seiner Tiefe erkennen will, für den ist der absteigende Zyklus essentiell, von größtem Wert. Eckhart Tolle spricht von *spiritueller Erkenntnis*: „Du musst auf irgendeiner Ebene zutiefst versagt oder einen tiefen Verlust oder Schmerz erlebt haben, um von der spirituellen Dimension angezogen zu werden. Oder vielleicht wurde gerade dein Erfolg leer und bedeutungslos und entpuppte sich so als Versagen. Versagen liegt in jedem Erfolg verborgen und Erfolg in jedem Versagen. In dieser Welt, also auf der Ebene der Form „versagt“ natürlich jeder früher oder später und jede Errungenschaft wird am Ende wieder zunichte gemacht. Alle Formen sind vergänglich.“ (Zitate von Eckhart Tolle, aus seinem Buch „Jetzt! Die Kraft der Gegenwart“)

*Herbst und Winter ist ein Absterben, das Leben zieht sich zurück ins Unsichtbare, in die Erde. Blüten und Blätter sind gefallen. Alles was so frisch und hoffnungsvoll im Frühling begonnen, im Sommer erblüht und Früchte trägt, fällt wieder in sich zusammen. Es ist der ewige Kreislauf von Geburt und Tod, Aufstieg und Fall. Die Natur gibt sich dem Kreislauf des Lebens hin, ohne Widerstand. Frühling, Sommer, Herbst und Winter. Jede Phase unendlich schön, Auf- und Abstieg ohne Unterschied. Das ist die Leichtigkeit des Seins.*

