

Béla Bartha

SEIN

Einfachheit ist Lebenskraft



Herausgeber: Wittgenstein Verlag ®
Fürstliche Sayn – Wittgenstein'sche
Treuhand – Vermögensverwaltung GmbH
www.wittgenstein-verlag.de
Autor: Béla Bartha

©Alle Rechte, auch die Autorenrechte, vorbehalten.
Copyright für Text und Fotos by Wittgenstein Verlag.
Lektorat: Dr.-Ing. Helmut Hassel, Feucht

Printed in Germany

1. Auflage 2015

ISBN 978-3-944354-43-9

Preis: 16,95 €

Vorwort

Dieses Buch ist gleichzeitig eine Erleuchtung und eine Erläuterung zu meinem ersten Buch: „Die Unermesslichkeit in uns“ ISBN: 978-3-944354-16-3, Preis: 6,95 €, ebenfalls im Wittgenstein Verlag erschienen.

Viele Leser möchten besser verstehen, was ich mit den Wegweisern meine. Ich betone es immer wieder, dass es nur sehr begrenzt möglich ist, das mit Worten zu beschreiben, auf was die Wegweiser hindeuten. Der Bereich, auf den sich dieses Buch bezieht, umfasst alle Lebensbereiche und Materien, wovon die Sprache nur ein winziger Aspekt ist. Deswegen ist es wichtig zu lernen, auf die Gefühle zu achten, denn die Gefühle sind die Essenz des Lebens und öffnen die Bereiche, die bis dahin durch den mentalen Lärm verdrängt worden sind. Das, was ich beschreibe, ist kein System oder keine Religion, welche man befolgen muss, um danach zu einem berechenbaren Ergebnis zu gelangen. Systeme reduzieren das wahre Leben auf eine eingengte, begrenzte Vorstellung einer oder mehrerer Personen. Früher oder später zerfallen alle Systeme, und ihre Schwächen kommen zum Vorschein. Das Leben lässt sich nicht einfangen und in eine bestimmte Form zwingen. Das Leben ist frei und ändert sich in jedem Moment.

**Angst ist die größte Blockade,
um mit dem Fluss des Lebens mit zufließen.**

Dieses Buch ist eine Lebensphilosophie und deutet auf den Fluss des Lebens hin, der in ständiger Wandlung ist und sich selbst auf verschiedenen Ebenen erfährt. In dem Moment wo man erkennt, dass jeder und alles in diesem Sein-Zustand existiert, in dem alles miteinander verbunden ist, beginnt man Verantwortung für die eigenen Taten zu übernehmen. Das Leben kann man

nicht festhalten und kontrollieren, man kann nur mitfließen, die Änderungen zulassen und die in uns entstehenden Blockaden loslassen. Manche verwickeln sich so tief in die eigenen negativen Gedanken, dass dadurch die Lebensenergie blockiert wird, die dann zu Frustration, innerer Unruhe und Krankheiten führen kann. Das Schwierigste im Leben ist, die Kontrolle abzugeben, loszulassen und die absolute Hingabe an den jetzigen Moment, mit der tiefsten Überzeugung und absolutem Vertrauen in das Leben. Mit dem "SEIN" möchte ich auf einen Zustand hindeuten, der die Quelle des Lebens ist, die Essenz aller Erscheinungen. Es ist etwas, was einfach da ist, immer und überall. Eine grenzenlose Existenz, die danach strebt, uns die Werte des Herzens sichtbar zu machen. Diese Existenz vermittelt ständig ein Gefühl von Loslassen, um zu erkennen wie es ist, einfach zu SEIN und mit absolutem Vertrauen dem Fluss des Lebens zu folgen. Je einfacher und bewusster wir denken, umso mehr öffnet sich für uns dieser SEIN-Zustand.

Mit Einfachheit meine ich:

- Nichts persönlich nehmen!
- Ereignisse aus der Vergangenheit erkennen, daraus lernen, aber nichts festhalten!
- Negative Erfahrungen nicht in die Zukunft projizieren!
- Keine Erwartungen haben, so kannst du auch nicht enttäuscht werden!
Denn Enttäuschungen erzeugen negative Gefühle, und diese ziehen wiederum negative Erfahrungen nach sich.
- Empfange den präsenten Moment immer mit voller Offenheit!

Wenn du einen Satz aussprichst und am Ende des Satzes bist, dann ist der Anfang schon Vergangenheit und ist nicht mehr zu ändern. Der präsente Moment ist immer kristallklar und der einzige Ort, wo überhaupt etwas existiert. Einfachheit durchbricht die alten festgefahrenen Gewohnheiten und Denkmuster, und das ermöglicht dir, das Leben immer in einer Frische zu erleben, die nur in diesem Moment zu erfahren ist. Die Gefühle sind die direkte und absolut ehrliche Verbindung mit dem SEIN.

Der Verstand versucht aber immer alles in bestimmte Begriffsfetzen zu zerlegen und alles zu erklären. Das, was für den Verstand nicht zu erklären ist, existiert für ihn auch nicht, und er sagt, es ist nicht real. Die bewusste Wahrnehmung von diesem Moment durch unsere Gefühle bringt den größten inneren Frieden und die Möglichkeit, den Verstand richtig zu benutzen. Anderenfalls benutzt der Verstand dich und nicht du deinen Verstand.

Wenn du dir dessen nicht bewusst bist, reagierst du auf bestimmte Situationen nur, um deinen Standpunkt zu verteidigen. Dadurch blockierst du dich und kannst dein wahres Selbst durch deine Gefühle nicht zum Ausdruck bringen. Lerne diesbezüglich großzügig und flexibel zu sein. Denn, je mehr man weiß, umso mehr kommt man zu der Erkenntnis, dass man nichts weiß. Das bestätigt, dass Gedanken niemals die Wahrheit erfassen können und sich immer nur im Kreis drehen, wenn es um den Sinn des Lebens geht. Nur durch Gefühle ist es möglich, in die Ebene des Unerklärlichen Zugang zu bekommen.

Dieses Buch weist auf Wege hin, die über das Denken hinausführen, dahin wo alles mit allem verbunden ist und nichts nur für sich alleine existiert. Der Kontakt zu dir selbst verblasst immer mehr, wenn du dich mit deinen Gedanken identifizierst und an negativen Denkmustern festhältst. Die meisten Menschen identi-

fizieren sich selbst voll und ganz nur mit ihrer mentalen Intelligenz und mit vergangenen Erfahrungen. Und so verpassen sie die unendliche Weite des Lebens. Sie denken, sie seien ihre Erfolge, Auszeichnungen oder materiellen Werte, und daraus bezieht sich ihr Lebenswert.

Aber all das ist nur so wie kleine Lichterscheinungen auf der Oberfläche des Wassers, die kommen und gehen.

Das Leben selbst, das auch dich beinhaltet, ist nichts was kommt und geht, sondern es ist immer.

Erkenne dein inneres Potenzial und durchbrich die sehr eingeeengte Denkweise, die dich im täglichen Leben begrenzt.

Deine Ängste und Blockaden können nur so lange existieren und dich beherrschen, wie du daran glaubst.

*Wegweiser
mit
Erklärungen*

*Wir alle sind ein Fenster
zur Unendlichkeit des Lebens.
Öffne dein Herz für den jetzigen Moment
und du erkennst dich selbst.*

Als du das Licht dieser Welt erblickst und deinen ersten Atemzug gemacht hast, hast du die Verbindung zu deinem Leben und deinen Erfahrungen auf diesem Planeten hergestellt. Seit diesem Moment schlägt dein Herz in einem bestimmten Rhythmus und hält dich am Leben. So wie dein Herzschlag funktioniert auch dein Atem. Du musst kein einziges Mal daran denken, um zu atmen, es geschieht einfach.

Wenn du auf alle deine körperlichen Funktionen achten müsstest, um am Leben zu bleiben, würdest du nicht lange überleben. Es ist etwas hinter allen Erscheinungen des Lebens, das man mit Worten nicht erfassen kann. Denn Worte sind zu sehr begrenzt, um etwas Unbegrenztes zu beschreiben. Es ist nur durch unsere Gefühle möglich, diesen allumfassenden Bereich wahrzunehmen.

Jeder Atemzug geschieht in diesem Moment und nicht in der Vergangenheit oder in der Zukunft, denn das Leben ist immer nur jetzt, in diesem Augenblick. Du musst dir diesen Moment bewusst machen, um das Leben nicht zu verpassen. Dieser Moment ist nicht die Situation, die gerade geschieht, sondern der Zustand, der es ermöglicht, dass dieser Moment geschehen kann.

*Positive Schwingungen
sind immer positive Gedanken
und bringen immer positive Erfahrungen.
Jeder einzelne positive Schritt,
welchen du für dich selbst machst,
ist zur gleichen Zeit ein positiver Schritt
für jeden um dich herum.*

Alles ist Schwingung in einer bestimmten Frequenz.

Den Sinn und die Größe dieser Frequenz bestimmen wir mit unseren Gefühlen.

Alle unsere Gedanken und Gefühle beeinflussen unser Leben und unser Umfeld. Alles was wir hören erreicht unsere Ohren in einer bestimmten Frequenz, und daraus setzt sich ein "Geräusch" zusammen, das wir Wort oder Satz nennen.

Alles was wir sehen ist eine bestimmte Schwingung, und unsere Augen machen daraus ein Bild.

Diese Schwingungen sind immer in Verbindung mit unseren Gedanken und Gefühlen. Es ist immer deine Entscheidung, in welche Richtung deine Lebenserfahrung gehen soll.

*Deine Ängste sind die unsichtbaren Mauern
zu innerer Harmonie.*

Deine Ängste und Selbstzweifel kommen aus vergangenen Erfahrungen, die deine jetzige Erfahrung beeinflussen, und diese Erfahrungen projizierst du möglicherweise auch in die Zukunft. Du musst dir bewusst werden, dass nichts aus der Vergangenheit Macht über dein Leben hat.

Wenn du aber negative Erfahrungen festhältst, blockierst du dich selbst in der Verwirklichung deiner Ziele und Träume.

Loslassen, Vergeben und Dankbarkeit sind Wege zu tiefster Zufriedenheit und Harmonie.

Der beste Zeitpunkt für alle deine Entscheidungen ist dieser Moment, denn Leben existiert und entfaltet sich immer nur jetzt.

Wenn du zum Beispiel einen Film anschaust, der schon vor dreißig Jahren gedreht wurde, entfalten sich deine Emotionen jetzt in diesem Moment. Du kannst nicht zurück in die Vergangenheit oder nach vorn in die Zukunft emotional werden. Du empfängst immer alles hier und jetzt, denn dies ist der einzige Ort, wo es Leben gibt.