

<http://integralesleben.org/il-home/il-integrales-leben/meditation/meditation-interaktiv/>

Ken Wilber - "Von Dir zur Unendlichkeit ..."

Einführung

Was nun folgt, ist eines der schönsten und effektivsten Hilfsmittel zur Erfahrung der radikalen, nicht-dualen Natur des Geistes.

Nenne es den "Großen Geist", "Brahman", "GEIST", "GOTT" oder einfach auch nur "Selbst" - diese Instruktionen, die sich als "Fingerzeig" verstehen, werden Deine Aufmerksamkeit auf den Teil von Dir lenken, der sich seiner selbst unbehindert bewusst ist - dieser ursprüngliche, immer schon erwachte Aspekt von Dir.

Der Text selbst ist einer E-Mail entnommen, die Ken Wilber an ein Mitglied des IN Teams geschickt hatte. Er wurde dann intern weiter verbreitet. Wir mögen ihn sehr, und Dir wird es vielleicht auch so gehen. Unserer Meinung nach entspringt die Kraft dieser Fingerzeig-Instruktionen der Wiederholung des eigenen Namens durch die Instruktionen.

Setze **Deinen eigenen Namen** im unten stehenden Feld ein, um diese Meditation zu personalisieren.

Es lohnt sich ...