



„Würden alle Menschen authentisch leben, dann wäre das Paradies in greifbarer Nähe. Aber die Übergangsphase wäre eine krasse Vorstellung.“

Wir hören und lesen bestimmt alle immer wieder, dass wir authentisch sein sollten, stimmt's? Einige befürchten, dass dann alle ausflippen werden oder glauben zu müssen um irgend etwas zu demonstrieren und dadurch ein regelrechtes Chaos ausbrechen würde. Andere, so wie ich zum Beispiel denken, dass es dann zuerst ziemlich dramatisch lustig und tränenreich wird bevor es in die große Erleichterung hineinführt.

Wir sind spirituell orientierte Menschen. Wir werfen mit Zitaten wie folgenden herum und glauben, dass wir doch ach so spirituell und schon lange dort angekommen sind. „Ich bin der ich Bin.“ „Sei einfach Du selbst:“ u. a. Daher sollten gerade wir der Sache etwas genauer auf den Grund gehen. Denn mal ganz ehrlich: Wer weiss denn schon wie er wirklich wäre, wenn er wirklich zu 100 % authentisch wäre? Ich behaupte, dass mindestens 99 % der spirituellen Menschen und 98 % aller anderen Menschen noch nicht einmal wirklich wissen, wer oder was sie sind. Ich meine jetzt nicht glauben, sondern wissen. Wissen meint, dass man es auch aus eigener Erfahrung kennt!

Natürlich glauben wir alle, uns selbst zu kennen. Aber alleine der Umstand, dass wir schon ein Leben lang mit uns zusammen verbringen ist noch kein Garant dafür, dass wir uns auch *wirklich* kennen. Wer nicht genügend tief und nicht mit den geeigneten Bewusstseinswerkzeugen an und in sich selbst forscht, gräbt und sucht, der wird stets nur knapp unter die Oberfläche blicken. Die meisten Menschen kennen sich nach ihrem ganzen Leben noch nicht. Ich sage dies nicht einfach so, aus dem Bauch heraus, sondern auf Grund meiner jahrzehntelanger Forschungen mit Tausenden Menschen. Wenn wir mal wirklich tief forschen, dann sind wir alle ganz anders als wir es bisher glaubten. Das Dumme an der Geschichte ist bloß, dass es uns selbst vermutlich auch trifft. Nicht jeder der das liest kann die Ausnahme sein. Es sind zwei oder drei vielleicht, und wenn, gehöre ich auch dazu? Na ja, nur weil ich diesen Text gerade verfasse heißt das lange noch nicht, dass ich nur deswegen schon die Ausnahme bin. Nur all zu gerne würde ich diesen Gedanken als Beleg für mich, dass ich die Ausnahme wäre, anführen. Aber Vorsicht! Ein Forscher ist nur dann ein echter Forscher, wenn er niemals damit aufhört tiefer zu schürfen.

Forscher haben keine Angst auf ihren Ausgrabungen auf Dinge zu stoßen, die unangenehm oder sogar problematisch wären. Wir finden keine Probleme, weil wir nach etwas ganz anderem Ausschau halten! Auf der echten Forschungsreise durch unser Bewusstsein gelangt man nie an einen definitiven Punkt. Und wenn, dann wird man über die Jahre hinweg bemerken, dass sich nahezu jede bisher gefundene Wahrheit über sich selbst relativiert. nun, was heißt denn also authentisch sein und vor allem, wie kann ich authentisch sein, wenn ich noch nicht einmal weiss, wer, was oder wie ich



denn *wirklich* bin? Hier gilt es unsere überhöhten Ansprüche beiseite zu lassen. Immer noch glauben nämlich viele von uns, sie müssten irgendwie perfekt sein um den Ansprüchen zu genügen authentisch sein zu können. Die meisten von uns schleppen nämlich noch gewisse Archetypen mit uns herum. Einige beziehen sich mit Sicherheit darauf wie wir glauben, dass ein ‚guter‘ Mensch zu sein hätte. Selbst wenn Dein Verstand jetzt gerade meint, dass Dich das nicht betrifft, ich zweifle daran. Das menschliche Bewusstsein und seine Persönlichkeit sind sehr, sehr vielschichtig und nicht ganz so leicht zu durchschauen wie wir es manchmal gerne hätten. Aber es macht Spaß sich so tief zu ergründen bis man jenen Punkt erreicht hat, wo sich die Dinge zweifellos unterscheiden lassen.

Aber eben, wie können wir jetzt authentisch sein und was bedeutet es?

Ganz einfach. Es bedeutet, ehrlich zu sein. Ganz ehrlich einfach das zu sein, was man heute ist. Nicht so, wie man es gerne wäre oder glaubt sein zu müssen nein, eben genau so wie wir sind. Mit allen

unseren Schwächen. Das heißt nicht, dass wir alle unsere Schwächen auch ausleben müssen um authentisch zu sein! Das glauben nur Dummköpfe. Authentisch sein ist keine Legitimation dafür alles machen zu dürfen was immer man will! Dies gäbe in der Tat ein Chaos. Authentisch sein bedeutet in dieser Hinsicht, dass ich auch meinen Schattenseiten die Erlaubnis gebe, da sein zu dürfen. Es geht hierbei um das zu respektieren was wahr ist. Was davon wir ausleben oder nicht, hat demnach nichts damit zu tun ob wir authentisch sind oder nicht. Die beste Definition für Authentisches Sein ist für mich diese: **Seinem Herzen zu folgen.**

Bevor wir uns darüber streiten, wer das tut und wer nicht, folgendes: Wer seinem Herzen wirklich folgt, dessen Leben wird sehr intensiv sein. Er ist ein glücklicher Mensch in nahezu jeder Situation. Er ist bereit Altes loszulassen. Arbeit, Freunde, Beziehungen, Wohnung und was auch immer. Denn wer seinem Herzen folgt und somit authentisch ist, wird es nicht mehr schaffen, die Unwahrheit zu leben. Damit schafft man sich selbstverständlich nicht unbedingt viele Freunde. Im Gegenteil. Denn obwohl immer alle behaupten, dass wir mit ihnen wirklich ehrlich sein können, will die Wahrheit, Deine Wahrheit, keiner hören. Über andere ja, aber über sich selbst... da sind viele Menschen sehr empfindlich drauf. Und ja, auch wir selbst gehören zu jenen. Auch wir hören nicht gerne die Wahrheit. Allerdings sind wir uns dessen – im besten Falle – zumindest bewusst. Wissen:

Nur wer seine Grenzen kennt, kann sie überschreiten nicht jener, der sich vormacht keine zu haben.

Authentisch zu sein bedeutet also in erster Linie, sich selbst nicht zu täuschen. Und dann braucht es viel Mut um das, was man *wirklich* ist – auch wenn dies nicht unserem Ideal entspricht – zu zeigen. Also noch mal: Zuerst rausfinden, wie man wirklich ist und dann ein vollkommener Ausdruck dessen zu sein. Diplomatie und Rücksicht ist hier nicht angebracht. Ich sage nicht, dass wir rücksichtslos sein sollen. Wenn wir so sind wie wir sind, dann ist dies mit Sicherheit nicht rücksichtslos, sondern ehrlich. Ehrlich zu sein braucht extrem viel Mut je nach dem, wie perfekt wir unser bisheriges Leben und Umfeld eingerichtet haben. Viel sind schon so verstrickt in kleinen und größeren Unwahrheiten und Arrangements, dass es wirklich eine große Leistung wäre, auf ehrlich umzustellen. Auf *richtig* ehrlich meine ich. Wem dies nun leicht zu sein scheint, der weiss nicht wovon ich spreche. Selbst für mich ist es noch eine tägliche Herausforderung. Nach Jahren immer noch. Mit der Zeit achtet man nämlich auf gewisse Details, die einem vorher nicht einmal bekannt waren. Ehrlich zu sein schärft die Selbstwahrnehmung ungemein! Das wäre mal ein wirklich spirituelles Training für uns alle! Bevor wir diese Übung nicht gemeistert haben nützt alles andere nicht viel. Jede spirituelle Praktik, jedes religiöse Ritual, jede esoterische Übung und jedes Amulett ist nahezu wirkungslos im Vergleich zu



echtem, ehrlichen und wahrhaftigem Authentisch-Sein. Das meine ich ultra ernst. Warum ich mir da so sicher bin? Weil alle anderen Disziplinen uns nur genau dafür vorbereiten.

Authentisch zu sein und anderen – wie auch mir selbst – in solcher Wahrhaftigkeit zu begegnen, ist wahre Liebe oder wie ich es auch nenne: Meisterschaft.

So viele Menschen, gerade spirituell ausgerichtete wähnen sich fortgeschritten aber sie sind nicht einmal dazu in der Lage, ehrlich zu sein. Ehrlichkeit klingt vielleicht nicht ganz so spirituell, aber es wäre in der Tat die höchste spirituelle Leistung. Ich persönlich kenne kaum ein Mensch der wirklich ehrlich ist. Nicht weil sie es nicht sein wollen oder gar glauben es zu sein. Aber keiner kennt sich gut genug um zu wissen, wie er in Wahrhaftigkeit wirklich wäre und noch weniger trauen sie sich dies zu leben. Immer wollen alle irgendeinem Bild entsprechen. Irgendeine Doktrin erfüllen oder einfach

besser dastehen als sie es sind. Was soll das bringen? Glaubt hier wirklich noch jemand, dass er dann mehr Liebe, mehr Kunden oder Sympathien bekommt? Schon mal beobachtet, wie schnell die alle wieder weg sind sobald sie Deinen kleinsten ‚Fehler‘ entdecken? Und das werden sie! Die Menschen mögen nämlich keine perfekten Vorbilder. Sie tun zwar so, aber tief in ihnen drin zeigt so ein Mensch einem nur die eigene Unzulänglichkeit auf und das mag keiner. Solche Widerstände sind übrigens oft transparent und werden nur von wenigen erkannt.

Da gibt es auch die andere Seite. Menschen die sich einen perfekten Meister wünschen und nur all zu gerne auf Gurus und vor allem Möchtegergurus abfahren. Sie wissen zwar nicht wohin die Reise geht, aber Hauptsache es sieht so aus wie man es sich selbst vorstellt. Aber eines kann ich sagen: Mir ist noch kein Mensch begegnet, der irgend jemandem gefolgt ist außer sich selbst, der Erleuchtung erfahren hat. Jeder Meister wird genau dasselbe sagen wie ich hier. Aber es ist leider nicht kalkulierbar, wie es ein anderer versteht und was er daraus macht.

Dabei ist es gar nicht schwierig! Sei doch einfach so, wie Du bist, ohne Dir Gedanken darüber zu machen, was die anderen sagen könnten und vermutlich auch werden. Du hast nichts Besseres zu bieten als das, was Du in diesem Moment gerade bist. Selbst wenn dies nicht oder noch nicht ideal ist, so ist es dennoch ehrlich und somit wertvoller als jede vorgespielte Lüge. So schön kann eine Lüge gar nicht sein, dass sie selbst der hässlichsten Wahrheit auch nur nahekommt! Beispiel: Eine original krumme Nase hält – im Gegenteil zu einer medizinisch perfektionierter Schönnase – wenigstens das was sie verspricht. Sie kann genau so sympathisch und attraktiv sein wenn sie zum Gesamtbild passt. Ein Original ist immer wertvoller als eine Kopie! Und wir alle sind Originale! Aber so lange Du Dich dafür schämst oder zu feige bist, Dich in Deiner Originalität zu zeigen, dann hast Du noch nicht begriffen, was ich hier sagen will. Aber es würde Dir gefallen! 😊

Ich sage damit nämlich nichts anderes, als: **Du bist wundervoll genau so, wie Du bist!**

Ich sehe keinen Grund dies verstecken zu müssen. Du bist, der Du Bist. Was kann daran verkehrt sein? Natürlich werden wir uns alle immer weiter entwickeln. Aber das heißt nicht automatisch, dass das, was wir gerade jetzt sind, nicht in Ordnung wäre! Wir sind in Ordnung! Und ja, auch Du bist in Ordnung!

Liebe ist: Dem anderen den Raum zu schaffen so sein zu können wie er ist.



Es wird immer Menschen geben die Dich mögen und andere. So lange wir aber nicht authentisch sind, mögen uns jene, die nicht wirklich uns, sondern unsere Lüge lieben. Das bedeutet, dass die Falschen uns mögen und die Falschen uns nicht mögen. Allerdings bestätigt auch hier die Ausnahme die Regel. Aber ich hoffe Du verstehst, was ich meine. Sobald Du Dich dafür entscheidest nur noch Du selbst zu sein, werden Dich viele sogenannte Freunde nicht mehr ganz so toll finden wie bisher. Du kannst Dich also auf Verlust einstellen. Andererseits kommen im selben Atemzug auch echte Freunde auf Dich zu. Du wirst also auch annehmen lernen dürfen. Beides, Loslassen und Annehmen verlangt offene Hände. Entspannung. Und wer ist wohl entspannter als einer der einfach nur sich selbst ist? Keiner!

Die Transformation

Wir können hier auch die gegenwärtige, weltweite Transformation anführen. Wie auch immer sich diese Transformation gestalten wird, worum geht es in letzter Konsequenz? Genau, um Ehrlichkeit und darum, dass keiner mehr verstecken kann wie er wirklich ist. So gesehen versteht sich folgende Aussage auf einem ganz anderen Level: Die Spreu trennt sich vom Weizen. Ja, auch unsere eigene Spreu trennt sich von uns. Will sich von uns trennen. Warum? Weil wir es bald nicht mehr aushalten immer etwas vorzuspielen was wir nicht sind. Die Menschen erwachen. Sie sind es leid sich dauernd anstrengen zu müssen um eine Rolle zu spielen welche ihren Platz in der Gesellschaft, Familie und nicht zuletzt auch ihr Einkommen zu sichern versucht.

Wenn die Herzen erwachen, dann wird es immer schwieriger nicht das zu leben, was man wirklich fühlt. Daher sage ich immer: Wenn Du wohlbehalten durch die kommenden Veränderungen hindurch kommen willst, dann folge der Stimme Deines Herzens! Kläre freiwillig alles, was es noch zu klären gibt. Ändere Deinen Kurs und umgib Dich mit Gleichgesinnten. Kultiviere Dein Herz und zelebriere Deine Originalität. Genieße sie! Lebe sie! Zeige sie! Denn das ist die Transformation die für uns alle geschehen wird, so oder so. Freiwillig ist dies viel angenehmer als es uns vom Leben bebringen zu lassen.

Ein aktuelles Beispiel ist ja gerade in Deutschland und andernorts zu sehen: Die Flüchtlinge. Man hätte durchaus absehen können, was die Regierungen da im Schilde führen aber nein, zuerst läßt man alle rein und dann erkennt man erst ihr wahres Gesicht. Nicht alle, aber leider die Mehrheit. Vor einigen Monaten hat mir diese Aussage viel Schimpf und Schande eingebracht. Aber heute verstehen die meisten, wie ich es gemeint habe. So ist es eben. Eine gute Methode um ein wenig klarer sehen zu können was da draußen in der Welt geschieht wäre, etwas genauer darüber Bescheid zu wissen was in mir selbst ist. Je klarer nämlich unser Blick nach innen ist, desto deutlicher sieht man auch das Außen. Alle die von den gegenwärtigen Umständen überrascht waren und sind leben noch nicht in innerer Klarheit. Wer selbst heute noch nicht erkennen kann, dass Merkels, Obamas und andere alles andere als unser Wohl im Auge haben, sollten endlich die Balken vor den eigenen Augen entfernen. Diese Balken sind übrigens nicht vor, sondern hinter den Augen. Es hilft nicht viel jetzt noch genauer ins Außen zu gehen. Jetzt ist die Zeit, die optimale Zeit um nach innen zu schauen, nach innen zu gehen und unsere hundertprozentige Authentizität und Wahrhaftigkeit zu manifestieren. Dies könnte der Anfang einer neuen Zeit sein welche man auf Grund der gegenwärtigen Weltsituation kaum für möglich halten wird. In Zeiten der Finsternis ist auch das Licht ganz nah! Die Frage ist einfach nur: Wie viel Mist muss noch geschehen bis es uns dermassen stinkt, dass wir automatisch wieder nach innen gehen? Wie penetrant und leidvoll wollen wir alles gedeihen lassen um zu erkennen und den Mut zu finden zu sagen: Ich spiele nicht mehr mit! Wie viel Leid brauchen wir um mit dem Leid aufzuhören welches wir uns in jedem Augenblick erschaffen wo wir nicht so sind wie wir *wirklich* sind? Die ganze Misere dient nur dazu, dass wir uns wieder bewusst werden wer wir sind. Wer dies schon weiss und meine Vorschläge hier bereits umgesetzt hat, der hat nichts zu



befürchten. An dem wird alles spurlos vorbei gehen. Denn dieser sitzt im Auge des Wirbelsturms und dort ist es bekanntlich sehr still.

Denkt bitte über meine Worte nach. Ihr kennt mich schon langsam. Ich formuliere mich meist so, als wäre ich über alles erhaben. Wer mich kennt weiss es jedoch besser. Ich bin bei weitem noch nicht dort, wo ich im Idealfall gerne wäre. Ich befinde mich inmitten desselben Prozesses wie alle Menschen. Aber wenn ich spreche oder schreibe, dann bin ich inspiriert oder ich schweige. Es ist nicht mein Kopf der spricht. Es ist mein Herz. Und jedesmal, wenn es Dich zu belehren scheint, belehrt es auch mich. Aber ich möchte es so authentisch wie möglich weitergeben, daher formuliere ich es nicht um. Ich achte nicht darauf, ob es richtig oder gut oder leicht annehmbar oder gut für meine Kundschaft ist oder nicht. Im Gegenteil! Ich denke oft, eigentlich ununterbrochen wie

überheblich ich damit rüberkomme und, dass es eine Anmassung ist so mit Dir zu reden. Verzeiht mir. Aber ich kann es mir nicht leisten Euch und mir selbst etwas vorzumachen, denn ich habe noch große Pläne. Diese lassen sich aber nicht verwirklichen, wenn ich nicht authentisch wäre und das, was aus meinem authentischen Geist entspringt, nicht genau so weiter zu geben wie es ist.

In diesem Sinne,

Bruno Würtenberger