

AUFWACHEN IM 21. JAHRHUNDERT

Die größte Herausforderung deines Lebens

Christian Meyer - Kamphausen

Der Weg zum Aufwachen scheint mit Widersprüchen gepflastert: Den Sprung in die glückselige Stille zum obersten Lebensziel künden - und gleichzeitig eine neue Haltung einnehmen, indem wir erkennen, dass es im Grunde des Seins niemanden gibt, der etwas erreichen kann. Im Dschungel der spirituellen und therapeutischen Angebote hat der Psychologe Christian Meyer sieben Schritte destilliert, die uns - gespeist aus Traditionen wie der Gestaltarbeit, Körpertherapie, Mystik, Aufstellungen und dem Enneagramm - in die Lage versetzen sollen, uns in jedem Moment aufs Neue ganz in unser Gefühl hineinfallen zu lassen, alle Ängste widerstandslos durchschreitend.

„Aufwachen in 21. Jahrhundert“ ist ein Buch mit vielen sehr hilfreichen Hinweisen, Anleitungen und Übungen, aber auch sehr komplex und anspruchsvoll. Einschlägige Erfahrungen mit dem Enneagramm sind für den/die LeserIn hilfreich, wenn er mit dem Buch – bzw. mit sich selbst - grundlegend weiter arbeiten will. Aber viele Anleitungen und Übungen können – wie gesagt – auch so schon sehr wirksam sein. Dabei erinnern mich zentrale ‚Techniken‘ an ‚The Journey‘ der Amerikanerin Brandon Bays aus den 90ziger Jahren.

Und das Buch ist für mich auch etwas widersprüchlich. Es geht darin z.B. um Konzepte wie Ichlosigkeit bzw. dass es da niemanden gibt der wirklich handelt - dass es etwas gibt, dass dich lebt. Oder um den Unterschied zwischen „praktischen“ und „psychische Gedanken“. Letztere nähren nur unser Ego in irgendeiner Form und verursachen letztendlich den ganzen Stress, den wir mit uns selbst haben. Die Unterzeile des Buches lautet „Die größte Herausforderung deines Lebens“. Wenn die vorausgegangenen Konzepte zutreffen, kann es keine „größte Herausforderung“ geben, weil es eben wieder nur ein Gedanke bzw. eine Anspruchshaltung ist (oder ist es eine weitere schöne Marketingformulierung für die Titelseite, die dem Buch selbst nicht gerecht wird?).

Christian Meyer



Aufwachen im 21. Jahrhundert

Die größte Herausforderung
deines Lebens

Mit einem Vorwort von Willigis Jäger

Manche Stellen im Buch hinterlassen bei mir den Eindruck, dass Meyer im Prozess mit seinen SchülerInnen bei bestimmten Entwicklungsschritten auch nur seine eigenen gedanklichen Konzepte/ Lösungen „anbietet“, anstatt fragend den Prozess weiter zu begleiten.

Eine Gespräch zwischen dem Journalisten Christian Salvesen und dem Autor über ‚Aufwachen im Christentum‘ und ‚Missverständnisse‘ (bei anderen spirituellen Lehrern) bringt Bewertungen und Bedeutungs-Interpretationen, die für mich ebenfalls im Widerspruch zu einem ‚erwachten Leben‘ stehen, weil sie für mich in diesem Kontext völlig überflüssig scheinen ...

Warum ich das Buch trotzdem empfehle? Weil es wirklich sehr hilfreiche und kraftvolle Hinweise beim ‚Weitergehen‘ des eigenen spirituellen Wegs geben kann.