

Lavanya Bretschneider befragt die Therapeuten Floriane Usener und Rani Willems zu den DiamondLogos Teachings, einem zeitgenössischen Weg der Selbstfindung.

Frage: Woher kommt die Essenz Lehre. Wo hat sie ihre Wurzeln und seit wann wird mit ihr gearbeitet? Besonders auch im Westen.

Rani: Die Lehren über Essenz können zurückverfolgt werden bis ins 12 Jahrhundert. Sie entstammen hauptsächlich der Sufi Tradition, doch auch im tibetischen Buddhismus und seinen wundervollen Gemälden der Gottheiten sind sie dargestellt. Oft erscheint hier die gleiche Gottheit in unterschiedlichen Farben als Hinweis auf eine ganz bestimmte Qualität von Essenz.

In den 60iger Jahren kamen der aus Kuwait stammenden Faisal Muqaddam und sein Freund A.H.Almaas in die USA um westliche Psychologie zu studieren. Dort erforschten sie auf das genaueste das Wesen ihrer psychologischen Verstrickungen und entdeckten dabei nicht nur ihre eigene wahre Natur, sondern erlebten auch die verschiedenen essentiellen Qualitäten und Substanzen mit all ihren Sinnen.

Erinnert an ihre eigenen spirituellen Wurzeln in der Sufi Tradition des Islam unternahmen sie ausgiebige Reisen in den Osten zu verschiedenen Sufi Meistern und vertieften zunehmend ihr Wissen um das essentielle Dasein des Menschen. Sie entwickelten in den 70iger Jahren den „Diamond Approach“ und gründeten die inzwischen weltweit bekannte Ridhwan Schule, in der sie die westliche Psychologie und das althergebrachte Wissen der östlichen Traditionen miteinander vereinten. In späteren Jahren gründete Faisal Muqaddam seine eigene Schule, die DiamondLogos Akademie.

Frage: Ist da jetzt nicht einfach nur wieder ein „neues Konzept“? Gibt es da auch Reifegrade und Meister usw.?

Rani: Wie ich es oben angedeutet habe, bauen die DiamondLogos Teachings ausschließlich auf tiefer Selbstbefragung und lebendiger Erfahrung auf. Sie entwickeln sich mit jedem Menschen, der sich ernsthaft mit ihnen befasst, weiter und sind eine fluktuierende Lebensform. „Reifegrade“ gibt es nur in dem Sinne des Umfangs der Erfahrung und Integration in das eigene Leben. Die DiamondLogos Teachings sind eine lebendige Art zu leben und können nur sehr bedingt konzeptuell erfasst werden.

Frage: Wenn es im Kern darum geht, wie fast alle Meister sagen „einfach“ nur im Moment zu sein, warum dann das Ganze?

Floriane: Weil wir uns eben nicht einfach nur im Moment sein lassen. „Einfach nur im Moment sein“ klingt gut. Versuch esjetztSiehst Du, kaum meinst Du mit dem „Hier und Jetzt“ im Einklang zu sein, hast Du es im nächsten Moment wieder verloren. Darum „das Ganze“. Zusätzlich nehmen wir uns übel, dass wir etwas nicht schaffen, was als „einfach“ betitelt wird, obwohl wir uns doch so sehr anstrengen. Das ist ein weites Thema, welchem sich DiamondLogos mit großer Aufmerksamkeit widmet.

Frage: Wie lange dauert es, bis ich diese Lehre für mich nutzen kann? Welchen zeitlichen Rahmen gibt es?

Floriane: Die DiamondLogos Teachings sind keine lineare Angelegenheit, es gibt in diesem Sinne keinen zeitlichen Rahmen mit Anfang und Ende. Sie vermitteln eine Öffnung in ein Leben, welches sich fortwährend entfaltet. „Nutzen“ können sie die Lehre bereits mit der ersten Übung, in der sie auf ganz einfache Weise beginnen, Hindernisse aus dem Weg zu räumen und somit Raum für das Erleben von Essenz schaffen.

Frage: Ist es sinnvoll mich auf diese Arbeit vorzubereiten? Gibt es Leseempfehlungen?

Floriane: Es gibt einige Bücher von A.H. Almaas, von denen als Anfangslektüre besonders die Serie des „Diamantenen Wegs des Herzens“ zu empfehlen ist. Es ist jedoch nicht notwendig, sich auf die Arbeit vorzubereiten. Das sollte jeder für sich selbst entscheiden. Ich, zum Beispiel, gehe gerne „unbedarft“ an eine Sache heran. Andere hingegen fühlen sich sicherer, wenn sie bereits einen „Vorgesmack“ haben.

Frage: Was unterscheidet die Essenz Arbeit von anderen Lehren oder Konzepten, wie Yoga, Zen, Advaita...

Rani: Gute Frage! Um sie ganz zu beantworten müsste ich über Yoga, Advaita und Zen ins Detail gehen. Das würde hier zu weit gehen. Um dir ein kurzes Beispiel zu geben: die Advaita Lehren betonen das Absolute als den höchste Zustand, den der Mensch erlangen kann, auch als Buddha Natur, Gott, usw. benannt. Im DiamondLogos hingegen anerkennen wir das absolute als die Quelle allen Seins und damit als Ausgangspunkt unserer Reise und nicht als Ziel. Das Grundverständnis des Diamondlogos ist, dass es eine „absolute“ Ebene des Seins gibt, in der alles mit allem verbunden ist, die Ebene der Ganzheit. Außerdem gibt es die „relative“ Ebene, die der Dualität und Bezogenheit, auch die materielle, körperhafte Ebene genannt. In dieser bewegen wir uns meistens. Ihr entstammt u.a. auch die Welt der Psychologie und Medizin. Es gibt noch eine weitere Dimension, die die DiamondLogos Teachings tiefgehend erforscht haben: die Ebene der Essenz. Essenz ist der subtile Körper unserer Seele. Wenn sie in uns fließt, erleben wir uns auf eine ganz bestimmte Weise körperhaft und ganz.

Die Realisierung unserer wahren Natur wird dahingehend verlagert, dass wir eine direkte gefühlte Empfindung unserer Natur erfahren. Wenn zum Beispiel die Essenz der Kraft in uns fließt, fühlen wir uns ohne jegliche Einschränkung energetisch, stark, bereit und entschlossen, wir spüren wie das Leben in unseren Adern pulsiert. Essenz verhilft uns zu einer natürlichen Art zu leben, in der wir es nicht mehr nötig haben uns fortlaufend zu beweisen und unser Ego aufzubauen. Auch hat Essenz heilende und transformierende Kraft. Die Essenz der Kraft zum Beispiel wandelt Aggressionen und Frustration in die genannten Fähigkeiten von Entschlossenheit und Vitalität.

Frage: Ist diese Arbeit mit einer religiösen Richtung verbunden?

Rani: Obwohl die Wurzeln des DiamondLogos im Sufismus liegen, gibt es keinerlei Anhaftung an diese oder irgendeine andere Religion. Die Arbeit ist offen für jeden mit oder ohne religiösen Hintergrund.

Frage: Wenn die Essenzen substantiell sind, kann man sie dann wissenschaftlich nachweisen? Ist das schon genauer untersucht worden? Von wem und wo?

Floriane: Leider nichts, das mir bekannt ist! Ich weiß lediglich, dass es wissenschaftliche Untersuchungen aus der Zellforschung gibt, die sich mit der Reaktion der Körperzellen auf verschiedene Farbbestrahlungen befassen. Man hat da erstaunliche Entdeckungen gemacht, die leider nur sehr spärlich veröffentlicht wurden. Die Gehirnforschung macht jedoch zur Zeit enorme Fortschritte, und es ist zu hoffen, dass wir in naher Zukunft mehr erfahren.

Frage: Wie kommt es, dass, wenn wir mit diesen Essenzen geboren wurden, sie jetzt nicht mehr da sind? Oder, wenn ich sie nie verloren habe, wo stecken sie denn jetzt, und wie kann ich sie wieder aktivieren? Oder ist das wie eine Drüse, die wieder anfängt zu arbeiten...?

Floriane: Letzteres kommt der Wahrheit sehr nahe. Man hat ja auch in der Hirnforschung festgestellt, dass ebenso wie negative Einflüsse die Aktivität der Hirnzellen einschränken, positive Einflüsse inaktive Hirnzellen reaktivieren. Wir haben unsere Essenz nicht verloren, sondern der Zugang ist versperrt. Meist behindern frühkindliche und auch vorgeburtliche Prägungen das natürliche Fließen von Essenz. Sind die Widerstände erst einmal erkannt und **mit allen Sinnen** verstanden, so beginnen die „Drüsen“ wieder ihre Aktivität aufzunehmen und wir spüren ihre heilende und Lebens bereichernde Wirkung, wie Rani ja bereits in einer vorhergehenden Frage am Beispiel der Essenz der Kraft beschrieben hat.

Frage: Wie seid ihr dieser Lehre begegnet, und seit wann arbeitet ihr damit?

Floriane: Ich bin Faisal und den DiamondLogos Teachings erstmalig 1997 begegnet. Damals hießen sie noch die „DiamondLogos Work“. Ich bewege mich seit 1975 in den Gefilden der Psychotherapie und östlichen Philosophie und in den letzten beiden Jahren vor meiner Begegnung mit Faisal fühlte ich mich auf meinem Weg frustriert und festgefahren. Wie so oft, hörte ich „zufällig“, dass ein spiritueller Lehrer und Psychotherapeut zum ersten Mal nach Europa kommt. Meine Frustration und Neugierde trieb mich und so landete ich in Faisals erster Gruppe in Europa. Ich hatte weder ein Buch von A.H. Almaas gelesen, noch irgendwelche konkrete Vorinformationen. Das ist jetzt 12 Jahre her, eine sehr „lehr-reiche“ Zeit. Die DiamondLogos Teachings flossen von Anfang an in meine therapeutische Arbeit mit ein, sind jedoch seit 5 Jahren zu einem Hauptbestandteil geworden. Durch sie hat nicht nur mein eigenes, sondern auch das Leben meiner Klienten an Reichtümern wie

Authentizität, Abenteuerlust, Durchsetzungskraft und Liebe gewonnen.

Rani: Ich hörte von diesen Lehren das erste mal 1998, direkt nachdem ich ein großes „Erwachen“ hatte. Ich fand sie damals faszinierend und gut, aber nicht von Relevanz für meinen Weg. Als ich 7 Jahre später realisieren musste, dass das Leben mehr verlangt als „niemand“ oder „nichts“ zu sein, erinnerte ich mich an Faisal. Damals war er der einzige in meinem Umfeld, der meine Fragen ganz genau verstand. Er half mir, die Einzelteile des Puzzles, welche mein „Erwachtsein“ in mir zurückgelassen hatte, zusammenzufügen, und ich verstand, dass das Ego viele Schichten des Erwachseins überlebt.

Seitdem sind die DiamondLogos Teachings zu einem alltäglichen Bestandteil, wie essen und trinken, geworden. Das bedeutet, dass mein Leben zu einem fortwährenden neugierigen Erforschen geworden ist, einer Selbsterkundung gefüllt mit Neugierde auf die Enthüllung des Mysteriums, welches ich bin. Dies übertrug sich natürlich unmittelbar auf meine therapeutische Arbeit, in der diese Art von körperbezogenen Selbsterkundung inzwischen zum primärer Fokus geworden ist. Ich kann seitdem auch bei meinen Klienten beobachten wie deren Essenz ohne Anstrengung zu fließen beginnt und sich so festgefahrenen Strukturen lösen.

Frage: Warum arbeitet ihr heute damit, nachdem ihr doch schon so viel anderes kennengelernt und unterrichtet habt. Was ist es genau, was euch überzeugt und begeistert an dieser Arbeit?

Floriane: Gerade weil ich so viel anderes kennengelernt habe, hat mich der Weg des DiamondLogos Teachings „überzeugt“. Es ist eine Art Lebensschule, die in ihrem integrierenden und lebensnahen Ansatz „die Dinge“ bei ihrem Namen nennt und an ihren Platz rückt. Das gefällt mir. Ich habe sowohl für mich als auch bei anderen erlebt wie sich die Einzelteile unserer Körper – Seele – Geist – Struktur zu einem großen Ganzen gefügt haben. Hierbei erforscht jeder eigenverantwortlich sein Lebenspuzzle, als Mensch unter Menschen, gemeinsam und doch für sich. Nach so etwas habe ich mich immer gesehnt. Es ist eine erwachsene und respektvolle Arbeit, in der im Feld des Großen Ganzen auf die Einzigartigkeit eines jeden besonderer Wert gelegt wird.

Rani: Ich glaube nicht, dass es die einzige gute Arbeit ist, die es gibt. Da draußen existieren viele wunderbare Lehren, doch keine von ihnen ist für mich so stimmig wie diese. Essenz gibt mir den Schlüssel zu einem Leben ohne Anstrengung. Sie hilft mir die rigiden Ego Strukturen aufzulösen um Raum zu schaffen für die gesunden und natürlichen Strukturen, die durch Essenz geschaffen werden, durch Qualitäten wie Vertrauen, Stärke, Frieden, Mitgefühl und Freude u.a..

Frage: Gibt es noch etwas Zusätzliches außer: Sehnsucht, Disziplin, Hingabefähigkeit?

Rani: Ja, zum einen sollte man eine Bereitschaft mitbringen, wach und aufmerksam für die körperlichen Empfindungen zu sein. Dies ist

notwendig, um den Fluss von Essenz wahrzunehmen und zu unterstützen. Zum anderen ist eine natürliche Neugierde wichtig, denn sie ist eine treibende Kraft für Selbsterfahrung und Transformation.

***Frage:** Warum, meint ihr, findet diese Lehre gerade jetzt so viel Verbreitung? Hat es vielleicht damit zu tun, dass nach der Euphorie der Satsang-Jahre und der Feststellung: „es gibt nichts zu tun“, eine gewisse Ernüchterung eingetreten ist? Dass die Menschen merken, dass es eine wunderbare Sache ist zu davon auszugehen, „Ich bin Das“, sich die Probleme im täglichen Leben aber trotzdem nicht lösen...?*

Floriane: Ja, das sehe ich auch so.

Ich glaube wir sind es leid geworden, der Karotte nachzulaufen und uns von anderen sagen zu lassen wo es lang geht. Wir suchen nach so etwas wie einem eigenen inneren Führer oder Leitfaden. Diesen zu entwickeln ist ein wichtiger Bestandteil der DiamondLogos Teachings. Außerdem sind sie eingebunden in das tägliche Leben und bieten eine Art Handwerkszeug für den Alltag.

Rani: Ich glaube diese Arbeit findet gegenwärtig so starke Verbreitung, weil so viele Sucher sich nicht mehr mit heißer Luft und sofortigen Versprechungen zufrieden geben. Viele von uns haben wunderbare „Erwachungs – Erlebnisse“ und Realisierungen gehabt, was für sich genommen phantastische Nachrichten sind. Vor 20 Jahren undenkbar! Aber ebenso fragen wir uns: und jetzt was?

Ich mag Faisals witzige Bemerkung diesbezüglich: Menschen, die ein „Erwachungs – Erlebniss“ gehabt haben, sind darüber so aufgeregt! Es ist als ob sie morgens zu jedem der es hören will rufen „Ich bin erwacht, ich bin erwacht!“ Doch nach dem morgendlichen Aufwachen haben wir einen ganzen Tag vor uns, der gelebt werden will....

Wir wissen noch nicht, wie wir in dieser neuen Realität leben können. Das Alte funktioniert nicht mehr und das Neue hat noch keine Form gefunden. Und so wie Floriane es bereits gesagt hat bieten hier die DiamondLogos Teachings eine Art innerer Führung, die uns hilft durch unser Leben zu navigieren.