Eckhart Tolle

Stille spricht

ECKHART TOLLE

Stille spricht

Wahres Sein berühren

Aus dem Amerikanischen von Erika Ifang

arkana

Die Originalausgabe erschien 2003
unter dem Titel »Stillness Speaks«
bei Namaste Publishing Inc., Vancouver, Kanada.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten,
so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung,
da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren
Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

FSC www.fsc.org
MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C014496

Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

13. Auflage
© 2003 Eckhart Tolle
© 2003 der deutschsprachigen Ausgabe
Arkana München,
in der Verlagsgruppe Random House GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München
Lektorat: Gerhard Juckoff
Satz: Barbara Rabus
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-442-33705-7
www.arkana-verlag.de

Besuchen Sie den Arkana Verlag im Netz
MOMENTS of Happiness LitLounge.tv SINN SUCHER

Inhalt

Einleitung 7

1 Äußere und innere Stille 11

2 Jenseits des Denkens 19

3 Das egozentrische Selbst 33

4 Das Jetzt 47

5 Wer du wirklich bist 57

6 Annehmen und Aufgeben 67

7 Die Natur 79

8 Beziehungen 89

9 Der Tod und das Unvergängliche 101

10 Das Leiden und die Aufhebung des Leidens . . 113

Einleitung

Ein wahrer spiritueller Lehrer hat nichts im herkömmlichen Sinne des Wortes zu lehren, er hat nichts, was er dir geben oder zufügen könnte wie zum Beispiel neue Informationen, Ansichten oder Verhaltensregeln. Die einzige Funktion eines solchen Lehrers besteht darin, dir zu helfen, das aus dem Weg zu räumen, was dich von der Wahrheit trennt – von der Wahrheit dessen, was du schon bist und was du in deinem tiefsten Wesen schon weißt. Der spirituelle Lehrer ist dazu da, dir diese Dimension der inneren Tiefe, des inneren Friedens zu zeigen und zu erschließen.

Wenn du bei einem spirituellen Lehrer – oder in diesem Buch – nach neuen Ideen, Theorien, Ansichten oder intellektuellen Erklärungen suchst, wirst du enttäuscht sein. Mit anderen Worten: Wenn du nach Geistesnahrung suchst, wirst du leer ausgehen und nicht zum Kern der Lehre, zur Essenz dieses Buches vordringen, die nicht in den Worten liegt, sondern in dir selbst.

Daran solltest du dich nach Möglichkeit erinnern, das solltest du fühlen, während du liest. Die Worte sind nichts weiter als Wegweiser. Das, wohin sie weisen, ist nicht im Bereich des Denkens zu finden, sondern ist eine Dimension deiner selbst, die viel tiefer reicht und unendlich weit über das Denken hinausgeht. Ein Merkmal dieser Dimension ist das Gefühl pulsierenden, lebendigen Friedens; wenn du also beim Lesen spürst, wie sich in dir Frieden ausbreitet, entfaltet das Buch seine Wirkung und erfüllt seine Funktion als Lehrer: Es erinnert dich daran, wer du bist, und weist dir den Weg nach Hause.

Dieses Buch sollte man nicht von vorn bis hinten lesen und dann weglegen. Lebe damit, nimm es immer wieder zur Hand und lass es vor allem häufig wieder sinken, oder halte es lange einfach in der Hand, statt darin zu lesen. Viele werden ganz von selbst nach jedem Abschnitt im Lesen innehalten, eine Pause machen, nachdenken und still werden. Es ist immer hilfreicher und wichtiger, mit dem Lesen aufzuhören, als weiterzulesen. Lass das Buch seine Wirkung entfalten, und lass dich von ihm aus den Geleisen deines festgefahrenen konditionierten Denkens herauslocken.

Mit diesem Buch möchte ich an die älteste spirituelle Überlieferung in moderner Form anknüpfen: an die

Sutren des alten Indiens. Sutren sind prägnante Hinweise auf die Wahrheit in Form von Aphorismen oder Sprüchen ohne lange Erklärungen. Die frühesten in Sutrenform überlieferten heiligen Lehren sind die Veden und die Upanishaden sowie die Lehrreden Buddhas. Auch die Predigten und Gleichnisse Jesu können, herausgelöst aus ihrem erzählenden Kontext, als Sutren betrachtet werden, und ebenso die tiefen Lehren des *Tao Te Ching*, des alten chinesischen Weisheitsbuches. Der Vorteil der Sutrenform ist die Kürze. Sutren beschäftigen den Verstand nicht länger als nötig. Was nicht gesagt oder nur angedeutet wird, ist wichtiger als das, was ausgesprochen wird. Die Sutrenartigkeit der Texte in diesem Buch wird besonders deutlich im ersten Kapitel über innere und äußere Stille, das lediglich extrem kurze Textpassagen enthält. In diesem Kapitel ist bereits die Essenz des gesamten Buches enthalten, und es wird dem einen oder anderen Leser vielleicht schon genügen. Die anderen Kapitel sind für diejenigen gedacht, die ein paar »Wegweiser« mehr brauchen.

Die Texte sind ebenso »heilig« wie die alten Sutren und entspringen einem Bewusstseinszustand, den wir Stille nennen können. Im Gegensatz zu den alten Sutren gehören sie jedoch keiner bestimmten Religion oder spirituellen Tradition an; vielmehr sind sie allen

Menschen unmittelbar zugänglich. Dabei ist eine gewisse Dringlichkeit zu spüren. Die Transformation des menschlichen Bewusstseins ist, salopp ausgedrückt, kein Luxus mehr, der nur wenigen Menschen hier und dort vergönnt wäre, sondern eine Notwendigkeit, wenn die Menschheit sich nicht selbst zerstören will. Derzeit nehmen die Krisen des alten Bewusstseins ebenso zu, wie sich die Entstehung des neuen Bewusstseins beschleunigt. Paradoxerweise wird alles schlechter und besser zugleich, nur dass das Schlechte stärker ins Auge fällt, weil es so viel »Lärm« macht.

Dieses Buch bedient sich natürlich der Sprache, und die Worte werden beim Leser zu Gedanken. Aber es sind keine gewöhnlichen Gedanken – schwatzhaft, eigensüchtig, laut und aufdringlich. Wie die alten Sutren und alle wahren spirituellen Lehrer zeigen die Gedanken dieses Buches nicht auf sich selbst und sagen: »Sieh mich an«, sondern sie sagen: »Sieh über mich hinaus«. Da die Gedanken der Stille entspringen, haben sie Kraft – die Kraft, dich in die Stille zurückzuführen, in der sie entstanden sind. Diese Stille ist zugleich auch innerer Frieden, und Stille und Frieden sind die Essenz deines Seins. Es ist die innere Stille, die die Welt retten und transformieren wird.

I
Äußere und innere Stille

Wenn du die Berührung mit der inneren Stille verlierst, verlierst du den Kontakt mit dir selbst. Wenn du den Kontakt mit dir selbst verlierst, verlierst du dich in der Welt.

Das innerste Selbstgefühl, das Gefühl dessen, der du bist, ist untrennbar mit Stille verbunden. Das ist das »Ich bin«, das tiefer ist als Namen und Formen.

Die Stille ist dein wahres Wesen. Was ist Stille? Stille ist der innere Raum oder das Gewahrsein, in dem zum Beispiel die Worte auf dieser Buchseite wahrgenommen und zu Gedanken werden. Ohne dieses Gewahrsein gäbe es keine Wahrnehmung, keine Gedanken, keine Welt.

Du bist dieses Gewahrsein in der Verkleidung einer Person.

Das Gegenstück zum äußeren Lärm ist der innere Lärm des Denkens. Das Gegenstück zur äußeren Stille ist innere Stille jenseits der Gedanken.

Wann immer um dich herum Stille herrscht, solltest du darauf lauschen. Ihr Aufmerksamkeit schenken. Auf die äußere Stille zu lauschen eröffnet dir die Dimension der Stille in dir selbst, denn nur durch die innere Stille kannst du der äußeren Stille gewahr werden.

Erkenne, dass du in dem Augenblick, in dem du die Stille um dich herum wahrnimmst, nicht denkst. Du bist dir der Stille bewusst, aber du denkst nicht.

arkana

UNVERKÄUFLICHE LESEPROBE

Eckhart Tolle

Stille spricht
Wahres Sein berühren

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 128 Seiten, 12,5 x 20,0 cm
ISBN: 978-3-442-33705-7

Arkana

Erscheinungstermin: September 2003

Innere Stille ist die Bedingung dafür, dass wir in Kontakt treten mit unserem wahren Sein. Wir müssen unsere Betriebsamkeit loslassen, um auf der Seinsebene anzukommen. In ”Stille spricht” behandelt Eckhart Tolle Themen wie ”Wer du wirklich bist”, ”Das ich-zentrierte Selbst” ”Sich in Beziehungen annehmen und hingeben”, ”Leiden und das Ende des Leidens” und ”Spirituelle Lehren”.

Was Eckhart Tolle sagt, ist kristallklar und so eingängig, dass man es wie selbstverständlich empfindet. Seine Worte entstammen einem Bereich jenseits konstruierender Philosophie; sein direkter Zugang zum wahren Sein begründet die Qualität seiner Texte und die von diesem bedeutenden Weisheitslehrer ausgehende Faszination.

Der Titel im Katalog