



# Woher weißt du, was gut und schlecht für dich ist?

der Beginn eines gemeinsamen Weges zum Auffinden der Antwort

Christoph Steinbach, jahna Bewusstsein

Seit Adam und Eva ist es eines der tiefsten Geheimnisse unseres Daseins:

## Was ist das Gute, Schlechte und Böse im Leben?

Unser Bewusstsein und die Möglichkeiten unseres Austauschs sind heute hoch entwickelt. Die Zeit scheint reif zu sein, den Weg zur Antwort auf diese Frage gemeinsam gehen zu können. Bist du ehrlich und entschlossen genug, etwas in dir Verborgenes aufzudecken?

Das Gute und Schlechte scheint für uns von hoher Bedeutung zu sein. Prüfe, wie oft du am Tag jemanden etwas als gut, schlecht, besser, schlechter oder in verwandter Art und Weise urteilen hörst und wie oft du dieses selbst tust. In der Erziehung scheint es kaum möglich, auf diese Worte zu verzichten. Die Medien scheinen Erziehung auch für Erwachsene fortsetzen zu wollen.

Unser Denken ist voller Moral, die Erlebtem, Zuständen, Ideen, Ausdrücken, Verhalten, Projekten und sogar Menschen, Gruppen und Institutionen die Worte <gut> und <schlecht> anhängt. Im Denken macht es weder Mühe noch Aufwand, ein beliebiges Ding, Wesen und Geschehen mit dem Etikett <gut> oder <schlecht> zu versehen.

Moral ist Gedachtes und Handeln aus diesem Gedachten heraus. Woher wissen wir, ob ein verhängtes Etikett wahr, richtig und stimmig ist?

Denken ist nur ein Zehntel unseres gesamten Erlebens. Die weiteren Ströme des Erlebens sind: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten, Körperempfinden, Fühlen, Spüren und (reines) Sein.

Hier ist der Beginn der Reise in dein eigenes Bewusstsein zur Antwort auf die Frage nach dem Guten und Schlechten:

## Was erlebst du wirklich als gut und schlecht?

Wäre <gut> und <schlecht> kein wahres Erleben, sondern nur zwei Worte im Denken, würde wohl kaum jemand so viel Aufhebens von der Unterscheidung zwischen beidem machen. Die erste Erkenntnis ist damit:

**Gut und schlecht ist ein wahres Erleben.**

Hinter den Worten <gut> und <schlecht> verbirgt sich im Wahrnehmen der eigenen inneren Welt mehr als nur das Haben eines Gedankens. Wenn du zustimmst, folgt eine Untersuchung und Betrachtung, die hohen Mut und Aufrichtigkeit von dir verlangt:



Halte in deinem Leben in einem Moment inne,  
in dem du Gutes oder Schlechtes erlebst.

Betrachte dein Erleben jetzt vollständig.

In welchem der zehn Ströme erlebst du das Gute oder Schlechte?

Ist <gut> und <schlecht> in den Lichtstrahlen zu finden, die in deine Augen einfallen? Im Schall, der in deine Ohren gelangt? Im Riechen? Im Schmecken? Ist es ein Ausdruck deines Körpers? Ist es ein Gefühlsausdruck? Ist dein Denken mal gut und mal schlecht? Spürst du das Gute und das Schlechte? Ist es in deiner Aufmerksamkeit, die mal hier und mal dort ist? Ist <gut> die Weite deines eigenen Bewusstseins und <schlecht> seine Zusammengezogenheit? Ist das reine Sein selbst mitunter gut und mitunter schlecht?

Erkenne das Gute und Schlechte in dir selbst, bevor du es «im Außen» suchst! Denn dieses führt zumeist nur ins Denken...

Um Gutes und Schlechtes im eigenen Erleben zu finden, ist es notwendig, das eigene Erleben wach und vollständig wahrzunehmen. Das jahna-Projekt ist vor allem diesem Zweck gewidmet.

**Erlebe dein Erleben bewusst!!!**

Unterstütze das jahna-Projekt, damit wir unser Erleben frei und wahrhaftig erforschen können. Damit das zweite jahna-Buch geschrieben werden kann, das den Weg und die Antworten, auch die auf die Frage nach dem Bösen, enthalten wird.

Viel Freude und Erfolg beim Erforschen eines Selbst!  
Kraft, Liebe und Licht auf deinem Weg...

