

Meditationen

1. Licht (Aufmerksamkeit) wirkt in Identität.
2. Jedes Objekt ist das Resultat einer Identität – die aufgehört hat zu sein.
3. Bedeutung ist geformtes Licht, frei von Materie.
4. Wir verstehen, was nicht mit den Sinnen wahrnehmbar ist: Bedeutung.
5. Jeder Inhalt entfacht die Frage: Wer erfährt ihn?
6. Licht ist formfrei.
7. Wir sind Geschenk und Beschenkte.
8. Durch Form zur Formfreiheit.
9. Ich bin alle Zeit eins mit allen Welten.
10. Alles ist jetzt.
11. Einst bedeutete «Baum» auch das Erfahren des Baumes.
12. Nur Licht tritt ins Bewusstsein, das selbst Licht ist.
13. Reines Gewahrsein führt zu (erkennendem) Fühlen.
14. Wir fühlen nur Gefühle.
15. Bilder bleiben nicht im Spiegel.
16. Dunkelheit wird von Licht erfahren.
17. Licht ist unabhängig von allem, das durch es beleuchtet wird: alles.
18. Das Subjekt ist nur jetzt.
19. Wir halten uns an dem fest, was wir nicht wissen.
20. Ist dies ein Gedanke?
21. Licht scheint durch sich selbst.
22. Das Ich-bin gewahrt das Licht.
23. Ich kann Denken, Fühlen, Wollen erfahren. Und mich selbst.
24. Dies ist Licht.
25. Bilder entstehen durch Sehen.
26. Gedanken, Bilder, alles verschwindet spurlos im Licht. Im Licht ist nichts.
27. Wo etwas ist, da ist jemand. Und wo nichts ist, da ist jemand.
28. Jede menschliche Fähigkeit führt zum Selbst.
29. Verstehen ist ohne Zeit.
30. Aufmerksamkeit sucht sich selbst.
31. Licht erfährt sich selbst im Menschen.
32. Liebe spricht.

33. Licht ist jenseits von Worten.
34. Liebe: Identität und Unterschied, das Wesen des Ich.
35. Das Selbst hat keine Teile.
36. Wenn Ideen kommen, können wir nicht denken. Wenn wir denken, kommen keine Ideen.
37. Das Licht sucht sich selbst, darum scheint es.
38. Ich bin die Tür.
39. Licht ist unbesiegbare Freude.
40. Echte Aufmerksamkeit ist Liebe.
41. Wahres Licht durchdringt alles.
42. Das Licht und unsere Wahrnehmung von ihm sind eins.
43. Konzentrierte Aufmerksamkeit ist unbewegt.
44. Wenn Licht sich selbst findet, vervielfacht sich sein Leuchten und singt.
45. Leerheit ist die Erfahrung des Ich: nicht dies und nicht das.
46. Je unbewegter, umso erkennender.