

Alles Glück ist in dir

© Bernd Helge Fritsch

Freud und Leid

Gewöhnlich ist der Mensch mit seinem Denken und Fühlen fixiert auf die Welt, wie diese seinen Sinnen erscheint. Was ihm gefällt, das macht ihn mehr oder weniger glücklich. Doch sehr Vieles gefällt ihm gar nicht. Zudem muss er feststellen, dass alles Schöne und Erfreuliche äußerst flüchtig ist. Immer wieder begegnen ihm unangenehme oder gar schmerzhaftere Ereignisse.

In der Regel gehen die Menschen davon aus, dass ihr Glück außen, in der sie umgebenden Welt, zu finden ist. Sie erwarten beglückende Gefühle durch einen idealen Partner, durch Geld, Besitztümer, Konsum, Partys, Reisen und so fort. Rastlos suchen sie auf verschiedenste Weise nach Befriedigung ihrer Sehnsüchte. Zugleich leben sie, oft unbewusst, in der Angst nicht genug Anerkennung und Liebe zu bekommen. Sie fürchten sich vor Verlust, Krankheit, Alter und Tod.

Gut und Böse - Denken

Was die meisten Menschen nicht wissen ist, dass es im Grunde weder gute noch schlechte Ereignisse gibt. „Gutes und Schlechtes“ entstehen nur in unserer Gedankenwelt. Der Ursprung all unserer Probleme wird schon im Alten Testament beschrieben. Adam und Eva aßen die Früchte vom „Baum der Unterscheidung von Gut und Böse“.

Damit fing der Mensch an die ursprünglich paradiesische Einheit und Vollkommenheit des Seins gedanklich aufzuspalten und damit zu zerstören. Statt die Harmonie und Schönheit des Universums wahrzunehmen, entwickelte er die Gewohnheit die Dinge voneinander zu unterscheiden und sodann die so gewonnenen „Bruchstücke“ als „gut oder schlecht“, „liebe ich oder bekämpfe ich“, „will ich oder befürchte ich“ zu unterscheiden.

Auf diese Weise entstand das Drama der Menschheit, welches selbst nach vielen tausend Jahren ständig neu und doch immer auf gleiche Weise auf der Bühne der Welt aufgeführt wird.

Es sind unsere duale Denkweise und unser Bewerten welche „Gut und Böse“ entstehen lassen. Pflanzen und Tiere können nicht denken. Für sie gibt es kein Gut und Böse. Sie folgen den Gesetzen der Natur. Sie beurteilen nicht, sondern reagieren so, wie es ihren angeborenen oder von Menschen anerzogenen Instinkten entspricht. Sie nehmen an „was ist“ und machen sich keine Gedanken über Vergangenes oder ihre Zukunft.

Alle Glückseligkeit ist in dir

Wenn sich für den Menschen etwas ereignet, das ihm Freude bereitet, so schließt er daraus, dass die Ursache für sein Glücksgefühl in diesem äußeren Ereignis begründet ist. Doch dabei unterliegt er einem gravierenden Beobachtungsfehler. Denn alle Glückseligkeit kommt niemals von außen, sondern entspringt unserem eigenen Sein. Dieses Sein, unser innerstes Wesen, besteht aus tiefem Frieden, aus reiner Freude, aus Schönheit und Vollkommenheit.

Allerdings ist unser Blick darauf normalerweise durch einen Schleier, gebildet aus Unwissenheit und Ego-Denken, verborgen. Nur selten gelingt es uns diesen Schleier lüften und damit einen kurzen Einblick in die Glückseligkeit unseres eigenen Wesens zu erhaschen.

Wie schon Goethe erkannt hat, existiert alle Schönheit nur im Auge des Betrachters. Ebenso findet sich all unser Glück nur in uns selbst und nirgendwo in der äußeren Welt. Deshalb bedeutet unser Bestreben anhaltende Glückseligkeit durch Veränderungen in der äußeren Welt zu erlangen, verlorene Liebesmüh und wird über kurz oder lang in Enttäuschung enden.

Die Welt - eine Projektion unserer Gedanken

Nicht nur „Gut und Böse“ entspringen unserem Denken. Alle Formen und Geschehnisse die uns in der Welt begegnen, existieren nur scheinbar außerhalb von uns. Sie sind tatsächlich nichts anderes als Projektionen unseres Verstandes. Unser Denken lässt uns die „Welt“ so erscheinen, wie wir sie wahrnehmen.

Weil fast alle Menschen, insbesondere was ihr Ego-Denken anbelangt, im Wesentlichen gleich gestrickt sind und daher annähernd gleiche Wahrnehmungen haben, bilden sie sich ein in einer objektiven „Realität“ zu leben.

Doch wenn wir genauer hinschauen, zeigt sich, dass jeder Mensch in seiner eigenen Vorstellungs-Welt lebt. Jeder Mensch kreierte durch sein Denken, durch seine Phantasie seine eigene Welt.

Glaubst du die Welt ist gut und vollkommen, so wird deine Welt gut und vollkommen sein. Beurteilst du dein Schicksal und dein Umfeld als schwierig und mangelhaft, so werden dir immer wieder Probleme begegnen. Die magische Kraft unserer Gedanken entscheidet, ob sich für uns die Welt als gut oder schlecht, erfreulich oder unerfreulich, gerecht oder ungerecht, vollkommen oder mangelhaft offenbart.

Alle unsere Sorgen und Ängste sind durch unser Denken selbst produziert. Auf diese Weise sind, mit wenigen Ausnahmen, alle Menschen Gefangene ihrer Gedanken. Sie leben in einer Phantasiewelt, ähnlich jener, die wir in unseren Träumen erschaffen.

Was du glaubst zu sein und wie du die Welt rund um dich beurteilst, bestimmt sogar deinen weiteren Weg nach dem Verlassen deines Körpers. Dein Denken formt dein künftiges Schicksal, deine nächste Inkarnation. Beobachte dein eigenes Verhalten und das der Menschen rund um dich und du wirst dies selbst erkennen.

Wer bin ich?

Um aus der Illusion unserer „Traumwelt“ zu erwachen und die dahinter verborgene Realität zu erkennen, bedarf es einer sorgfältigen Beobachtung unserer Gedanken. Wir sollten uns dabei immer wieder fragen: „Wer bin ich? Wer ist dieser Denker und Träumer? Woher kommen unsere Gedanken?“ Dabei gilt es tunlich zu unterlassen auf diese Fragen vorschnell zu antworten. Denn unser wahres Sein kann nicht mit unserem Verstand erfasst werden. Mit Worten können wir nur ausdrücken was oder wer wir „nicht“ sind. So zum Beispiel sind wir nicht unser Körper, unsere Emotionen oder unsere Gedanken. Sei dir bewusst: Wir „haben“ Gedanken und Gefühle, doch was wir haben, können wir nicht sein.

Um zu erkennen wer wir sind, müssen wir Eins sein, mit dem was wir sind. Das geht nur, wenn wir unser Denken beenden. Dann gibt es keine Spaltung mehr in ein Subjekt „Ich“ welches das Objekt „Ich“ beobachtet.

Allein in der gedanklichen Stille wird uns aus einer Dimension jenseits unseres normalen Verstandes „Einsicht“ in unser wirkliches Sein, in unsere Vollkommenheit und Glückseligkeit gegeben.

Im nächsten Essaybrief werden wir uns mit dem Sinn unseres Ego-Denken, mit unserer Befreiung davon und eingehend über den Zugang zu Weisheit und anhaltender Glückseligkeit befassen.

Mit herzlichem Gruß

Bernd

Alle bisherigen Essay-Briefe findest du auf unserer Homepage: www.berndhelgefritsch.com

Ich freue mich über jede Zuschrift, über Feedback, Fragen, Kritik und Anregungen. Werde gerne persönlich darauf antworten. Bitte an: office@berndhelgefritsch.com

Wenn dir meine Essay-Briefe gefallen, so bin ich dankbar, wenn du sie an deine Freunde weiterempfehlst! Das kostenlose Abo kann über die Office-Mailadresse oder über <http://www.berndhelgefritsch.com/rundbrief.html> bestellt werden.