

Furchtlos leben II

Thema: Tibetisch-Buddhistische Geistesschule

Johannes Romuald, Januar 2024 • InspirationsQuelle: Manfred Kellermann

*Hoffnung ist das Klebemittel der Lebens-Matrix,
Gewissheit erschüttert sie - gewährt Vollständigkeit.*
Jing-Ling Zhi

Dynamische Phänomene wie zum Beispiel Furcht oder Angst, haben ihre Wurzel in der Tatsache, dass ein nicht geschulter Verstand, sein Denken und Handeln aus dem Gefühl der Unvollständigkeit kreiert. Dieses Gefühl der Unvollkommenheit ist die Auswirkung des Nichtwissens über sich selbst und wie man funktioniert.

Individualität und Persönlichkeit definiert sich über das sinnlich aufgenommene Äußere; gleich ob Sprache, Ernährung, Wissen, Überzeugungen, Glaube, Beziehung, Begehren, Konsum, Lust, Sexualität u.s.w.. Es ist schrecklich ernüchternd, sich selbst als eine billige oder manchmal auch bemerkenswerte Kopie, als gespiegelte Äußerlichkeit, zu entdecken.

Wer sind wir dann, was bleibt von uns wenn Äußerlichkeit erlischt, sich das Gefühl von Gelähmtheit einstellt, wir uns in einen chaotischen Zustand von permanenter Unruhe wiederfinden und sich keine Fluchtmöglichkeit aus diesem Vakuum zeigt?

Die Ursache dieser krankmachenden Situation ist das Nichtwissen wer wir sind und wie wir funktionieren. Dieses Nichtwissen ist die Quelle all unsere Ängste, es ist Samsara, die äußerliche Suche etwas sein zu müssen. Buddha Shakyamuni lehrt in der *Dritten Edlen Wahrheit*: «Es gibt einen Pfad zur Vollständigkeit!» - einen Weg in die Furchtlosigkeit und Helligkeit.

Ein *erster* Einblick, wie aus Angst Furchtlosigkeit wird:

- "Schaffe ein Feld des Vertrauens zu dir selbst!"
- "Richte dich innerlich auf - halte dich an nichts fest!"
- "Richte den Blick in den Raum - löse den Focus auf Objekte!"
- "Imaginiere einen Lotus, der ein leuchtendes Juwel in sich birgt!"
- "Atme AUS, atme EIN - nimm und gib großzügig."

Fazit. Furchtlosigkeit steht im Verbund zu Mitgefühl und Freigiebigkeit, und will als Ganzheit verstanden und realisiert sein. Für Tölpel die in Unwissenheit verweilen möchten - die sogenannten "fühlenden Wesen" - gibt es dann auch jegliche Art des Trostes: weltlichen, sinnlichen und spirituellen!