



KAPITEL 1
DAS GLÜCK AN DER
FALSCHEN STELLE SUCHEN

Das Glück außerhalb unserer selbst suchen, das ist so, als wollte man Wolken mit dem Lasso fangen. Glück ist kein Ding. Glück ist eine innere Verfassung, sie muss gelebt werden. Mit weltlicher Macht oder Strategien des Reichwerdens hat noch niemand sein Glück gemacht. Alle Unrast kommt von der Orientierung des Bewusstseins nach außen. Und diese Unrast stellt sicher, dass Glück immer gerade außer Reichweite bleibt. Macht und Geld sind nur auf Zeit zu haben, sie sind keine Geistesverfassung. Sie verwässern das Glück, das jemand haben könnte. Ganz sicher steuern sie nichts dazu bei.

Wenn wir unsere Energien an alle möglichen Dinge verschwenden, bleibt uns immer weniger für irgendein bestimmtes Vorhaben. Zur Gewohnheit gewordene Sorgen und Nervosität langen mit Fangarmen aus der Tiefe des Unterbewusstseins nach uns, umschlingen unseren Geist mit Tentakeln und erdrücken allen inneren Frieden, den wir je gehabt haben mögen.

Wahres Glück ist niemals irgendwo außerhalb des Selbst zu finden. Wer es da sucht, ist wie einer, der Regenbogen einfangen möchte.



Unzählige Menschen erscheinen jeden Tag neu im Garten der Erde, kurzlebig wie Rosenblüten. In der Jugend öffnen sie Knospen der Hoffnung, erfüllt von allem, was das Leben verspricht, und nicken wie Blüten in jedem Windhauch, der Freuden der Sinne erwarten lässt. Die Blüten

verblassen, frohe Erwartung weicht der Enttäuschung. In der Dämmerung des Alters lassen sie die Köpfe hängen, grau, aller Illusionen beraubt.

Lass die Rose Symbol sein: Das beschriebene Schicksal erwartet alle, die ihr Leben nach den Bedürfnissen der Sinne ausrichten.

Den Blick nach innen gerichtet, betrachte genau, was es mit Sinnenfreuden wirklich auf sich hat. Schon während sie noch anhalten, fühlst du im Herzen den kalten Hauch des Zweifels und der Unsicherheit. Du klammerst dich daran, doch in der Tiefe weißt du bereits, dass die Sinne dich eines Tages verraten werden.

Bei näherer Betrachtung offenbart sich der Hohn, den das sinnliche Schwelgen seinen Jüngern eigentlich antut. Wo Freiheit zu winken scheint, herrscht in Wahrheit die Versklavung der Seele. Und der Ausweg liegt nicht, wie viele meinen, in immer noch mehr scheinbar so mühelosem Schwelgen; der Ausweg ist der steinige und beschwerliche Pfad der Selbstbeherrschung.



Wie schnell vergisst man, dass ein Luxusleben unmäßig viel Nerven- und Gehirnkraft verbraucht, was in der Folge die natürliche Lebensspanne verkürzt.

Der Materialist ist so ausschließlich damit beschäftigt, immer noch mehr Geld heranzuschaffen, dass er all den Komfort, den er sich davon leistet, kaum noch entspannt genießen kann.

Wie unbefriedigend dieses moderne Leben doch ist! Sieh dich um, betrachte die Menschen. Frag dich, ob sie wohl glücklich sind. Siehst du die Traurigkeit in so vielen Gesichtern? Den leeren Ausdruck in den Augen?

Das materialistische Leben lockt lächelnd mit seinen Versicherungen, aber wirklich sicher ist bei ihm nur eins: dass es jedes einzelne seiner Versprechen irgendwann bricht.



Je mehr der Mensch seine körperliche, geistige und spirituelle Nahrung in seiner Umgebung sucht und je weniger er auf seine eigenen Quellen im Innern blickt, desto mehr erschöpft er seine Energiereserven.



Materieller Reichtum ohne inneren Frieden ist wie langsame Verdursten mitten in einem See. Materielle Armut versucht jeder zu vermeiden, aber wirklich zu fürchten ist nur spirituelle Armut. Diese spirituelle Armut und nicht materieller Mangel ist die wahre Ursache aller menschlichen Leiden.



Der Naturwissenschaftler macht die Kräfte der Natur nutzbar, um damit die Umwelt des Menschen besser und

angenehmer zu gestalten. Der Wissenschaftler des Geistes wendet die Kräfte des Geistes an, um die Seele zu erleuchten.

Geistige Kraft weist dem Menschen den Weg zum inneren Glück, das ihn für äußere Unannehmlichkeiten unerreichbar macht.

Was denkst du, welcher der beiden Wissenschaftler einen größeren Dienst tut? Doch sicher der des Geistes.



Reine Liebe, heilige Freude, künstlerische Eingebung, Freundlichkeit, Weisheit, Frieden und Glück werden zuerst innerlich empfunden, in Geist und Herz, um sich dann über das Nervensystem dem Körper mitzuteilen. Fühle und erfasse die Größe der inneren Freude, und du wirst sie den flüchtigen Vergnügen des äußeren Lebens vorziehen.

Alle körperliche Lust ist oberflächlich und teilt sich dem Geist über das Nervensystem als Erfahrung mit. Ihr liebt diese äußere sinnliche Lust, weil sie das Erste ist, was euch erreicht – aber allzu leicht werdet ihr zu Gefangenen dieser Lust. Manche gewöhnen sich sogar an das Gefängnis. Wir Sterblichen neigen dazu, uns so sehr auf die äußeren Genüsse zu verlegen, dass die von innen kommende Freude ausgeschlossen bleibt.

Meist ist es doch so, dass die Sinne uns ein wenig vorübergehendes Glück verschaffen, am Ende aber doch nur Kummer und Leid übrig bleiben. Ein guter Lebenswandel und inneres Glück versprechen auf den ersten Blick nicht

so viel, aber auf lange Sicht schaffen sie dauerhaftes Glück. Dieses dauerhafte innere Glück der Seele nenne ich *Freude*, den vergänglichen Kitzel der Sinne dagegen *Vergnügen* oder *Lust*.

Dein Lebensumfeld und die Menschen, mit denen du dich umgibst, sind von größter Bedeutung. Besonders wichtig ist das Umfeld natürlich in den ersten Lebensjahren, in denen das Innenleben des Kindes Anregungen erfährt oder unterdrückt wird. Ein Kind tritt mit seiner ganz eigenen Innenwelt ins Leben, und wenn sein äußeres Umfeld dem entspricht, bekommt es Anregungen. Aber wenn die Umgebung, in die es hineingeboren wird, von ganz anderer Art ist, wird sein Innenleben wahrscheinlich unterdrückt werden. So kann ein Kind mit einer weniger günstigen Veranlagung durch ein gutes Umfeld zum Besseren gewandelt werden, und ein Kind mit guten Anlagen kann in einem fördernden Umfeld zu seiner wahren Größe heranwachsen.

Hast du je ernsthaft darüber nachgedacht, weshalb du trügerische und flüchtige Vergnügen dem dauerhaften Frieden und der Freude der Seele vorziehst, wie sie in der Meditation zu finden sind und durch Meditation immer noch größer und tiefer werden? Es liegt daran, dass du zuerst mit sinnlichen Freuden Bekanntschaft schließt und immer mehr davon möchtest, anstatt die wahre und große Freude zu suchen, die in der Meditation zu finden ist. Doch wenn du diese erhabene Freude einmal verstanden und empfunden hast, wird sie dir mehr bedeuten als alle flüchtige Lust der äußeren Welt.



Ein Mann, der in einem kalten Landstrich Alaskas zu Hause war, bekam einmal von einem Freund, der im kalifornischen Fresno lebte, süße Weintrauben geschickt. Er war so hingerissen von der unvergleichlichen Köstlichkeit dieser Trauben, dass er das kalte Alaska verließ, um sich in Fresno, einem wahren Trauben-Paradies, eine Arbeitsstelle zu suchen.

Dort angekommen wurde er von seinem Freund eingeladen, und eine junge Frau brachte ihm Trauben von der Sorte, die er so liebte. Er war außer sich vor Wonne, verschlang sie im Handumdrehen und platzte heraus: „Oh, ich bin ja so aus tiefster Seele dankbar, ich habe sogar Alaska um dieser Trauben willen verlassen.“

„Sie können so viele Trauben haben, wie Sie möchten“, sagte die junge Dame. „Ich besitze nämlich eine Wein-Ranch und werde Ihnen täglich welche bringen.“

Und tatsächlich, am nächsten Tag stand sie bei dem trau-benseligen Mann mit einer großen Menge der Früchte vor der Tür. Der kam gähmend heraus, er hatte die Trauben vom Vorabend noch nicht vollständig verdaut, aber er freute sich auf die Aussicht, an diesem Tage wieder in Trauben schwelgen zu können.

„Oh, wie herrlich, so viele Trauben, was für ein Glückspilz ich doch bin, tausend Dank“, rief er begeistert. Höflicherweise probierte er gleich ein paar Trauben, obwohl ihm noch nicht so recht danach war. Als die junge Dame gegangen war, betrachtete er seine Trauben mit gierigen

Blicken und konnte sich nicht sattsehen. Kaum eine Stunde verging, da fing er schon wieder an, Trauben zu naschen, und er aß den ganzen Tag Trauben, Trauben, Trauben.

In aller Herrgottsfrühe des nächsten Tages stand die junge Frau wieder mit einer Ladung erlesener Weintrauben da und rief unseren Traubenfreund. Sehr verschlafen und mit leicht gedämpfter Begeisterung, auch fast ein wenig verdrossen wegen der allzu frühen Störung, dann aber doch freundlich lächelnd begrüßte er die Dame und die Trauben: „Oh, guten Morgen, liebe Freundin, und vielen Dank für die schönen Trauben.“

Das wiederholte sich am nächsten Morgen und wieder sehr früh. Diesmal wirkte das Lächeln unseres Traubenfreundes schon ein wenig aufgesetzt, als er sagte: „Lieb von Ihnen, dass Sie mir diese Trauben bringen, aber ich habe noch welche von gestern.“

Doch am nächsten Morgen stand sie wieder mit einer schönen Menge Trauben da. Mit großer Mühe raffte er sich auf, um zur Tür zu gehen. Er grüßte höflich, aber ohne Lächeln, und sagte: „Oh, wieder Trauben. Nett, dass Sie sie bringen, aber ich habe noch genug.“

Aber sie glaubte ihm nicht, sie dachte, es handle sich um falsche Bescheidenheit, und brachte am nächsten Morgen eine noch größere Menge Trauben. Sie klopfte an und rief unseren Freund, und der sprang aus dem Bett, als sähe er Gespenster. Er schrie: „Großer Gott, Trauben, Trauben, schon wieder Trauben! O nein!!“ Die junge Dame lächelte nur. Jetzt konnte sie sicher sein, dass er nie wieder Trauben würde haben wollen. Sie waren nämlich ihr Geschäft.

Zu viel, wovon auch immer, schadet nur. Wie herrlich etwas auch sein mag, sobald man es mit Gewalt zu genießen versucht, gibt es keinen Genuss mehr her und wird zur Plage.

Denk also daran, weder dem Essen noch dem Schlafen noch der Arbeit noch gemeinsamen Freizeitaktivitäten oder irgendetwas anderem übermäßig zu frönen. Wie schön es auch sein mag, ein Zuviel macht dich nur unglücklich.



Eines ist sehr wichtig: Unterscheide zwischen deinen Bedürfnissen und deinen Wünschen. Echte Bedürfnisse gibt es nicht viele, aber der Zahl der Wünsche sind keine Grenzen gesetzt. Wenn du Frieden und Glück möchtest, kümmere dich nur um deine Bedürfnisse. Hör auf, immer neue Wünsche in dir wachzurufen und den Irrlichtern eines falschen Glücks nachzulaufen. Je mehr du das Glück in den Dingen ringsum suchst, desto weniger Glück wirst du finden.



Luxus und das Verlangen danach sind der sichere Weg ins Unglück. Lass dich nicht zum Sklaven von Dingen und Habseligkeiten machen. Schneide selbst deine Bedürfnisse auf das wirklich Notwendige zurück. Nutze deine Zeit für die Suche nach dauerhaftem Glück, nach Seligkeit. Die unwandelbare, unsterbliche Seele ist unsichtbar hinter den

Schleiern deines Bewusstseins verborgen, in denen düstere Bilder von Krankheit, Misserfolg und Tod wabern. Hebe den Schleier dieses scheinbar ständig wechselnden Geschehens und suche den sicheren Boden deines unwandelbaren wahren Wesens. Lass dein wankelmütiges Bewusstsein auf dem Thron des Unwandelbaren und der Stille in dir – dem Thron Gottes – zur Ruhe kommen. Deine Seele wird dir Glückseligkeit bescheren, Tag und Nacht.

Selbstbeherrschung, einfaches Leben und hochherzige Gedanken, geringe Ausgaben für dich selbst, auch wenn du gut verdienst – das sind die Dinge, die dein Glück sichern. Bemühe dich ruhig um mehr Einnahmen, damit du für andere die Hilfe zur Selbsthilfe sein kannst. Eines der ungeschriebenen Gesetze des Lebens lautet: Wer anderen zu Wohlstand und Glück verhilft, wird selbst nie ohne Hilfe sein und immer mehr Fülle und Glück finden. Es ist das unverbrüchliche Gesetz des Glücks. Ist es nicht besser, einfach und bedürfnislos zu leben und dafür reich an wahrer Wirklichkeit zu sein?



Verlorenes Glück ist nicht in materiellen Dingen wiederzufinden, einfach deshalb, weil sie nur unechtes Behagen zu bieten vermögen. Wenn der Mensch die göttliche Glückseligkeit im Innern aus den Augen verloren hat, versucht er in den eingebildeten Freuden der Sinne einen Ersatz zu finden. Doch das Bedürfnis ist so nicht zu befriedigen, denn in der Tiefe weiß er noch um sein früheres überirdisches