

## Muttertag

=====

Vater werden ist nicht schwer,  
Vater und Mutter sein, umso mehr,  
ziemlich schwer.

Normalerweise ist der Verlauf eines irdischen menschl. Lebens so: Kindheit und Jugendzeit: Lernen, um als Erwachsener selbständig in dieser Welt leben zu können. Zeit der Berufstätigkeit (Hausfrau und Mutter gilt auch als Beruf), Zeit des Rentners

Wenn eine Frau und ein Mann sich verlieben und sich diese Liebe sich gefestigt hat, dann möchten diese ihr Leben gemeinsam verbringen und heiraten. Beim Heiraten versprechen sie sich gegenseitig Treue und gegenseitigen seelischen Beistand und Liebe in guten und schlechten Zeiten.

Wenn ein Ehepaar noch zusätzlich kirchl. heiratet, dann geben sie damit zum Ausdruck, das ihre Ehe eine heilige Angelegenheit ist. Viele Ehen gehen wieder kaputt, weil viele Menschen nicht erwachsen und reif genug bzw. nicht sozial fähig sind, eine Ehe dauerhaft zu führen.

Im Laufe einer Ehe entwickeln sich Frau und Mann weiter und zwar auch charakterlich. Leider nicht immer zum Besseren hin. Interessen und Hobbies ändern sich. Toleranz, Rücksichtnahme und Kompromisse schliessen kommt dann öfters vor. Normalerweise sind die Prioritäten innerhalb der Ehe so: An oberster Stelle steht das Ehepaar. Dann folgt in jeder Ehe unterschiedliche

## Reihenfolge:

z.B. Beruf, Hobbies, Religion

Die Reihenfolge ändert sich im Verlauf einer Ehe: zum Beispiel wenn ein Baby zur Welt kommt: Dann steht an zweiter Stelle das Kind, solange bis es selbständig geworden ist. Das Ehepaar und insbesondere die Mutter tragen nun eine größere Verantwortung.

Da die Belastung der Mutter doch sehr hoch ist, wurde ein Ehrentag für die Mutter eingerichtet. Diesen sogenannten Muttertag können die Kinder und der Vater benutzen, um der Mutter für ihre aufopfernde Fürsorge und Mutterliebe zu danken.

Dieser Tag soll aber auch die Kinder und den Vater daran erinnern, der Mutter in ihrer Rolle als Mutter täglich zu helfen und zu unterstützen.

Wenn die Kinder ihre Mutter lieben und der Vater weiterhin seine Ehefrau liebt, werden diese dies aus eigenen Antrieb heraus tun.

Die Belastung der Mutter wird noch größer, wenn diese alleinerziehend ist und die Kinder krank, undankbar oder schwer erziehbar sind.

Nachbarn, Bekannte, Verwandte, Freunde sollten hier hilfsbereit sein.

Erst in der Not und wenn es Probleme gibt, zeigt sich, wer die wirklichen Freunde sind.

Wer keine Freunde hat, oder verliert, kann welche finden.

## Lebensweisheiten:

Es ist nun leider einmal so, das wir in einer unvollkommenen, vergänglichen und ungerechten Welt leben. Unsere Aufgabe besteht darin, im Leben zurecht zu kommen.

Seelischen Halt finden wir bei unseren Mitmenschen immer nur vorübergehend.

Wir müssen uns also einen fehlenden Halt uns selber geben. Einen Teil des Haltes

finden wir auch in der Religion. Im Leben nicht zu verzweifeln und weiter zu kämpfen, und das es sich lohnt, den Ansporn dazu gibt uns der Sinn des Lebens

(siehe universelle Antwort auf die Frage zum Sinn des Lebens)

Der Mensch ist ein soziales Wesen. Ein andauerndes Leben in Einsamkeit wäre unerträglich und eigentlich sinnlos. Ein vorübergehender Rückzug in Einsamkeit kann jedoch heilsam sein, erfordert jedoch ein hohes Maß an Selbstdisziplin.

## Universale Antwort auf die Frage nach dem Sinn des Lebens (SDL)

---

1 Die Frage nach dem SDL ist eigentlich die Frage nach einem sinnvollem Leben.

2 Um die Frage nach dem SDL beantworten zu können, müssen wir wissen, wie man eine Wahrheit findet und deswegen Wissen haben über die verschiedene Arten von Wahrheit: relative Wahrheit, absolute Wahrheit, konventionelle Wahrheit, religiöse Wahrheit, vier edle Wahrheiten, höchste Wahrheit.

3 Erst dann erkennen wir, das wir die Freiheit haben, uns selbst einen Sinn geben zu können.

4 Um uns einen vernünftigen Sinn geben zu können, benötigen wir Weisheit, Vernunft, Liebe und gesunden Menschenverstand. Der höhere Sinn läßt sich nur erkennen, wenn wir eine noch höhere Bewußtseinsstufe erlangt haben.

5 Die Frage, ob es einen höherenSDL gibt, ist bereits ein Kennzeichen für ein erweitertes Bewußtsein.

6 Der wahre höhere Sinn ist erkennbar bzw. erschließt sich, wenn wir danach suchen und ist im Grunde ein Ergebnis von Wahrheit, Weisheit, Vernunft, Liebe, Verstand, Unterscheidungsvermögen, Gerechtigkeitssinn und Religion.

7 Den Sinn, den wir uns selbst geben können, ist nur dann vernünftig und sinnvoll, wenn er dem höheren Sinn zuträglich/förderlich/nützlich ist.

8 Nur wenn wir uns selber um den höheren Sinn bemühen, werden wir fähig, zwischen den wahren höheren Sinn und einen von anderen vorgegaukelten angeblichen höheren Sinn zu unterscheiden.

9 Nur die kritische unvoreingenommene Auseinandersetzung mit diesem Thema führt zum Erfolg

( Der Zweifel ist der erste Schritt zur Erkenntnis der Wahrheit).

10 Ohne Unterscheidungsvermögen läßt sich nicht beurteilen, was Recht und Unrecht ist. Ohne höhere Bewußtseinsstufe kann die Frage nach dem höherenSDL gar nicht beantwortet werden, kann nicht zwischen Recht und Unrecht unterschieden werden,

kann nicht zwischen Wirklichkeit und Unwirklichkeit unterschieden werden.

11 Die Hindernisse zur richtigen Erkenntnis sind Gier, Haß, Unwissenheit, Verblendung und andere Wesen, die verhindern wollen, das wir richtig erkennen.

12 Wir leben nicht um zu arbeiten, sondern wir arbeiten um zu leben.

13a Sinnvoll im diesseitigen Leben ist zunächst einmal, ein angenehmes gesundes und sorgenfreies Leben führen zu können und zwar möglichst nicht auf Kosten anderer.

13b Eine weitere sinnvolle Tat ist dann, für die Nachfahren ein besseres oder zumindest gleichgutes irdisches Leben zu ermöglichen. Insofern können die Nachfahren den Vorfahren dankbar sein für die bisher dafür geleisteten Bemühungen.

Botschaft der Vorfahren an die Nachfahren:  
Wehret den Anfängen ! Werdet nicht hörig, nicht zu Marionetten und lasst euch nicht entmündigen. Lasst euch die Demokratie nicht wieder wegnehmen ! Lasst euch die Menschenrechte nicht wieder wegnehmen ! Lasst euch die Meinungsfreiheit nicht wieder wegnehmen ! Lasst euch die Gleichberechtigung von Mann und Frau nicht wieder wegnehmen ! Lasst euch eure Freiheiten nicht wieder wegnehmen ! All diese Freiheiten wurden von unseren Vorfahren unter grossen Opfern erkämpft ! Seit wachsam und achtsam !

13c Ein höheres Ziel ist dann die Verewigung vergänglicher Seelen

(Religion=Rückbindung an das ewige Sein bzw. Anschirren/Anbindung an ein Himmel/Gott)

14 (13a+13b) sind förderlich für (13c).

(13c) ohne (13a+13b) ist egoistisch, rücksichtslos und weltfremd.

15 Der Mensch ist nicht für die Maschine da, sondern die Maschine für den Menschen. Ziel des techn.Fortschritts ist eigentlich, das die Maschinen und Computer allen Menschen ihr Leben erleichtert.

16 Das Beste, was die Menschheit hervorgebracht hat, sind die Menschenrechte, Tierrechte und Umweltrechte.

Dies konnte nur entstehen durch die vernünftige Liebe zu den Menschen, Tieren und Umwelt. Unvernünftige Liebe ist z.B. die Liebe zu etwas, was zerstörerisch ist.

17 Zur philosophischen Frage, ob der Mensch letztendlich einen freien Willen hat( Willensfreiheit, Selbstbestimmung): Solange ein Mensch sich von seinen Gefühlen, Trieben, Gier, Haß und Egoismus zu sehr beherrschen läßt, er also nicht einmal darüber Herr über sich selbst ist, kann er von daher schon mal keinen freien Willen haben und ist nur ein Sklave seiner Sinne und Triebe. Wenn er den inneren Schweinehund überwunden hat, läßt sich ein freier Wille nur dann entwickeln, wenn er einen freien Geist hat, also nicht unwissend ist und keiner geistigen Verblendung erlegen ist und sich von schlechten unheilsamen geistigen Beeinflussungen befreit hat.

18 Nur Diktatoren, Tyrannen und Unterdrücker wollen den Menschen einreden, sie könnten keinen freien Willen haben, um die Menschen für ihre Zwecke mißbrauchen zu können.

19 Des Menschen Wille ist sein  
Himmelreich(geflügeltes Sprichwort).

20 Wenn eine Person, Gruppe, Religion oder  
Partei zuviel Macht bekommt, wird sie meistens  
intolerant, kompromißunfähig  
und wenig kooperativ.

21 Der Wille zum Frieden ist unbedingt von allen  
notwendig, denn sonst ist keine friedl.Koexistenz  
zwischen den Völkern und untereinander  
möglich.

22 Aus (1 bis 21) ergibt sich der Sinn A,B,C,D,E.  
Wobei der Sinn A+B dem höheren Sinn C+D+E  
dient (siehe (7))

Sinn A = das Leben meistern, indem wir z.B. ein  
ordentliches Leben führen.

Sinn B = Glückseligkeit (nur zu erreichen mittels  
Mäßigkeit, Genügsamkeit und Vernunft)

Sinn C = Ethik (möglichst kein Leid erzeugen)  
(siehe (16))

Sinn D = Liebe (Liebe zum Leben, Liebe zum  
Sein an sich, Nächstenliebe, andere Arten von  
vernünftiger Liebe)

Sinn E = Religion

23 Ohne B+D ist E sinnlos.

Ohne C ist E leidvoll.

24 Wir wollen uns nicht vorgaukeln lassen...das  
alles was ... in den heiligen Schriften geschrieben  
ist, irgendwelchen verpflichtenden Glauben  
beanspruchen dürfe. Alles was den  
Grundlegenden Maximen der Moral und der  
offensichtlichen Vernunft widerstrebt (also im  
Widerspruch zu den Menschenrechten steht),  
kann für uns keine Geltung haben,  
und sei es noch so alt. (M.Gandhi)

Zu mehr Klarheit, innere Ruhe und Lebensfreude  
=====

Der Geist des alltäglichen Lebens ist der Weg.  
Unsere Körperhaltung beim Sitzen und beim  
Gehen, beim Liegen und beim Stehen  
ist das achtsame Leben in der Ruhe des Geistes  
und der Seele.

Stille und Ruhe in sich finden, die uns gütig und  
mild, aktiv und spontan, einfach und dankbar  
machen; uns selbst gegenüber und allem, was lebt  
und existiert.

Höchste Weisheit:

Aufmerksamkeit , Achtsamkeit

Im Augenblick leben.

Wir wissen, daß wir heute morgen schon viele  
Augenblicke verpaßt, nicht richtig gelebt haben.

Wir sollten achten auf unseren Atem und auf  
unsere Schritte. Jeden Handgriff, jede  
gewohnheitsmäßig ausgeführte Bewegung  
bewußt wahrnehmen.

All die tausend kleinen Gewohnheiten des  
täglichen Lebens bewußt zu erfahren,  
bewußt zu tun, bewußt zu erleben, ganz zu sein in  
jeder Handlung, in jeder Bewegung, mit Körper,  
Geist und Seele.

Der Geist ist unruhig durch uns selbst.

Ständige Gespräche, ständige Vorstellungen,  
ständige Gedanken, ständige Aus-einander-  
setzungen mit unseren Gefühlen, ständige  
Beurteilungen und Stellungnahmen. Und wenn  
wir uns innerlich leer fühlen, schalten wir den  
Fernseher an oder wir lesen in der Zeitung.  
Eine Übung zur Beruhigung des Geistes in der  
Meditation ist das Beobachten des Atems.  
Beobachten, wie der Atem in den Körper  
eindringt und wieder ausströmt.

Der Geist lernt mit dieser Übung, sich auf die  
Handlung, auf den Augenblick zu konzentrieren,  
darauf, was wir in diesem Moment wirklich tun.  
Der Geist wird ruhig. Er schweift nicht mehr ab  
in die Vergangenheit und er geht nicht in der  
Zukunft spazieren. Er überschlägt nicht den  
Augenblick und er beurteilt nicht.

Dies bedeutet, den Geist zu beruhigen.

Die Konzentration auf eine Handlung, die  
Konzentration auf den Atem beruhigt den Geist.

Wenn ich gehe, dann gehe ich.

Wenn ich sitze, dann sitze ich.

Wenn ich esse, dann esse ich.

Wenn andere essen, wagen sie nicht zu essen.

Ihr Denken ist angefüllt mit unendlich vielen  
Überlegungen.

Ist der Geist beruhigt, handeln wir konzentriert.

Wir tun nichts anderes als das, was wir tun.

Wir sind eins mit der Handlung.

Die Kunst beispielsweise achtsam Geschirr zu  
spülen. Meistens finden wir diese Tätigkeiten als  
sehr langweilig.

Nichts erreichen zu wollen, im Hier und Jetzt  
leben, tun was der Augenblick verlangt.

Also das Geschirrspülen genießen lernen, als  
reinigende Handlung für den Geist.

Das Leben ist, den Weg zu gehen,  
der im Augenblick vor uns liegt.

Was ist Leben ? Diese Frage kann nur im Alltag  
beantwortet werden - nicht endgültig  
und für immer und ewig, sondern allmählich  
reifend an unseren persönlichen  
Umständen, sich immer wandelnd durch neue  
Erfahrungen und Erkenntnisse.

Im Alter von 80 Jahren arbeitete ein alter chin. Zenmeister immer noch mit seinen Schülern im Garten. Eines Tages beschlossen die Mönche, daß ihr Meister nun zu alt für die schwere Gartenarbeit sei und versteckten seine Arbeitsgeräte. Der Meister weigerte sich an den folgenden Tagen etwas zu essen. Deshalb gaben die Mönche dem Meister seine Gartengeräte wieder zurück. Der Meister sprach: Ein Tag ohne Arbeit, ein Tag ohne Essen. Zen bedeutet, in unserem Tagesablauf, bei unserer alltäglichen Arbeit zu üben und nicht nur auf einem Kissen zu sitzen.

Ein Zenmeister wurde gefragt, warum er nach Amerika gekommen sei. Er antwortete: Ich bin gekommen, um den Leuten das Lachen zu lehren. Wenn wir also einem Zenlehrer begegnen, der kein Humor hat, sollten wir mißtrauisch sein.

Wir lernen, wegzulassen. Aller Ballast wird nach und nach abgeworfen.

Wir lernen zu sehen, was zum Wesen der Dinge gehört und was überflüssig ist.

Die Fülle und Leere entdecken wir in der Einfachheit. Der Weg zur Einfachheit ohne Langeweile ist mühsam und muß Schritt für Schritt gegangen werden.

Der Sinn der Existenz wird im täglichen Leben entdeckt.

Wenn unsere ganz gewöhnlichen Beschäftigungen auf natürliche Art und Weise in Harmonie mit uns sind, dann ist es nicht verwunderlich, wenn eine Tasse Tee trinken uns zur tiefen Weisheit führen kann. Geist des Teeweges: Harmonie, Achtung, Reinheit und Stille. Wir genießen nicht nur Tee und Keks, sondern den ganzen Raum,

die Atmosphäre. Die Einfachheit des Ablaufes bei der Teezeremonie ist bemerkenswert. Jede Handlung wird sehr langsam und bewußt in der Stille des Raumes vollzogen.

Ausschnitte vom Herz-Sutra:

Bodhisattva Avalokiteshvara, tief im Strom der vollkommenen Weisheit durchleuchtet die fünf Kandhas und findet sie gleichermaßen leer. Dies durchdringend überwindet er alles Leiden. Form ist Leere, Leere ist nicht verschieden von Form... Alle dharmas sind durch Leere gekennzeichnet... Daher gibt es in der Leere weder Form, noch Empfindung, noch Wahrnehmung, noch Formen des Geistes, noch Bewußtsein; kein Auge, kein Ohr, keine Zunge, keine Nase, kein Körper, kein Geist, keine Form, kein Klang, kein Geruch, kein Geschmack, keine Berührung, keine Wahrnehmung des Geistes, kein Bereich der Elemente, keine Geburt, kein Tod, kein Erlangen...

Befreien die Bodhisattvas... sich selbst für immer von Täuschung und verwirklichen Nirvana.

Alle Buddhas der drei Zeiten erreichen durch diese vollkommene Weisheit vollständige Erleuchtung.

Wirklichkeit über Nirvana: Wie sehr Du auch danach suchst, Du kannst nur sehr kurz darin bleiben... Viele spirituelle Lehrer erzählen nicht, wie trocken und geschmacklos die Buddhawelt eigentlich ist. Sie ermutigen einen nur, erleuchtet zu werden, in die Buddhawelt oder in den Himmel zu gehen. Jeder muß nach seiner Erleuchtungserfahrung wieder loslassen. Sie hat keinerlei Wert, wenn man nicht wieder zurückgeht in die menschl. Welt.

Ausschnitt aus Buddhas Lehrrede M22 sinngemäß:

Als Floß ihr Mönche, will ich euch die Lehre weisen, zum Entrinnen tauglich nicht zum Festhalten. Zum Überqueren eines ungeheuren Wassers, zum Entrinnen vom diesseitigen Ufer, was voller Gefahren und Schrecken ist, um das jenseitige Ufer zu erreichen, was sicher und frei von Schrecken ist.

Ein Mann baute sich ein Floß und gelangte damit hinüber. Wenn der Mann nun das Floß behalten würde und überall herumtragen würde, dann würde er das Floß falsch behandeln. Richtig ist, wenn der Mann das Floß ans Ufer legt und hingetht wohin er will.

## Charaktereigenschaften eines guten Gottes

---

---

1. Ein guter Gott will nicht, dass irgendjemand leidet oder krank ist/wird.
2. Ein guter Gott beendet das Leiden, verkürzt oder verhindert es, soweit seine Macht reicht.
3. Ein guter Gott sät keine Zwietracht zwischen den Völkern, sondern stiftet Frieden.
4. Ein guter gerechter Gott bestraft nicht unschuldige nachfolgende Generationen für die Fehler und Sünden der Vorfahren.
5. Ein guter Gott liebt auch andere gute Götter und kooperiert mit ihnen.
6. Ein guter Gott ist auf andere Götter nicht eifersüchtig.
7. Ein guter Gott wird nicht zornig, wenn er kritisiert wird. Ihm sind die Fundamentalisten ein Greuel, wenn sie jeden Kritiker als Feind Gottes verdächtigen.
8. Vor einem guten Gott muß niemand sich fürchten.
9. Ein guter Gott hilft uneigennützig, ist barmherzig und man muß ihn nicht erst um Hilfe oder Gnade bitten.
10. Ein guter Gott führt nicht in Versuchung.
11. Ein guter Gott schützt die Schutzbedürftigen.
12. Ein guter Gott unterstützt alle heilsamen Taten in allen Religionen zum Wohle der Götter, Engel, Menschen, Tiere und Umwelt (Götter, Engel = Wesen in den himmlischen Bereichen, Himmelswesen).  
Er erkennt das Fleischessen als eine unheilsame Tat.

13. Ein guter Gott hat ethische Grundsätze, die auf Liebe, Vernunft, Weisheit, Wahrheit, Glück und Freiheit basieren. Deshalb befürwortet ein guter Gott die Menschenrechte, Umweltrechte und Tierrechte.
14. Ein guter Gott läßt sich durch einen eindeutigen Namen identifizieren und stiftet keine Verwirrung mit vielen Namen oder gar keinen Namen.
15. Ein guter Gott will eigentlich nicht autoritär und nicht der höchste Gott und nicht allmächtig im wörtlichen Sinn sein. (Wohlwissend, dass der höchste Gott nur derjenige Gott sein kann, der von den anderen Göttern dazu ermächtigt worden ist. Insofern bestimmen die Götter, ob überhaupt ein höchster Gott notwendig ist.)  
Er unterliegt also nicht dem Wahn immer mächtiger werden zu wollen. Die undemokratischen Charaktereigenschaften eines Tyrannen oder Diktators sind ihm ein Greuel.
16. Ein guter Gott erhebt keinen absoluten Anspruch darauf, als einziger „die Wahrheit“ und als einziger „das Heil“ zu besitzen.
17. Ein guter Gott läßt sich nicht nur durch einen einzigen Mittler „finden“ und ermöglicht viele Heilswege.  
(Pro Anhängergruppe ist mindestens ein Mittler notwendig. Wenn das christl. Religionssystem funktioniert, muß jeder (diesseitige) Pfarrer ein Mittler sein und bei z.B. 10000 verschiedene Gebete pro Tag werden mindestens 100 „Erhörer der Gebete“ benötigt. Wenn weniger (jenseitige) Erhörer vorhanden sind, würden die Gebete unerhört verpuffen.)

18. Ein guter Gott hat viele „Kinder“, „Söhne“, und „Töchter“ und läßt seinen Sohn nicht leiden um andere zu retten. Er erfindet leidlose Wege um andere zu retten.
19. Ein guter Gott ist für die Religionsfreiheit und stellt fest, dass keine Religion das Recht hat zu behaupten, sie sei für alle maßgebend.
20. Ein guter Gott berücksichtigt/toleriert die religiösen Gefühle und Bräuche von allen Religionen, wenn sie nicht gegen ethische Grundsätze verstossen (siehe 13.), wobei Fleischopfer ethisch nicht vertretbar und unheilsame Taten sind.
21. Ein guter Gott will, dass langfristig letztendlich alles vollkommen wird und alle miteinander in Frieden und Harmonie koexistieren können.