

Ferdinand Steiner

"Ohne Handlung"

MEINE BESTEN APHORISMEN

über Egoismus, Dummheit, Liebe und Weisheit.

Der Egoist: Deine Bedürfnisse sind mir egal!

Der Durchschnittsmensch: Wenn du meine Bedürfnisse zu deinen machst, mache ich deine zu meinen!

Der Liebende: Deine Bedürfnisse sind meine!

Jemand sagt dir: ich liebe dich! doch deine Sorgen und Ängste kümmern ihn nicht, werden als deine Scheinprobleme bagatellisiert. Was sind also die Worte wert? Worte sind Schall ohne Rauch; kaum ausgesprochen sind sie auch schon vergangen.

Wenn sich zwei Egoisten anschauen, sehen sie genau das Gegenteil. Würden sie sich ehrlich anschauen, würden sie das selbe sehen: zwei Egoisten.

Wenn sich zwei Egoisten anschauen, sehen sie das genaue Gegenteil, weil sie nur ihr Ich und daher ihr Unglück sehen. Könnten sie gegenseitig ihr DU sehen, könnten sie auch ihr Glück sehen.

Die Vorteile für dich und die Nachteile für die anderen? Einsamkeit wirst du ernten!

Wenn ich dir nur das Positive über dich sage, dann magst du mich? Weil du käuflich bist!

Lass dich nicht korrumpieren, weder durch Angst noch durch Zuneigung!

Ein Baby schreit! Na und? Es schreit eben. Für Neurotikernachwuchs muss gesorgt werden!

Wer nicht gezwungen wird zu seinem Glück, ist oft noch unzufriedener als der Gezwungene.

Wer das Leben nicht lieben kann, sucht Leid und Tod. Und bringt Leid und Tod auch über jene, die das Leben lieben. Das Warum ist dabei nur noch Vergangenheit, oder es ist Gegenwart: weil er nicht allein gehen will. Eros ist nur gemeinsam zu erleben - Thanatos wird gemeinsam erzwungen!

Was es schlimm macht: Der Neurotiker findet seine Neurose ganz normal. Für ihn sind seelisch Gesunde abnormal!

Zwei Lemminge trafen sich auf der Straße und sagten: „Ich gehe mit!“

Dein Geliebter heißt Phantasie. Wäre er aus Fleisch und Blut und hätte menschliche Schwächen, du könntest ihn nicht lieben. Bleib daher bei deiner Phantasie, deiner phantastischen Selbstbefriedigung!

Sie fühlen sich nur wohl, wenn sie alles ins Gegenteil verkehren können. Wohlfühlen lässt ihnen keine Ruhe. Daher ruhen sie nicht in sich selbst. Sie fühlen sich nur wohl, wenn sie sich nicht ganz wohl fühlen.

Es ist das Wesen der unreifen Persönlichkeit, jeden liebevollen Menschen, ja letztlich jeden Menschen für einmal erlittene Kränkungen büßen zu lassen. So ist der Hass also der bequemste Weg zur Selbstentlastung.

Unreife Menschen können nur das Vollkommene lieben, Gott aber liebt auch die Unreifen.

Ob sich jemand für dich wirklich interessiert oder es nur nicht erträgt, dass du dich nicht mit ihm beschäftigst, schaut gleich aus. Und ist doch wie Tag und Nacht.

Die Erdenwelt als Tal der Tränen ist nicht der Wunsch eines sadistischen Gottes sondern der freie Wille des Menschen, der Ausdruck seiner Dummheit, weil er nicht erkennt, was wirklich wichtig ist.

Naturgemäß lehnt der Wunschdenker jene Menschen ab, die ihm die ungeschminkte Wahrheit sagen.

Ich kann etwas sagen, weil ich weiß, dass es so ist. Und ich kann etwas sagen, um den anderen glauben zu machen, dass ich denke, dass es so ist. Beides sieht sich aufs Haar ähnlich und ist doch bei weitem nicht dasselbe. Wer den Unterschied zwischen Wahrheit und Lüge erkennt ist weise.

Wenn ein chronischer Lügner erklärt, dass man niemandem trauen dürfe, weiß er warum.

Ein ehrlicher Mensch weiß, wann und weshalb er lügt. Ein unehrlicher lügt einfach!

"Offen und ehrlich gesagt" ist noch lange nicht offen und ehrlich Sein.

Der Lügner diagnostiziert die Lüge bei anderen Menschen mit besonderer Leichtigkeit. Der Grund: er selbst kennt alle Lügnerstrategien. Politische Optik ist Lüge!

Wenn ich sage, das Gras ist grün, dann meine ich auch, dass das Gras grün ist. Würde ich meinen, dass es blau ist, würde ich es sagen und wenn die ganze Welt mich auslacht. Aber manche Menschen haben sich in den Kopf gesetzt, viel genauer als ich selbst zu wissen, was ich denke.

Glaube den Zornigen, sie sind ehrlicher!

Je weniger ein Mensch weiß wovon er redet, um so mehr redet er.

Die Maske, die die meisten Menschen tragen, dient gleichermaßen dem Selbstschutz wie dem Gewinn von Vorteilen über andere Menschen. Sie ist daher die Verklärung der Feigheit. Starke Menschen brauchen keine Maske.

Der Sehende bedroht oft den Blinden, weil er dessen Neid erregt.

Aus einer Fernsehserie: "In ihm lodert ein Feuer, das er für ein heiliges hält" - und in Wahrheit ist er von Neid und moralisierenden Einstellungen motiviert. Und das ist der Unterschied, dass der Reife weiß, wovon er motiviert ist.

Du bist noch immer Hass! Solange du Hass bist, bist du auch unglücklich.

Hass ist Not! Wer in Not ist, hasst für gewöhnlich, und wer hasst, empfindet die peinsamste Not.

Der Unbewusste glaubt magisch, sich mit dem Unglück des Unglücklichen zu infizieren.

Horizontenerweiterung bewirkt Angstmilderung.

Das Mittel, um Menschen dorthin zu kriegen, wo man sie haben will, heißt Angst.

Erst die Bewusstheit des Dunkels lässt dich das Licht suchen. Daher sind die Pupillen eines Menschen bei Angst gleichermaßen wie Neugier weit geöffnet.

Solange du ein Problem damit hast, dass andere über dich reden, hast du Angst davor, dass deine Uneinheitlichkeit zum Vorschein kommt. Bist du aber fest und sicher in dir, können sie nur alle das Gleiche sagen oder lügen!

Als er tot war, haben sie ihn hochleben lassen. Das ist so bei den Schimpansen. Falsch! Das ist so bei den Menschen! Schimpansen kümmern sich dann nicht mehr.

Das einzige, was die Menschen den Affen voraushaben, sind die Worte. Und für gewöhnlich bleibt es auch dabei.

Was den Dutzendmenschen auszeichnet? Er ändert sich nicht. Zu sehr ist er am Statischen, Beständigen interessiert, weil ihm dessen Zwanghaftigkeit keine Angst macht.

Wie soll man einem Idioten erklären, dass er ein Idiot ist, wenn er doch ein Idiot ist und seine größte Lust darin besteht, alle Welt zu Idioten zu erklären? Leider ist das kein Intelligenzproblem!

Kein Narr auf Erden, der nicht einen Nachahmer fände!

Jeder Fehler an einem Menschen ist auf Dauer erträglich bis auf den kindlichen Charakterzug, möglichst brav zu sein, aber auch wirklich alles richtig zu machen und daraus den Anspruch auf Glück zu erwirken.

Der Unreife mutmaßt die unreifen Gefühle immer zuerst beim anderen. Auf diese Weise kann er sich erfolgreich um sein reifendes Leid drücken.

Es ist leichter, ein wildes Pferd zu zügeln als ein faules zum Laufen zu bringen.

Vierbeiner sind niemals schlechte Menschen!

Dass ein Übermaß an Leid Menschen tatsächlich verrückt machen kann, nehmen teilnahmslos zur Kenntnis, die nicht davon betroffen sind, und nehmen nicht zur Kenntnis, die davon betroffen sind.

Wichtigmacher muss man schon deshalb gewähren lassen, weil sie einem viel Arbeit abnehmen.

An einem erkennt man die unreife Persönlichkeit immer: sie ist stets bereit, Schönes zu teilen, Freude und Lust; niemals aber fremdes Leid.

Der Durchschnittsmensch ist gierig darauf, dass ihm jemand Zuneigung zeigt. Und in der Regel ist es ihm egal, wer ihm die Zuneigung zeigt. Er hat, da er ständig mit seinen eigenen Wünschen beschäftigt ist, keine Menschenkenntnis und weiß daher nicht, wer den Dolch im Gewande trägt.

Menschen, die nur an das Gute glauben, wirken auf Dauer dummlich.
Menschen, die hingegen nur das Böse sehen wollen, werden zu ihren eigenen Ungunsten böseartig.

Wer sich Vertrauen wünscht, der sei erst vertrauenswürdig!

Manche Leute legen sich fest auf Hopp oder Tropp - um dann keins von beiden zu tun!

Gibt man ihnen statt, werden sie faul und satt. Gibt man ihnen nicht statt, werden sie reizbar und gehässig. Das ist unsere "Kultur"! Mehr oder minder haben wir alle davon.

Der Durchschnittsmensch sieht die Dinge so, wie ihm beigebracht wurde, sie zu sehen. Er bildet sich kein eigenes Urteil. Die Weisheit des Duodezverständes ist daher oft nicht mehr als Abklatsch.

Was ich mir wünsche, bekomme ich nicht. Also: was ich bekomme, wünsche ich mir nicht! Also: was ich nicht bekomme, wünsche ich mir. Was ich aber bekomme, macht mir keine Freude. Wenn dann gar jemand kommt und sich von mir etwas wünscht.... Um wenigstens ein bisschen von dem zu bekommen, was ich mir wünsche, muss ich so tun als ob.... Wenn ich nur dadurch bekommen kann, was ich mir wünsche, wenn ich so tue also ob, dann will ich es schon gar nicht mehr! Also will ich es schon von vornherein nicht mehr! Aber das kann ich doch nicht wollen, weil ich doch will, dass ich etwas will.... (ad infinitum, die frühkindliche Botschaft des modernen Menschen!)

Wenn ich von etwas überzeugt bin, dann davon, dass jemand, der überzeugt ist, von etwas überzeugt sein zu müssen, eigentlich vier Beine haben müsste.

Nörgeln ist der untaugliche Versuch der Psychohygiene auf Kosten anderer.

Unlogik ist regelmäßig der Ausfluss gestörter und unbewusst gebliebener Gefühle.

Für ihre Störung verkaufen die Menschen ihre Seele dem Teufel und die Herzen derer, die sie lieben.

Halb denken, halb fühlen ist noch lange kein ganzer Mensch; ist nur Halbherzigkeit.

Frauen wollen für gewöhnlich einen "richtigen Mann". Was er dann zu Hause ist, begreifen sie meist erst nachher.

Die Scheinheiligen sagen dir: Alles Gute! und die Ehrlichen sagen: Vorsicht, pass auf! Kaum einer, der dir aus vollen Herzen alles Gute wünscht!

Kopfmenschen geben den Blumen, den Bergen, Tieren, Flüssen und Wolken Namen, anstatt sich ihrer zu erfreuen. Sie systematisieren, katalogisieren und beschreiben statt zu schauen, zu horchen, zu riechen und zu wissen. Ihre Gefühle sind immer aus zweiter Hand und nicht selbst erlebt, sind gelernte Gefühle.

Kleinmut: Ich Sorge mich um das Leben meines Kindes, wenn es mit dem Auto unterwegs ist.

Lebensmut: Ob ich mich Sorge oder nicht, macht für die Realität keinen Unterschied, außer dass ich mir selber den Tag vergälte. Kleinmut scheint Liebe, Lebensmut ist Liebe.

Die Rolle achtet immer auf die Wirkung bei anderen, das Selbst blickt hingegen auf die innere Wahrheit.

Der kleinere oder größere Stich, den man im Inneren als Reaktion auf Äußeres spürt, ist ein sicheres Indiz für etwas, das noch nicht bewältigt ist, für fehlende Ganzheit.

Manche Leute vermeinen ihr inneres Licht gefunden zu haben und sehen in Wahrheit doch nur den Schwelbrand ihrer neurotischen Seele.

Täuschung:

Der Hassende sieht den Grund seines Unglücks im Gegenstand seines Hasses anstatt in seinem Hass!

Die Depression ist die letzte Bastion der Ichbezogenheit, die Lust des eigenen Leides, und die weitestverbreitete. Nur wer auch sie noch aufgeben kann, findet sein Leben. Denn die Depression ist nur ein Ersatz für nichtgelebtes Leben.

Glaube nicht, dass du jemand gegen seinen Willen aus dem Sumpf ziehen kannst, eher zieht er dich hinein.

Einen Menschen im intimen Gespräch immer nur aufzubauen, ist ebenso dumm und wirkungslos, wie das ständige Herunterreißen der Maske. Er muss vielmehr lernen können, zu sehen wo er steht; er braucht die sich entwickelnde Diagnose, die Prognose. Er muss sehen dürfen, wie er an Realitätsbewusstsein, Echtheit und Wahrheit dazugewonnen hat und ob seine Liebesfähigkeit gewachsen ist. Nur damit gewinnt er ein Selbstwertgefühl abseits von Lob und Tadel.

Wenn die Hingabe erlernt ist, wird der Psychotherapeut überflüssig.

Vom Sinn der Partnerschaften: ein Mann - ein Feigling, zwei Feiglinge - ein Held!

Mit der Korruption ist es ähnlich wie mit der Sexualität in der viktorianischen Gesellschaft: Jeder kennt das aber keiner tut das!

Der Schwächling kann große Stärke darin entwickeln, den Starken schwach zu machen.

Am meisten Zorn erregt der fehlende Anlass, zornig zu sein; der Umgang mit einem immer beherrschten und kreuzbraven Menschen.

Wenn Eros nicht wäre, würdest du dich einem fremden Menschen niemals nähern, würdest immer nur im Schoße deiner Sicherheit gebenden Familie bleiben wollen.

Die "richtige" Beziehung liegt dann vor, wenn zwei Menschen, die ganz in ihrer Mitte sind, ihre Gemeinsamkeit finden. Verliert nur einer der beiden seine erlebte Mitte und fällt in die negative Polarität, ist die Beziehung vorbei.

Liebst du ihn? Ja? Dann lass ihn das tun, was er glaubt, dass richtig ist, dann ist deine Liebe nicht verschwendet.

Wenn ich dir etwas schenken will, das du nicht willst, was habe ich dann bewirkt? Nichts!

Aber ist das Geschenk deshalb weniger wertvoll?

Für den wirklich Liebenden ist Nähe wichtig. Sie mindert sich auch nicht, wenn es dem Geliebten nicht gut geht, im Gegenteil, dann vergrößert sich die Nähe.

Liebend unkompliziert - unkompliziert liebend. Einfach liebend - einfach DU und ICH.

Wenn ich sage: Ich liebe und es tut weh, dann sagt der Normalsterbliche: Höre auf damit!

Wenn ich sagte: Ich will nur Sexualität, dann verstünden sie mich. Ich will lieber nicht verstanden werden.

Das Maß der Liebe ist der Grad der Selbstüberwindung.

Aus Liebe zu sterben, ist nur sehr wenigen bestimmt. Aus Hass hingegen sehr vielen. Selten geht die Liebe so tief wie der Hass!

Wissen ist Macht. Wer also Wissen sucht, sucht in Wahrheit die Macht. Ganz anders die Liebe - sie sucht Bewusstheit.

Der wahrhaft Liebende erweist sich dann, wenn die Schwächen am Geliebten erkennbar werden. Denn die Stärken werden von allen geachtet.

Brauchst du einen Feind? Auch den stelle ich dir, wenn es für dich notwendig ist!

Solange du davon abhängig bist, ist ein falscher Partner für dich Niedergang, sowohl in seelischer als auch in materieller Hinsicht. Bist du in dir jedoch frei, kennst du deine Aufgaben.

Die unreife Persönlichkeit wünscht dem Feind die Pest an den Hals. Die reife weiß, dass es ihr ohne diesen Hass entschieden besser geht!

Was du gesucht hast, war Wärme; gefunden hast du, was du bist - Kälte! Du suchst was du dir wünschst und findest immer wieder nur dich!

Auf dem Weg nach Golgatha trat ein Mann an Jesus heran und fragte: „Wie geht's?“

Jesus antwortete: „Danke der Nachfrage, es ist schon besser gegangen.“

„Das ist schön, dass du deinen Humor noch hast, mit dir kann nichts schief gehen“ sagte der Mann und verschwand in der Menge.

Wenn es so wäre, wie du meinst, dass es ist, würdest du nicht leiden müssen! Das ganze Kunststück besteht also darin, die Tatsachen so anzunehmen wie sie sind. Dann bist du leidfrei.

Die Evolution ist die Verachtung des Geringeren, das Desinteresse am Erreichten, der unersättliche Blick nach vorne. Die Zufriedenheit ist hingegen das Ende der Evolution. Viele geben sich mit wenig zufrieden!

Der Mensch ist die Nahtstelle zwischen materieller und geistiger Welt. Aber der Übergang zwischen hochprismatischem und niederprismatischem Epithel ist überaus krebgefährdet.

In der allgemein gültigen Rudelbildung bedeutet der Satz: "deine Freunde sind auch meine Freunde" stillschweigende Übereinkunft: "Aber meine Feinde müssen auch deine sein!"

Es gehört schon eine starke Persönlichkeit dazu, sich ein eigenes Bild zu machen und nicht die Meinung anderer nachzuquaken. Der Preis für diese Autonomie aber heißt Abseitsstehen und Einsamkeit. Wer hingegen die Zuneigung vieler Menschen braucht, ist nicht unabhängig, hat keine Autonomie.

Wenn deine Lust nicht schon den Keim der Unlust in sich trägt, dann sei auf der Hut – du könntest tief fallen!

Achte darauf, welche Motive dir unterschoben werden. Daran erkennst du jene Menschen, denn wie der Schelm denkt, so ist er (er projiziert in dich sein eigenes Unvermögen).

Die Mehrzahl der Menschen betrügt sich um das größte Lusterlebnis selbst, um Erkenntnisse.

Ein noch so gebildeter Regenwurm kann dem Vogel nichts über den Flügelschlag erklären.

Einem Regenwurm ist es egal, ob du einen Sack Dreck oder einen Sack Gold über ihn kippst - er fühlt sich bedroht.

Geordnetes Gedächtnis ist Linie im Leben. Durchschnittsmenschen haben kein Gedächtnis!

Wenn die Elternbeziehung von Politik anstatt von Liebe bestimmt war, wird das Kind später nur unter äußerstem Leidensdruck bereit sein, auf Politik als Mittel der Liebe zu verzichten.

Niemals so zu reagieren wie der andere erwartet, wünscht oder hofft, ist die Folge der ständig beeinflussenden Erziehung und die Wurzel der Politik, die in fast allen menschlichen Beziehungen gelebt wird, die Keimzelle der Machtausübung über andere. Politik hat den Zweck, andere aus dem Konzept und das ICH in die Position der Stärke zu bringen.

Wenn du dich im Stich gelassen fühlst, dann wisse: so tut es, wenn du jemand im Stich lässt.

"Ich will das auch können", ist der Anfang des Geistes. "Lass mich in Ruhe", das Ende.

Die Erkenntnis geschieht meist im Leid, ihre Einordnung in die Gesamtpersönlichkeit jedoch nur in der Freude.

Wenn Lebensfreude von Natur aus herrschte, wären ganze Industriezweige ihre Gewinne los.

In der Entscheidungssituation bist du nervös, unsicher und ohne Selbstvertrauen. Bringe sie rasch hinter dich und überlasse dich vertrauensvoll deinem Schicksal. Denn alles Verschleppte macht dich krank, so wie alles in dir Zurückgehaltene dich innerlich vergiftet.

Tiefe Leidens- und Depressionsphasen bleiben keinem ernstzunehmenden Menschen erspart. Sie haben den Zweck, für unsere Zivilisation urtümliche Kindheitserfahrungen zu wiederholen und bewusst zu machen. Nach Überwindung dieser dunklen Perioden stellt sich für gewöhnlich ein Lebensgefühl von gehobener Intensität und Bewusstheit ein.

Das Minderwertige im Leben begegnet dir nur, damit du lernst, dich über deine eigene Minderwertigkeit zu erheben.

Für den Unbewussten wirkt die Macht erotisierend, für den Bewussten die Liebe. Das beweist den fundamentalen Unterschied zwischen zwei Grundeinstellungen: der äffischen und der menschlichen.

Der Beziehungsfähige sucht Nähe und dann den Vollzug in der Sexualität. Der Beziehungsunfähige sucht Sex und dann das Weite, weil Beziehung auch Verpflichtung bedeutet.

Drücke deine Gefühle aus und du wirst dein Publikum finden. Besser du fändest ein DU statt des Publikums.

Die Verbindung des Gefühlselementes Trauer mit dem Verstandeselement Gleichheit wird zum personsübergreifenden Teilen, dieses ist daher die Wurzel der Liebe.

Es tut weh, den Schmerz zuzulassen, aber nichts bringt dich dir selber näher.

Glühen, Hämmern, kaltes Wasser. Wieder und wieder. So entsteht Stahl, hart und elastisch.

Leidgehärtet.

Jedes Leben hat ein gewisses Quantum an Leid. Erlaubst du es dir nicht bewusst, kommt es in Form von Krankheit. Lass es zu und du wirst gestärkt daraus hervorgehen. Was nämlich Gesundheit bedeutet, weißt du erst, wenn du wieder gesund geworden bist.

Wer nicht erlebt hat, von allen Menschen einschließlich der bemühten Freunde verlassen worden zu sein, wird den Verlassenen nicht verstehen. Der Trost des Unerfahrenen bleibt immer hohl.

Warum soll ich einem Volksschüler vorwerfen, dass er kein Integral lösen kann?

Wie groß deine Liebe ist kannst du daran ablesen, wie wichtig dir das ist, was der andere dir angetan hat, mit einem Wort an deiner eigenen Fähigkeit zu verzeihen.

Gehässigkeit ist der sichtbare Anteil des Hasses, Verantwortung der sichtbare Anteil der Liebe.

Die reissendste Wildheit genauso wie die zärtlichste Beschaulichkeit ist Leben.

Wenn mein Sein dein Sein beeinträchtigt, dann ist zumindest eins der beiden Sein noch nicht ausreichend geläutert! (Natürlich deines!)

Erst in Gelassenheit und Stärke, gefunden in deinem Mut zur Einsamkeit, wirst du das tun, was notwendig ist und das annehmen, was unabänderlich ist.

Gelassenheit und Stärke kommen aber nur zu dem, der Krisen und Leid ebenso an sich heranlässt wie Lust und Freude. Sie sind das Ergebnis innerer Stabilität und immer auch das Maß für die Frustrationstoleranz eines Menschen.

Zu wissen was man will, heißt nichts anderes als zu wissen, was man braucht und was verzichtbar ist. Es ist daher recht einfach, zu wissen was man will.

Erkenntnis heißt wissen warum man handelt, Weisheit aber heißt es geschehen lassen.

Wenn die Trennung schon erfolgt ist, ist der Tod kein Leid mehr. Alles was dich an dich selbst fesselt, bereitet dir und anderen Leid. Lerne daher deinen Kleinmut abzulegen.

Dem Wahnsinn ins Auge zu schauen und ihm zu widerstehen, ist der Abgrund der Menschlichkeit.

Der Weg in die Größe ist immer ein sehr einsamer Weg. Wenn es dir schlecht geht, hast du keine Freunde und leidest darunter. Wenn es dir dann wieder besser geht merkst du, dass du kaum je welche hattest.

Gewinne Selbstwert nicht aus der Relativität zu anderen sondern aus dir selbst, aus deiner inneren Größe!

Normal-Sein hat nicht notwendig sich auszudrücken, Gestört-Sein immer!

Größe ist Mut und Feigheit zur rechten Zeit, ist Arbeit und sich Einlassen auf das Leben, ist das Annehmen der persönlichen Lebensaufgabe.

Wer sich seiner Sache sicher ist, braucht keine großen Gesten!

Es gibt kein verdientes Glück im Leben und nur sehr selten unverdientes Unglück. Wenn dich aber unverdientes Unglück trifft, dann ist das die Herausforderung deines Schicksals, deine Größe zu finden. Finde sie in liebender Verzeihung.

Leben, das keine Intensität hat (gut oder böse, schön oder hässlich), ist kein Leben, ist vergeudete Zeit.

Es genügt nicht, einfach nur du selber zu sein; du musst auch für etwas leben, sonst ist dein Leben sinnlos. Dagegen bedeutet die rein psychologische Selbstverwirklichung ein ewiges Kreisen um die Wichtigkeit des eigenen Ich - eine pathologische Nabelschau.

Zu viel zu wollen ist wie ein Schneepflug, der sich in eine übermächtige Wechte verbissen hat. So oft er auch anrennt, die Wand wird immer härter. Er sollte kleinweise von der Seite beginnen oder eine Fräse zu Hilfe rufen!

Was du nicht freiwillig bekommst, ist in Wahrheit nicht da.

In deinen Gefühlen sei gerade und aufrichtig wie ein Tier, menschlich sei in deinem Geist: zeige Liebe, Wahrheit, Offenheit und Verantwortung.

Die unechte Blume des maßlosen Selbstvertrauens gedeiht auf dem Misthaufen der überheblichen Gefühle, die Demut auf der weisen Selbstbeschränkung.

Der letzte Punkt der Menschlichkeit, aller erlebten Frustration zum Trotz, ist die Bereitschaft zu Offenheit und Vertrauen, sich wieder von der Liebe des Lebens ergreifen zu lassen.

Reifung heißt lernen. Was sollst du lernen? So zu reden wie du denkst, so zu denken wie du fühlst und so zu handeln wie du redest.

Die Einheit von Fühlen, Denken, Reden und Handeln wird meist nur in tiefem Unglück bewusst und daher gern vermieden. Trotzdem ist sie in allen Lebenslagen das Ziel menschlicher Entwicklung.

Wenn du bist wie du bist, dich ausdrückst wie es in dir ist im Guten wie im Bösen, dann bekommst du vom Leben die Hilfe, das zu werden, was du einmal sein kannst.

Sei wie du bist und das Leben wird dir die Antwort geben, die du brauchst; sofern du in der Lage bist, auf diese Antwort zu hören.

Erst wer sein Ich, seinen Egoismus voll angenommen hat, kann die Grenzen zum Du überschreiten. Erst also: was will ich? und dann: was willst du?

"Es ist noch nicht genug gelitten", sagt der Unreife, der zu Wissen drängt. "Es ist noch nicht genug gelitten", sagt auch der Reife, der zu Weisheit drängt.

Dass der Weise alle Extreme vermeiden sollte (Laotse), ist zweifellos wahr! Wie aber kommt er dorthin? Indem er die Extreme nicht vermeidet!

Es ist ein langer und schmerzhafter Weg, der dich zur Bewusstheit führt. Und am Ende steht keineswegs die Gewissheit von Glück, vielmehr die Wahrscheinlichkeit, dass die Unbewussten dich hinrichten lassen.

Resignation und Weisheit haben die selbe Formel: es ist alles eins....

Völlig sekundär ist die Quelle (Bibel, Koran, Buddha oder Laotse), aus der du deinen Geist schöpfst, wichtig ist nur deine geistige Aktivität.

Was immer ich zu einem anderen sage, es gilt auch für mich selbst.

Der Wissende und Liebende gibt jedem, was der gerade braucht; auch wenn der im Moment nicht versteht.

Du wartest immer auf einen Menschen - also eine Beziehung. Aber du wartest immer vergeblich! Denn er wartet auch. Alle warten! Worauf? Auf einen Menschen!

Manches im Leben lässt sich mit Kopf nicht bewältigen, es muss mit Herz ausgelitten sein.

Leid, das nicht umgesetzt wird in Lernen, ist vergeudetes Leid. Zeit, die nicht umgesetzt wird in Liebe, ist vergeudete Zeit!

Wenn du völlig in deiner Mitte bist, ist "Liebe deinen Nächsten wie dich selbst" kein Postulat mehr. Dann bist du völlig in deiner Mitte!

Der letzte Schritt ist der äußerlich kleinste. Die Überwindung, die er kostet, und die essentielle Erkenntnis, die er bringt, machen ihn zum größten.

So still wie Deinen toten Sohn am Kreuz lass mich sein.

Und so still, wenn Deine unbewussten Kinder mich schlagen!