

MARPA-Aphorismen

(V 1.1.08)

1. ACHTSAMKEIT	5
2. ALLEINSEIN.....	5
3. ANALYSE – SYNTHESE / THESE, ANTITHESE, SYNTHESE	5
4. ANGST	5
5. ANWÄLTE	7
6. AUFKLÄRUNG.....	8
7. AUTONOMIE	8
8. BEAMTE.....	8
9. BEGEISTERUNG - FREUDE	9
10. DENKEN.....	9
11. EINHEIT UND JETZT	9
12. EGO UND SELBST	10
13. EHE	10
14. ERBARMEN / MITLEID.....	12
15. ERFOLG UND GLÜCK	12
16. ERWARTUNGEN / WÜNSCHE / GIER	12
17. ETHIK.....	13
18. FRAUEN / MÄNNER	13
19. FREIHEIT	14
20. FREUNDSCHAFT / FEINDSCHAFT	14
21. GEDULD.....	15

22.	GEFÜHL – EMOTIO	15
23.	GESUNDHEIT – KRANKHEIT	15
24.	GEWINN UND VERLUST	16
25.	GIER	16
26.	GLÜCK	16
27.	GRENZEN	17
28.	HAUSTIERE	17
29.	HANDY-GENERATION	17
30.	HÖHERER BLÖDSINN – STAB-, SCHÜTTEL- ODER SONST GEREIMT ...	18
31.	HUMOR UND ERNST	19
32.	HUT - BEHÜTEN	19
33.	INTELLIGENZ, KLUGHEIT, DUMMHEIT	20
34.	KLEIDER	20
35.	KOMMUNIKATION / SPRACHE	21
36.	KONFLIKT	21
37.	KÖRPER – SEELE – GEIST	22
38.	KULTUR	22
39.	KUNST	23
40.	LEBEN	23
41.	LIEBE / HASS (SIEHE AUCH ANGST)	23
42.	LOB UND LOBEN	24
43.	MACHT	24
44.	MEINEN – GLAUBEN – WISSEN	25

45.	MITTE	25
46.	MUSIK	25
47.	NATUR	25
48.	PATHOS, FANATISMUS, TRAGIK.....	26
49.	PESSIMISMUS.....	26
50.	PLANEN.....	27
51.	POLARITÄT	27
52.	POLITIK UND WIRTSCHAFT	28
53.	RASTLOSIGKEIT - RUHE	28
54.	RATIO UND INTUITIO	29
55.	REICH UND ARM.....	29
56.	REITEREI	30
57.	SCHATTEN – SCHULD – SÜNDE.....	30
58.	SCHÖPFUNG – ENT-SCHÖPFUNG.....	31
59.	SCHUTZ	32
60.	SCHWEIZERDEUTSCHE APHORISMEN	32
61.	SEIN – TUN	32
62.	SENSIBILITÄT	33
63.	SICHERHEIT	33
64.	SINNE.....	34
65.	SINN UND ZWECK	34
66.	SINNLICHKEIT UND EROTIK	35
67.	STAUNEN	35

68.	STRESS	35
69.	SUBJEKTIVITÄT - OBJEKTIVITÄT.....	35
70.	SUCHT	36
71.	TIERE	36
72.	TOD – VERLUST – AUFGABE.....	36
73.	VERANTWORTUNG	37
74.	VERTRAUEN	37
75.	WAHRNEHMUNG, WAHRHEIT, LÜGE.....	37
76.	WEISHEIT – WISSEN – INTELLEKT.....	38
77.	WELT	38
78.	WERTUNG – URTEILE – WERTORDNUNGEN – WERTSYSTEME	39
79.	WIE INNEN – SO AUßEN. WIE OBEN – SO UNTEN.....	39
80.	ZEIT - ZIEL.....	40
81.	ZUFALL.....	40
82.	VERSCHIEDENES	40

1. Achtsamkeit

- 1.1 Achtsamkeit ist das Markenzeichen echter Liebe.
- 1.2 Achtsamkeit ist wache Gelassenheit.
- 1.3 Achtsamkeit ist Zuwendung ohne Abwendung.
A: Achtsamkeit ist Zuwendung zu etwas ohne Abwendung vom Rest.
- 1.4 Achtsam – frei von Angst.

2. Alleinsein

- 2.1. Alleinsein heißt ALL-EINS-SEIN.
- 2.2. ALL-EIN ist nicht einsam.
- 2.3. Allein SEIN – Gemeinsam TUN.
- 2.4. Aufgezwungene Nähe lässt die Seelenflügel verkümmern.
- 2.5. Distanz ist die Mutter der Nähe.
- 2.6. Nur wer allein sein kann, ist gemeinschaftsfähig.
A: Nur wer allein sein kann, ist beziehungsfähig.
- 2.7. Weise ist, wer im Nahesein Distanz wahrt, im Fernesein Nähe spürt.

3. Analyse – Synthese / These, Antithese, Synthese

- 3.1. Analyse allein löscht keinen Durst.
- 3.2. Analyse macht hungrig – Synthese satt.
- 3.3. Analyse ohne Deutung ist sinnlos.
- 3.4. Analysen sind Vorarbeiten.
- 3.5. Analyse verwundet – Synthese heilt.
Analyse entzweit – Synthese vereint.
- 3.6. Farben zählen und chemisch analysieren hilft uns nicht, die Botschaft des Bildes zu verstehen.
- 3.7. Fünf Sinne sind für die Analyse – der sechste Sinn ist für die Synthese.
- 3.8. Keine Zeit verwechselte die Botschaft und ihre Träger so unerschütterlich, so konsequent und so überzeugt wie die unsrige.
- 3.9. Nach 2000 Jahren Analyse wäre es Zeit für eine kleine Phase der Synthese.
- 3.10. Rationale Analyse macht im besten Fall Spaß – aber nie nachhaltig glücklich.
- 3.11. Wer die Puzzle-Teile nicht zusammensetzt, wird nie das Gesamtbild schauen
A: Als er das letzte Puzzle-Teil aus dem Rahmen entfernt hatte, wusste er: Ich bin nicht im Bild.
- 3.12. Zwischen Analyse und Deutung liegen Welten. Geistige.

These, Antithese, Synthese

- 3.13. Auseinandersetzung und Zusammenstehen wechselt sich ab wie Dehnung und Kontraktion des Muskels.
- 3.14. Gleichdenker haben's nett – aber sie kommen nicht vom Fleck.
- 3.15. Nur in der Reibung mit der Antithese reift die These zur Synthese.
- 3.16. Nur wenn These und Antithese erkannt und offen gelegt werden, kann eine Synthese entstehen.

4. Angst

- 4.1. Angst - Enge des Herzens

- 4.2. Angst, Ernst und Pathos zeugen immer von Selbstüberschätzung
- 4.3. Angst ist ans ICH und seine Grenzen gekoppelt.
- 4.4. Angst ist an Zeit und Raum gebunden – und damit Fiktion.
- 4.5. Angst ist das wirksamste Machtmittel der Menschheitsgeschichte.
- 4.6. Angst ist der beste Multiplikator – ihrer selbst.
- 4.7. Angst ist der sicherste Indikator für Humorverlust.
- 4.8. Angst ist die primitivste Form von Suprarationalität. Die Wirtschaft nutzt dies genüsslich aus.
- 4.9. Angst ist eine grenzsetzende Funktion des Egos.
- 4.10. Angst ist ein guter Lehrmeister: sie zeigt mangelnde Autonomie *und* mangelndes Wissen um die Verbundenheit mit allem.
- 4.11. Angst ist ein Indikator für die Abwesenheit von Achtsamkeit.
- 4.12. Angst ist ein Schöpfungsparameter und ergibt sich aus der Subjekt-Objekt-Spaltung wie Zeit, Raum und Kausalität. Ent-Schöpfung heisst alle Schöpfungsparameter überwunden haben, auch die Angst – und ist gleichbedeutend mit Erleuchtung.
- 4.13. Angst ist ein großartiger Spaßfaktor. Nur wer sie kennt, kann ihre Überwindung geniessen.
- 4.14. Angst ist Misstrauen sich selbst *und* dem Kollektiv gegenüber.
- 4.15. Angst ist Schuldprojektion: das den Geängsteten Bedrohende wird als unbeeinflussbare Aussenmacht wahrgenommenen, anstatt als projizierter Innenanteil. Die Lösung ist so einfach wie schwierig: die Projektion zurücknehmen.
- 4.16. Ängste sind wie Harn- oder Stuhl-Drang: ein unmissverständliches Zeichen, dass man etwas dringend loswerden möchte. Deshalb sagt man auch 'Schiss haben'.
- 4.17. Ängste sind wie Wunden. Am besten heilen sie, wenn man sie ohne Geschrei achtsam versorgt.
- 4.18. Angst kennt nur der Zeitgebundene.
- 4.19. Angst und Liebe sind umgekehrt proportional verknüpft.
- 4.20. Ängste sind wie schmutzige Füße – abwaschbar!
Fears are nothing but dirty feet: washable!
Being scared is as having dirty feet: both is normal – and not for ever!
- 4.21. Ängste und Wertungen sind hilfreich beim Erreichen von Zielen – der Angstfreie ist auch frei von Zielen.
A: Angst ist etwas Klebriges: Je mehr wir an Zielen kleben, desto größer die Angst.
- 4.22. Angstfreiheit ist die Mutter aller Freiheit, der Vater allen Glücks und das Kind der Erleuchtung.
- 4.23. Ängste sind kultur- und zeitabhängig.
- 4.24. Ängste sind wechselhaft wie die Mode. Es steht jedem frei, sie mitzumachen.
- 4.25. Ängste sind so real wie der Weihnachtsmann.
Fear is as real as Santa Claus!
- 4.26. Angstfreiheit ist ein Gradmesser der spirituellen Entwicklung. Wer gegen 'schwarze Mächte' und dergleichen kämpft, hat noch nicht einmal begonnen sich zu entwickeln.
- 4.27. Armeen sind zu Stahl erstarrte Angst.
- 4.28. Das JETZT kennt keine Angst.
- 4.29. Das Management seiner Ängste sollte man nicht anderen überlassen – vor allem nicht solchen, die uns etwas verkaufen wollen.

- 4.30. Das Selbst hat keine Angst, denn es ist grenzenlos – nur das Ego fürchtet um die Auflösung seiner Grenzen. Dabei wäre genau dies der Prozess, der es zum Selbst machen würde.
- 4.31. Die Wirtschaft lebt zum grossen Teil von der Angst. Angstfreie Konsumenten brauchen nur das Notwendigste – und nicht einmal das notwendigerweise.
- 4.32. *Fear kills sex.*
- 4.33. *Fear kills the appetite.*
- 4.34. Gefahren und Ängste sind erregend – ihre Überwindung macht Spaß.
- 4.35. Je mehr rationale Gründe wir nennen können für eine Angst, desto weiter sind wir von der Liebe entfernt.
- 4.36. Keine Angst, kein Glaube an eine Gefahr wird von allen geteilt.
- 4.37. Keine Angst ist so berechtigt, dass alle sie teilen.
- 4.38. Keine Angst, keine Gefahr ist tiefgründig – tief begründet. Alle kleben am vordergründigen Ego.
- 4.39. Keine Gefahr ist so real, dass alle sie als Gefahr wahrnehmen.
- 4.40. Liebe, Mut, Vertrauen sind Blüten der Angstfreiheit.
- 4.41. Mit der Wertung verschwinden auch Angst und Gier.
- 4.42. Momente der Gegenwärtigkeit sind Momente der Angstfreiheit.
- 4.43. No risk – no fun: Lasst uns das Gefahr-Angst-Spiel genau so lange spielen, wie es Spaß macht.
- 4.44. Nur der Ängstliche braucht Schutz
- 4.45. Nur wer an Gefahren glaubt, hat Angst. Beides ist so freiwillig, so kindlich und so spaßig wie der Glaube an den Osterhasen.
- 4.46. Seit es Menschen gibt, wird mit dem Schüren von Ängsten Macht ausgeübt – aber keine Kultur hat soviel Geld damit verdient wie die heutige.
- 4.47. Sich entwickeln heißt freier werden von Angst.
- 4.48. Solange Angst an der Liebe klebt, ist es keine.
- 4.49. Sport und Abenteuer sind herrlich harmlose Übungsplätze für das Spiel mit Gefahren und Ängsten.
- 4.50. Wenn die Angst zunimmt, läuft die Entwicklung verkehrt.
- 4.51. Wer Angst verbreiten will, muss die Leute dazu bringen, an Gefahren zu glauben.
- 4.52. Wer in Angst und Sorge stecken bleibt, wird impotent. Auf allen Ebenen.
- 4.53. Wertung entspringt der Angst.
A: Nur wer Angst hat, wertet. Der Angstfreie beobachtet und nimmt wahr.
- 4.54. Wer an Zielen klebt, hat Angst.
- 4.55. Zwei Kunstgriffe, um angstfrei zu werden: Der Autonome hat keine Angst, weil er sich autonom weiß. Der Verbundene hat keine Angst, weil er sich mit allem verbunden weiß. Der erste Kunstgriff scheitert irgendwann, spätestens beim Tod, wo sich die Autonomie als Illusion erweist. Der zweite funktioniert nur auf der Basis des ersten und des Scheiterns.

5. Anwälte

- 5.1. Anwälte sind wie Friteusen – sie hinterlassen in jedem Raum einen schlechten Nachgeschmack
- 5.2. Für einen Anwalt ist der Klient ein FALL – der Klient schnallt dies meist erst kurz vor dem Aufprall
- 5.3. Mit Anwälten kann man ein Vermögen machen – aus einem großen ein kleines

- 5.4. Anwälte sind wie Strichjungen: für alles zu haben. Mit dem kleinen Unterschied, dass sie ihre Kunden gegen den Strich bürsten
- 5.5. Anwälte sind wie Ameisenbären: sie ziehen den Rüssel erst raus, wenn nichts mehr zu holen ist
- 5.6. Anwälte sind wie Ehemänner: wenn sie einmal gekommen sind ist nachher tote Hose
- 5.7. Anwälte sind wie Panflöten: Je nachdem wer ihnen eins bläst, klingen sie anders
- 5.8. Anwälte sind wie militärische Notportionen: schlimmer als der eigentliche Waffengang
- 5.9. Anwälte gehören zu den wenigen Männern, die auch für Versagen belohnt werden
- 5.10. Anwälte sind wie Feuerwerk: grosses Bumbum und nachher ein Loch im Geldsäckel
- 5.11. Anwälte sind wie Schmeissfliegen: immer dort, wo die Kacke am Dampfen ist
(*stubenreine Version: immer auf den frischen Fladen*)
- 5.12. Ein guter Anwalt löst einen Fall nicht auf, sondern aus
- 5.13. AN-WALT ist der Bruder von GE-WALT
- 5.14. Mit Anwälten ist es wie mit dem Unglück: ein Anwalt kommt selten allein
- 5.15. Das Glück des Anwalts ist das Unglück der andern

6. Aufklärung

- 6.1. Die Aufklärung fand nicht statt. Es wurde nur der Götze 'Kirche' durch den Götzen 'Rationalität' ersetzt.
- 6.2. Jede Emanzipation von Vorurteilen ist Aufklärung. Alle Urteile sind Vorurteile. Also ist jede Relativierung eines absoluten Urteils ein Akt der Aufklärung.

7. Autonomie

- 7.1. Autonomie meint die innere Gesetzlichkeit des Selbst, nicht die äußere Willkür des Egos.
- 7.2. Autonomie ist die bewusste, freiwillige Einordnung des Egos unter die kosmische Ordnung des Selbst.
- 7.3. Autonomie ist nicht zu verwechseln mit der Willkür des Ichs.
- 7.4. Dekadenz der Autonomie: wenn das Auto die Gesetze diktiert.

8. Beamte

- 8.1. Beamte sind wie Mumien: man bestaunt sie erst, wenn sie lange tot sind.
- 8.2. Die Beamtenlaufbahn ist nur etwas für starke Charaktere. Schwache werden zu depressiven Sadisten.
- 8.3. Die einzige Möglichkeit, sich in einem genormten Beamten-Job zu profilieren, ist die individuelle Ausprägung der Ekelhaftigkeit, Ungepflegtheit und Sturheit. Aber da fast alle Beamten phantasielos sind, gelingt auch diese Profilierung nur beschränkt und so sind die meisten verwechselbar ähnlich ekelhaft, ungepflegt und stur. Einzig das Mass der Dummheit ist unterschiedlich und wer Pech hat, gerät an einen ekelhaft-sturen, der über eine fiese Schläue verfügt.
- 8.4. Durch eine winzige Operation – die Extraktion des 't' – wird ein stumpf-grauer 'Beamter' zum leuchtenden 'Beamer'!

- 8.5. Man sollte alle Beamten abschaffen – aber was machen wir dann mit unseren Aggressionen?
- 8.6. Wer humorlos, unkreativ, phantasielos und faul ist, sollte eine Beamtenlaufbahn anvisieren.

9. Begeisterung - Freude

- 9.1. Begeisterung im JETZT braucht kein *warum*.
A: Begeisterung im JETZT ist eine Seins-Qualität.
- 9.2. Begeisterung ist das Fenster, das Licht in dunkle Köpfe bringt.
- 9.3. Das Wichtige an der Begeisterung ist nicht ihr Grund und nicht ihr Ziel, sondern ihre Qualität.
- 9.4. Echte Freude braucht keinen Grund.
- 9.5. Etwas begeistert Sie? - Danken Sie dem 'Etwas', schicken Sie es weiter und behalten Sie die Begeisterung.
- 9.6. Freude ist mit Humor verbunden – darum ist das Zusammensein mit Fanatikern, Fundis und Ideologen und Sektierern der Freude meist abträglich
- 9.7. Freude '*weil*' und '*um zu*' ist nur kaschierte Gier
- 9.8. "Ich bin begeistert, weil..." - Wolln wir es wagen
Dem *weil* und was ihm folgt, mal zu entsagen
Uns nicht mit Gründen, Zwecken mehr zu plagen
Begeistertsein als Zustand zu ertragen?
- 9.9. Koppeln Sie Begeisterung von ihrem Auslöser ab – sie hält länger.
- 9.10. Laute Begeisterung kann stille Freude werden, wenn wir ihr Grund und Ziel entziehn.
- 9.11. Nach tausendmal 'Ich bin begeistert, *weil...*'
Da könnten wir's doch wagen
Dem *weil* und was ihm folgt, ganz zu entsagen.
- 9.12. Selbstgerechtigkeit scheut die Freude wie der Teufel das Weihwasser.
- 9.13. Sobald man Begeisterung kausal verknüpft, grenzt sie aus.
- 9.14. Wer Freude an sich hat, hat auch Freude an der Welt – an seiner Welt (*siehe auch WELT*)

10. Denken

- 10.1. Auch Tiere denken. Manchmal mehr als wir. Denn sie haben kein Fernsehen.
- 10.2. Denken als Beschäftigung ist etwas, was den Schwankungen der Mode genau so unterworfen ist wie das, worüber nachzudenken gerade IN ist.
- 10.3. Denken behindert Sein, denn Denken ist in der Zeit, Sein ist zeitlos.
- 10.4. Denken ist wie Sehen: Es führt hinaus. Hören führt hinein.
- 10.5. Gedanken schieben sich zwischen Subjekt und Welt.
- 10.6. Vom Denken auf die Realität zu schließen, ist mutig. Auch der Träumer denkt im Traum, er denke.
- 10.7. Wer denkt, ER denke, kann sich ganz schön täuschen.

11. Einheit und Jetzt

- 11.1. Absolute (→) Wahrheit gibt es im Jetzt. Und in der Einheit. Was letztlich dasselbe ist.
- 11.2. Absolutheit gibt es nur in der Einheit
- 11.3. Das JETZT ist die Einfallsachse der Einheit in die Vielheit

- 11.4. Einheit ist erfahrbar im Jetzt
- 11.5. Höchstmögliche Intimität erfahren wir im JETZT
- 11.6. Objektivität gibt es nur in der Einheit und im Jetzt

12. Ego und Selbst

- 12.1. Alles soll Krebs erregen. Das Einzige, was mit Sicherheit Krebs erregen kann, ist das Ego.
- 12.2. Das Ego gibt es nicht als materiell-konkretes Seiendes. Es ist ein theoretisches Konstrukt, das in ständigem Wandel begriffen ist und das von jedem Beobachtungspunkt aus in der Zeit und im Raum anders oszilliert. Es besteht aus den Rollenzuordnungen und Wertungen dessen, der es wahrnimmt. Erst die Summe aller möglichen Aspekte ergibt das SELBST – wobei das Ganze bekanntlich mehr ist als die Summe seiner Teile.
- 12.3. Das Ego neu einkleiden ist eines – es wieder entmachten, ein anderes.
- 12.4. Das Ego tut alles, um profiliert, unverwechselbar, einmalig zu sein – je besser dies gelingt, umso schneller und stärker setzt der gegenläufige Prozess ein: Inkognito, Sonnenbrille, Mantelkragen, abgedunkelte Scheiben – nur nicht als das 'Super-Ego' erkannt werden.
- 12.5. Das fleissige Ego bringt es weit, aber es schafft den Quantensprung nie, der demjenigen Wesen gelingt, das sich einfach als Kanal für das Selbst zur Verfügung stellt. Die durchfliessende Energie lässt auch den Kanal stärker leuchten, als dies dem schillerndsten Ego je gelänge.
- 12.6. Das Selbst hat keine Angst, denn es ist grenzenlos. Nur das Ego fürchtet um die Auflösung seiner mühsam errichteten Grenzen. Dabei wäre genau dies der Prozess, der es zum Selbst machte. *(siehe auch ANGST)*
- 12.7. Die Einsicht, dass wir das Ego schlussendlich aufgeben müssen, führt zur verzweifelten Aufplusterung, vergleichbar den Angsttrieben sterbender Bäume.
- 12.8. Der Hengst 'Selbstüberschätzung' galoppiert Kopf an Kopf mit der Stute 'Humorlosigkeit' dem Graben 'Alter und Tod' entgegen.
- 12.9. Nicht jeder, der das Rampenlicht meidet, ist frei von Eitelkeit.
- 12.10. Nur wer ein erwachsenes Ego hat, kann es wieder abbauen und zum Kind zurückfinden.
- 12.11. 'Selbstüberschätzung' ist ein Widerspruch in sich selbst, denn das Selbst umfasst alles, kann also nicht überschätzt werden. Es müsste 'Ego-Überschätzung' heissen.
- 12.12. Subjektiv ist das Ego sich selbst das Wichtigste – verständlich. Doch wer sich objektiv für wichtig hält, hat die Relationen verloren, bevor er sie gewann.
- 12.13. Witz der Weltgeschichte: Alles, was wir AUSSEN sehen, sind wir selbst.

13. Ehe

- 13.1. Als sie sich nicht mehr trauten, trauten sie sich
- 13.2. Aus der Endgültigkeit des ehelichen JA gibt es zwei Wege: Gleichgültigkeit oder Gültigkeit.
- 13.3. Das einzig sichere ist der Tod, nicht die Ehe!
- 13.4. Die Ehe ist das Seil, das zwei Bergsteigende verbindet. Es spannt sich nur, wenn es muss: um den Absturz zu verhindern.
- 13.5. Die Ehe ist ein Lernstudio, wo Frauen und Männer die Fremdsprache des andern übersetzen lernen.

- 13.6. Die Ehe ist etwas Grossartiges – für Kleinkarierte
- 13.7. Die Ehe ist wie eine abschliessbare Haustür: etwas Grossartiges für kleine Leute
- 13.8. Die Ehe verkürzt meist die Halbwertszeiten der Genießbarkeit der Beteiligten.
- 13.9. Die Ehe zwingt zum Weg nach Innen – oder sie bricht.
- 13.10. Die endlose Repetition von Motiven in der Volksmusik ist wie Sex in der Ehe.
- 13.11. Die Liebe ist die Strömung im stillen See der Ehe.
- 13.12. Die Liebe ist ein strömender Fluss, die Ehe ein stiller See.
- 13.13. Die spirituelle Beziehung: hohe Anforderungen an sich, keine an den Partner.
- 13.14. Die spirituelle Ehe ist das Floss, von dem aus das Paar Hand in Hand ins Meer des Selbst eintaucht.
- 13.15. Die spirituelle Ehe ist ein Probelauf für die Vereinigung mit allem, was ist. Darum ist letztlich jede Wahl richtig.
- 13.16. Die spirituelle Ehe kann der erste Schritt sein auf dem Weg zur Vereinigung mit allem im Innern.
- 13.17. Ehemänner sind oft wie schlechte Erinnerungen: zum Spülen.
- 13.18. Ehen sind geballte Erwartungs-Ladungen – zum Bersten verurteilt.
- 13.19. Ehen sind oft Freundschaften mit Verfalldatum.
- 13.20. Ehen sind wie leicht lecke Luftmatratzen: gerade recht, um im Hafen herumzupaddeln.
- 13.21. Ehen sind Zweikomponentenkleber für das Unwesentliche.
- 13.22. Eheleute sind wie Segler: Sie kennen jeden Handgriff – auch bei hohem Wellengang.
- 13.23. Ehen werden heute nicht mehr auf die Bibel, sondern auf ZGB und OR geschworen.
- 13.24. Ehepartner sind wie Besuche, die nicht mehr gehen.
- 13.25. Ehe: Die Kunst, sich dort nahe zu sein, wo beide es ertragen.
- 13.26. Ehe: Ein eingespieltes Team braucht kein Palaver.
- 13.27. Ehe: ein Leben in derselben Gasse
- 13.28. Ehe: ein Leben mit nur einer Ansichtskarte, die, an die wand gepint, verbleicht.
- 13.29. Ehe ist wie Jonglieren zu zweit.
- 13.30. Ehe: Kein Ruhekissen, sondern Abenteuer.
- 13.31. Ehe: Mehr als Nabelschau zu zweit.
- 13.32. Ehe: Zusammen Berge besteigen, die es vielleicht nur in der Welt des einen gibt.
- 13.33. Eine gute Ehe ist das Seil bei einer gewagten Klettertour von zwei Könnern.
- 13.34. Eine gute Ehe ist ein Balanceakt zwischen langweiliger Stabilität und abenteuerlichem Chaos.
- 13.35. Er musste viel Geld verdienen – denn das Mädchen war ihm teuer.
- 13.36. Frömmeler taugen für die Ehe: sie lesen sowieso im ganzen Leben nur ein Buch...
- 13.37. Gute Ehepaare sind wie Segler: sie kennen jeden Handgriff, auch hart am Wind braucht keine Worte.
- 13.38. Heiraten aus Angst ist Einfrieren der Liebe, damit sie nicht davon fließen kann. Das tut sie auch nicht. Aber sie tut auch sonst nichts mehr.
- 13.39. Heiraten ist die beste Methode, die Langeweile zweier Langweiler exponentiell zu potenzieren.
- 13.40. Je freiwilliger die Nähe, desto besser die Langzeitchancen einer Partnerschaft.
- 13.41. Lieber sechs Zehen am Fuß als drei Ehen am Hals.
- 13.42. Lieben heißt, seine Ego-Grenzen für ein erstes Wesen öffnen. Heiraten heißt, dies der Öffentlichkeit kundzutun.

- 13.43. Mit der Ehe ist es wie mit musikalischen Motiven: ein paar Wiederholungen oder Sequenzen provozieren den durchaus lustvollen Wiedererkennungseffekt – dann wird's langweilig und schliesslich nervt's.
- 13.44. Nicht jeder teure Abend birgt ein Abenteuer.
- 13.45. Nur wer allein sein kann, ist heiratsfähig.
- 13.46. Rötlich, gelblich, christlich, ehelich... '-lich' meint immer 'etwas weniger'.
- 13.47. Schlechte Ehemänner sind oft gute Freunde.
- 13.48. Schweizer Ehe: "...durch diese hohle Gasse *muss* er kommen..."
- 13.49. Sicherheitssysteme und Türschlösser dienen dazu, Gefahren abzuhalten, die den Unfrieden mit dem nörgelnden Ehepartner stören könnten.
- 13.50. Verheirate zwei harmlose Langweiler, nicht umrühren – und unten kommen zwei suizidale Depressive raus.
- 13.51. Verliebt: Aug' in Aug' an Ort.
Verheiratet: Hand in Hand unterwegs.
- 13.52. Wenn die Liebe schwindet, kommt der Gedanke ans Heiraten.
- 13.53. Wenn sich zwei nicht brauchen und sie nichts voneinander erwarten – dann hat ihre Ehe beste Chancen.
- 13.54. Wem ein fester Wohnsitz ein Gefängnis ist, der überlässt die Ehe besser denen, für die kein fester Wohnsitz Bedrängnis ist.
- 13.55. Wer die Ehe als Gefängnis erlebt, ist auch allein gefangen: in der Enge seiner Angst.
- 13.56. Wer die Freiheit nicht erträgt, geht freiwillig ins Gefängnis – z.B. in die Ehe.
- 13.57. Wer die Ehe als Zweckgemeinschaft versteht, wäre mit einem Kooperationsvertrag besser beraten.
- 13.58. Wer in der Ehe vorankommen will, muss rudern.
A: Wer im stillen Teich der Ehe vorankommen will, muss rudern.
- 13.59. Wer wunschlos glücklich ist allein – ist reif für die Ehe.
- 13.60. Wo Misstrauen herrscht, helfen Verträge, z.B. Eheverträge.

14. Erbarmen / Mitleid

- 14.1. Die Vielzahl tötet das Erbarmen.
- 14.2. Viele Fliegen sind des Mitleids Tod.
- 14.3. Vielheit killt Mitleid.

15. Erfolg und Glück

- 15.1. Erfolg hat mit Glück soviel zu tun wie Krieg mit Frieden
- 15.2. Erfolg ist das beste Mittel, um in Ego, Zeit und Raum stecken zu bleiben.
- 15.3. Erfolg spannt die Nasenflügel – Glück entspannt sie.
- 15.4. Erfolg vergrössert das Ego – Glück das Selbst.

16. Erwartungen / Wünsche / Gier

- 16.1. Die einzig sinnvolle Erwartung geht an dich selbst: Dass es dir gelingen möge, die Erwartungen aufzugeben.
- 16.2. Enttäuschung basiert immer auf Erwartung.
- 16.3. Erwarte nichts – und du wirst begeistert sein.
- 16.4. Haben wir etwas verinnerlicht, schwindet die Gier danach.
- 16.5. Lässt du die Gier in Dir sterben, wirst du lebens- und sterbefähig.
- 16.6. Warten ist langweilig – erwarten auch.
- 16.7. Wer Wunscherfüllung will, wird Widerstand wecken.

17. Ethik

- 17.1. Ethik heißt: das Unmögliche versuchen
- 17.2. Ethik heißt nicht Pathetik
- 17.3. Ethik ist in allen Kulturen das Bemühen um die Aufrechterhaltung einer Wertehierarchie – diese letztere aber ist kulturabhängig. Im Konflikt sind nicht verschiedene 'Ethiken' – ein Hinweis darauf ist die Tatsache, dass es den Plural von Ethik gar nicht gibt – sondern verschiedene Wertehierarchien.
- 17.4. Ethik ist ein durch zu häufigen und zu billigen Gebrauch etwas abgenutztes Wort für Achtsamkeit

18. Frauen / Männer

- 18.1. Das starke Geschlecht ist das, welches mehr lobt und liebt
- 18.2. Der Mann ist dem Manne zuallererst Konkurrent
- 18.3. Der Reiz von Frauen und Börsen liegt in ihrer Unberechenbarkeit
- 18.4. Der Unterschied zwischen alten Autos und alten Frauen liegt im Ton
- 18.5. Die Falten sind nicht das Problem – es ist der Hass, der hässlich macht
- 18.6. Die Frau ist jeder anderen zuallererst Gefahr
- 18.7. Die Scheidung ist die Hauptursache der Überalterung: in Freiheit lebt sich's länger
- 18.8. Die Voreingenommene ist eine, die ein anderer vor uns eingenommen hat
- 18.9. Ehen sind wie Aquarien: transparente Gefängnisse
- 18.10. Entdecken und Erobern sind die Lieblingsspiele des Mannes – schlaue Frauen spielen mit
- 18.11. Er packte sie und die Gelegenheit beim Schopf
- 18.12. Frauen sind gar nicht kompliziert – aber das zu erkennen, ist verdammt kompliziert
- 18.13. Frauen sind kluger als Männer – sie bleiben nie in Visionen stecken
- 18.14. Frauen sind wie alle Geheimnisse – sie dürfen nie restlos aufgeklärt werden
- 18.15. Frauen sind wie Börseninvestitionen: irrationales Abenteuer
- 18.16. Frauen sind wie Excel-Programme: sie errechnen ungefragt dauernd das Total
- 18.17. Frauen sind wie Hufeisen: sie bringen Glück – solange man sie nicht an den Kopf geknallt kriegt
- 18.18. Frauen sind wie Geigen: erst wenn man sie streicht, beginnen sie zu klingen
- 18.19. Frauen sind wie Gitarren: erst wenn man sie zupft, erwacht der Klangkörper
- 18.20. Frauen sind wie Kachelöfen: mühsam zum Anfeuern; aber einmal heiß, kaum mehr abzukühlen
- 18.21. Frauen sind wie Stelzen: wer auf sie steht, kommt höher hinauf, fällt aber auch tiefer
- 18.22. Frauen sind wie Vasen: in ihnen können Männer aufblühen
- 18.23. Frauen verbergen Machtgier hinter Rätselhaftigkeit, Männer hinter Vernunft
- 18.24. Gegensätze ziehen sich an – und aus
- 18.25. Geheimnis, das er nie versteht, Abenteuer, das er nie besteht: die Frau
- 18.26. Geheimnis soll Geheimnis bleiben – das gilt dem Mann auch für die Frau
- 18.27. Hass macht auch Models hässlich
- 18.28. Hinter Haaren hausen häufig Geheimnisse – aber Geheimnisse sollten Geheimnisse bleiben...
- 18.29. Intelligenz bemisst sich an der Distanz zu dem, was gerade Mode ist

- 18.30. Männer brauchen umgrenzte Spielfelder: nach dem Sandkasten kommt der Bettkasten
- 18.31. Mann denkt – Frau lenkt
- 18.32. Männer sind einfach: vier Fetthügel halten sie bei Laune
- 18.33. Männer sind den Frauen nur beim Pinkeln überlegen
- 18.34. Männer sind meist lösungsorientiert, direkt und pragmatisch, Frauen eher stimmungsorientiert, indirekt und raffiniert - aber manchmal sind sie nicht raffiniert genug, zu bemerken, dass die Männer ihr Raffinement nicht bemerken
- 18.35. Männer verfallen Frauen – Frauen sich selbst
- 18.36. Männer werfen Frauen nicht weg – sie nehmen bloß neue dazu
- 18.37. Männer sind wie Lose: auf 1000 Nieten kommt ein Treffer
- 18.38. Männer sind wie radioaktive Abfälle: sie haben eine unsäglich lange Halbwertszeit
- 18.39. Männer sind wie Schiffe: sie laufen aus und gehen unter.
- 18.40. Männer zielen auf's Tor – Frauen auf den Liga-Erhalt
- 18.41. Man sollte Machtgier und Kontrollwahn nicht mit Emotionalität verwechseln
- 18.42. Mit Frauen kann man sich ein kleines Vermögen schaffen – Aus einem großen ein kleines...
- 18.43. Nacktheit hat ihren Preis. Nur das Verhüllte kann enthüllt werden.
- 18.44. NONNE kommt von NON und NE.
- 18.45. Nichts verliert die Gültigkeit so schnell wie die Gebrauchsanleitung für eine Frau
- 18.46. Schleier und Geheimnisse soll man nie ganz lüften.
- 18.47. Wären Frauen sicher und berechenbar, kein Gockel krähte danach!
- 18.48. Wenn eine Frau zu einer Freundin sagt "Ich gehe", will sie hören "Nein, bleib!". Sagt ein Mann dasselbe zu einem Freund, will er hören "Ok". Sagt eine Frau ihrem Mann "Ich gehe!" um ihn wachzurütteln, so sagt der "Ok" - und ihr bleibt nur die Wahl, ihn über den Trick aufzuklären oder wirklich das zu tun, was beide nie wollten: zu gehen. Das Komplizierte an Frauen ist nicht ihr Wesen, sondern die tausend Schichten, unter denen sie es verbergen
- 18.49. Wüsste der Mann, welche praktische Vernunft in Weibes schönem Köpfchen herrscht, er jagte wieder Büffelherden

19. Freiheit

- 19.1. Der Tod ist die Befreiung aus der angstvollen Enge des Körpers.
- 19.2. Freiheit ist Freisein vom Ich.
- 19.3. Freiheit: Ferien vom Ich.
- 19.4. Freiheit heißt Freisein vom Festhalten.
- 19.5. Freiheit ist Freisein von Wunsch, Erwartung und Gier.
- 19.6. Freiheit ist kein Besitztum, sondern eine innere Haltung.
- 19.7. Freiheit liegt jenseits der Angst.
- 19.8. Ich kann über Kontinente fliehen – nie werd ich frei von meinem ICH.

20. Freundschaft / Feindschaft

- 20.1. Dem Ängstlichen ist die Welt voller Nebenbuhler.
A: Dem Ängstlichen ist die Welt voller Feinde.

- 20.2. Der Ängstliche sieht in jedem anderen zuerst den Konkurrenten, erst dann den Menschen und den Freund.
- 20.3. Die Schwache sieht nur Stärkere – zu Recht.
- 20.4. Der Schwache braucht Freunde, die ihn stark erscheinen lassen.
- 20.5. Der Starke hat den Andersgesinnten zum Freund.
- 20.6. Der Starke wittert überall potenzielle Freunde, der Schwache Feinde.
- 20.7. Freundschaft bedarf nicht der Gleichgesinntheit.
- 20.8. Freundschaft braucht keine Schminke.
- 20.9. Freundschaft heißt: reinen Wein einschenken.
- 20.10. Freundschaft ist die beste Medizin.
- 20.11. Freundschaft ist die beste Investition deines Lebens.
Friendship is the best investment of your life.
- 20.12. Freundschaft ist Achtung und Achtsamkeit.
- 20.13. *Dealing kills friendship – friendship kills dealing.*
A: Dealing with friends needs clear agreements.
*A: **IF** you deal with friends – make clear agreements.*
- 20.14. Lieber ein Räuber als eine andere Schönheit.
- 20.15. Niemand kennt mehr schöne Frauen als die Unsichere.
- 20.16. Wahre Freundschaft verbindet Verschiedene.

21. Geduld

- 21.1. Geduld ist ein Geschenk des Alters.
- 21.2. Ungeduld ist ein Zeichen von Selbstüberschätzung.
- 21.3. Wenn sich Geduld mit Gelassenheit paart, ist Weisheit nicht mehr fern.

22. Gefühl – Emotio

- 22.1. Kein Gefühl ist kälter als das vorgetäuschte
- 22.2. Keine Kälte ist so kalt wie die hinter Hitze kaschierte
- 22.3. Ratio fürchtet Emotio wegen ihrer vermeintlichen Unberechenbarkeit – umgekehrt fürchtet Emotio die Ratio wegen ihrer vermeintlichen Berechenbarkeit. Sie tun dem vermeintlichen Gegenspieler zu viel Ehre an. Beide sind so kontrollierbar wie derjenige, der sich ihrer bedient.
- 22.4. Sowohl emotionale wie rationale Räusche können abenteuerlichen Spass machen und sogar Entwicklungsschübe auslösen – die Promillegrenze gilt erst, wenn wir andere mit hineinzuziehen versuchen.
- 22.5. Wenn sich die Ratio mit der Emotio verbündet, kann ein starkes Gespann entstehen

23. Gesundheit – Krankheit

- 23.1. Gesund ist, wer mit Krankheit umgehen kann
- 23.2. Gesundheit ist nur aufgrund ihrer vorübergehenden Abwesenheit erlebbar
- 23.3. Gesundheit wird oft auf Schmerz- und Leidensfreiheit, 'Wohlbefinden' aufgrund von Vollgefressenheit und TV-Anschluss reduziert. Man kann sie auch als Zielmetapher verstehen für Ganzheit, Heilsein – und damit einverstanden sein, dass wir diesen Zustand erst erreichen, wenn wir uns von den Schöpfungsparametern Ego, Zeit, Raum und Kausalität vollständig gelöst haben – oder als Appetizer in Momenten des 'Im-Jetzt-Seins'.

- 23.4. Krankheit ist Herausforderung zum Dialog. Wer sich dem Gespräch entzieht, sei es durch völlig passive Aufgabe oder Kampf mit allen Waffen, wird ihr nicht gerecht. Kommunikation ist Interaktion, die den Kommunikationspartner ernst nimmt, sich ihm stellt, ihn weder totschiagen noch sich ihm blind unterwerfen will. Es ist die Balance zwischen Nur-zu-allem-Ja- und Nur-zu-allem-Nein-Sagen.
- 23.5. Krankheit ist ein vielleicht unparadiesischer, aber höchst wirksamer und uns gemässer Helfer auf dem Weg zu Gelassenheit, Dankbarkeit, Sich-verbunden-Wissen mit allem, was ist; zum Relativieren und Verblassenlassen der Wichtigkeit des Ichs; Krankheit hilft auch, ein entspannteres Verhältnis zur Zeit zu finden, sich und sie nicht mehr so ernst zu nehmen; desgleichen den Raum: der äusserlich-geographische Ort verliert, die energetische Ausstrahlung von Orten und Wesen gewinnt für den Kranken an Bedeutung; auch das Relativieren von Wertungen gelingt dem Genesenden einfacher: wer nur schon nach einer saftigen Erkältung nach Tagen des Nichts-Riechens plötzlich wieder Gerüche wahrnimmt, dem wird sogar Gestank zum freudigen Ereignis.
- 23.6. Mit Krankheit umgehen heisst, sich auf Interaktion einlassen, sich gegenseitig verstehen wollen. Der erste schwierige Schritt ist, sie als Entität wahr- und ernst zu nehmen, sie überhaupt für dialogfähig zu erachten.

24. Gewinn und Verlust

- 24.1. Gewinn ist immer auch Verlust – Freiheit, Freunde, Friede?
- 24.2. Verlust ist immer auch Gewinn – man denke an den Verlust der Unschuld oder überflüssiger Pfunde
- 24.3. Verlust ist immer auch Gewinn
Zumindest ein Gewinn an Sinn
- 24.4. Was dem einen Gewinn ist dem andern Verlust. Wir können den einen und den andern gleichzeitig spielen.

25. Gier

- 25.1. Gier bleibt Gier – egal worauf sie sich richtet.
- 25.2. Gier ist immer Autonomieverlust.
- 25.3. Gier nach Erleuchtung ist nicht edler als Gier nach Reichtum oder Macht.

26. Glück

- 26.1. Das Glück ist immer da, man muss es nicht jagen, nur zulassen.
- 26.2. Das Maß des Glücks ist direkt proportional zur erreichten Angstfreiheit.
- 26.3. Der Glücks-Phoenix erhebt sich immer wieder aus der Asche des Unglücks, seiner eigenen Asche.
- 26.4. Geld, Gut, Gesundheit sind genau so geeignet, unser Glück zu fördern oder zu hemmen wie Armut und Krankheit.
- 26.5. Glück ist: Einverstandensein. Mit sich und der Welt.
- 26.6. Glück ist jenseits von Wollen, Wissen und Wertung.
- 26.7. Glück lässt sich so wenig besitzen wie das Lächeln eines Kindes.
- 26.8. Glück wächst mit dem Grenzabbau. Und Grenzabbau ist Ego-Abbau.
- 26.9. Irdisches Glück ist vergänglich, aber auch repetitiv – und damit doch immer da.

- 26.10. Körper, Seele und Geist sind unsere 'Talente'. Tägliche Arbeit mit den Talenten macht glücklich.
- 26.11. Quell allen Glücks und Quell allen Unglücks liegt in dir selbst.
- 26.12. Umarme dein Unglück – es ist der Nährboden deines Glücks.
- 26.13. Wahres Glück liegt jenseits von Lust und Erfüllung.
 A: Wahres Glück ist nicht befriedigte Lust, sondern jenseits aller Gier.
 A: Wahres Glück liegt jenseits von Gier und Befriedigung.
 A: Wahres Glück liegt jenseits von Hunger und Sattsein.
- 26.14. Was kostet unser Glück? – Die Einsicht, dass es nicht käuflich ist.
- 26.15. Was kostet unser Glück? – Die Freude, ihm im Außen nachzujagen!
- 26.16. Wünsche hat nur das ICH.
- 26.17. Wunschlos glücklich? – Wer Wunschlos ist, IST glücklich!
 A: Wunschlos ist wahres Glück.
- 26.18. Wer glücklich ist, ist Wunschlos. Wer Wunschlos ist, ist angstfrei.

27. Grenzen

- 27.1. Grenzen entstehen nur dadurch, dass wir sie ziehen.
- 27.2. Grenzen sind nötig. Denn erst die Anstrengung ihres Niederreißen lässt uns wach werden für die Weite der Grenzenlosigkeit.
- 27.3. Mit der ersten Grenzziehung um ein ICH kommt das DU und die Auseinandersetzung in die Welt.
- 27.4. Wer nie Grenzen setzt, erfährt das ICH nicht.
 Wer nur Grenzen setzt, erfährt das DU nicht.

28. Haustiere

- 28.1. Die Traumkundinnen jedes Tierarztes sind die verhärmteten 'femmes mal-baisées' zwischen 40 und scheintot: ihre Tiere haben jeden Tag ein neues Wehwehchen.
- 28.2. Haustiere nehmen die Energien ihrer Halter direkter auf als menschliche Hausgenossen. Sie spiegeln Irritationen sogar synchron.
- 28.3. Haustiere sind grossartige Lehrmeister – wenn wir bereit sind, die Arroganz vermeintlicher Überlegenheit abzustreifen
- 28.4. Nirgends wird die Spiegelfunktion der Welt deutlicher als bei den Haustieren: ein Welpen wird bei der komplizierten, an mangelndem Selbstwertgefühl leidenden und unterbeschäftigten Besitzerin innert Kürze zum komplizierten Hund, der nur noch ganz bestimmte Dinge aus ganz bestimmten Näpfen zu ganz bestimmten Zeiten an ganz bestimmten Orten frisst.
- 28.5. Spass *und* Erkenntnisgewinn bringt es, sich auszumalen, wie unsere Haustiere sich über uns unterhalten. Wohl oft gelassener, grosszügiger, verbundener als umgekehrt?

29. Handy-Generation

- 29.1. Dihäi es Puff – hütt en Suff – morn geil druff.
- 29.2. Es war noch nie so leicht, nicht miteinander zu kommunizieren.

30. Höherer Blödsinn – stab-, schüttel- oder sonst gereimt

Limericks

Das Hirni des Opas im Fricktal
War birnig und von Chemie-Schlick kahl
Denn er frass ums Verworgen
Viagra zum Zmorgen
Omas Schicksal im Fricktal war Fick-Qual

- 30.1. Da gab es im Fricktal ne Oma
Die lag mal kurzfristig im Koma
Als sie bald drauf erwachte
Da strahlt' sie und lachte:
"Koma ohni Ma macht d'Oma froh, Ma!"
- 30.2. Eine Tankstellen-Lady in Eiken
Die brachte rein nix zum Erbleiken
Sie bleibt locker und nett
Löst sich im Wasserbett
Doch: reinseiken – nein da tat sie streiken!
- 30.3. Da hat eine Lady bei Frick
Den ultimativ-geilen Kick
Wenn sie rhythmisch bewegend
Und schnell sich erregend
Zum Zielsprung im Cross ritt, dem Rick.
- 30.4. Ne Powerhorsewoman called Nelly
E helli und spirituelli
Schnappt sich flugs einen Mann
Der mehr anderes kann
Öb vertelli ächt s Nelly das welli?
- 30.5. Er tappte lang ums Schlüsselloch
Fand aber dann die Schüssel doch.
- 30.6. Frohgemut wird alsodann
Wer EHEmals war EHEmann.

Gutenachtkurzgeschichten für globalisierte Kids

30.7. *Who is who in the zoo?*

"Du!?"
Sprach die Kuh
Zum Uhu
While he flew
"C'est le clou!
Diese Ruh
When you do
It sans Schuh!"
And she flew
Her too
vom Piz Palu
Pour äi Minu
-te 'til to
End of Kuh.
Muh.

Schüttel

- 30.8. Es sprach der Elefant mit seinem Rüssel: **S**chleich
Zu Wunibald, auf dass er dir den **S**chlüssel **r**eich!
- 30.9. Es wollt ein **W**urm mal **t**esten
Den schiefen **T**urm im **W**esten.
- 30.10. Trägt ein böser **T**iger nebst Zähnen noch ne **F**linte
Sitzen auch die **F**lieger doppelt in der **T**inte.
- 30.11. Den **H**inkenden sagt er: Geht hin an die **W**ände
Den **W**inkenden aber: Gebraucht eure **H**ände.

Stab

- 30.12. Wer **M**issen **m**isst, **m**isst **M**ist.
30.13. **W**er **W**unscherfüllung **w**ill, **w**ird **W**iderstand **w**ecken.

31. Humor und Ernst

- 31.1. Berufsehre, Standesdünkel und Humorlosigkeit sind Geschwister.
31.2. Das einzige, was man obligatorisch erklären sollte: Jeden Tag lachen – über sich selbst!
31.3. Der größte Graben zwischen Menschen und Völkern ist der des Humors
31.4. Don Quichotte bekämpfte immerhin Windmühlen – wir bekämpfen ständig uns selbst!
31.5. Eitelkeit flieht (*meidet; fürchtet*) den Humor wie der Teufel das Weihwasser
31.6. Ernst und Pathos zeugen immer von Selbstüberschätzung
31.7. Er schlägt den Sack und meint – sich selbst.
31.8. Es gibt nichts Langweiligeres als Sicherheit.
31.9. Es gibt nur etwas, was schlimmer ist als falsches Pathos: echtes Pathos.
31.10. Gott hat Humor.
31.11. Humor der Hummel: Dicksein und doch fliegen können.
31.12. Humor: Erkennen, dass das Schwere leicht ist.
A: Humor heißt erkennen, dass die Schwere des Schweren Illusion ist.
31.13. Humor ist der schmale Grat zwischen Bierernst und Sauglattismus.
31.14. Humor ist die Fähigkeit der Giraffe, über ihren langen Hals zu lachen.
31.15. Humor ist die Fähigkeit, über seinen Schatten zu springen – und von dort aus lächelnd mit ihm umzuspringen.
31.16. Humor ist wie Musik und Liebe: eine Brücke zum DU
31.17. Humorlosigkeit ist die häufigste Krankheit in der Schweiz. Jährlich fallen ihr Tausende zum Opfer. Medizin dagegen wäre, sich nicht mehr als Opfer zu betrachten und über die neu gewonnene Freiheit zu lachen.
31.18. Man kann ernsthafte Arbeit verrichten – ohne sich dabei furchtbar ernst zu nehmen
31.19. Nimm deine Verantwortung ernst, aber nicht dich selbst
31.20. Wer sich ernst nimmt, hat den Humor bereits verloren

32. Hut - Behüten

- 32.1. Behütung ist auch Behinderung / Bevormundung / Beschränkung
32.2. Behütung führt zur Verhütung – von allem Lebendigen
32.3. Der Hut ist die Haut des hilflosen Hirns
32.4. Der Hut ist zum Hirn was die Hütte zum Haus
32.5. Hüte dich vor Hüten – sie beschränken deine Sicht (Cave capes...)

- 32.6. Hut hemmt Sicht / Hut hindert Sicht
- 32.7. Hut hindert Heldenmut
- 32.8. Hut schränkt Sicht nach oben ein
- 32.9. Jeder Hut beschränkt die Sicht nach oben
- 32.10. Zuviel Hut nimmt Sicht und Mut
- 32.11. Kronen sind nach oben offen

33. Intelligenz, Klugheit, Dummheit

- 33.1. Angst ist die emotionale Form von Dummheit
- 33.2. Autoritätsgläubigkeit ist die beliebteste Form von Dummheit
- 33.3. Der Dumme weiss gar nicht, was Rationalität ist; der Halbschlaue verliert sich in ihr; der Kluge nutzt sie als eines von vielen Hilfsmitteln der Erkenntnis.
- 33.4. Der dümmste Satz der abendländischen Geistesgeschichte: "Machet euch die Erde untertan".
- 33.5. Dummheit hat viele Gesichter: das verzerrteste ist Angst, das flackerndste Fundamentalismus, das stumpfste Gewalt.
- 33.6. Dummheit ist lernbar – kein Ausbildungssektor floriert vergleichbar
- 33.7. Dummheit kann stabil sein – zum Beispiel dank Festklammern an Gewohntem
- 33.8. Intelligent ist, wer die Grenzen der Intelligenz im Allgemeinen und die Grenzen seiner eigenen Intelligenz im Besonderen immer wieder neu entdeckt und erweitert.
- 33.9. Intelligenz ist Weg, Mittel, Instrument – nicht Zweck oder Ziel.
- 33.10. Intelligenz ist wie ein Skalpell, nützlich in der Hand des Operateurs, tödlich in der Hand des Fundamentalisten
- 33.11. Intelligenz ist Wissen um ihre Grenzen
- 33.12. Intelligenz setzt Grenzen – Weisheit löst sie auf.
- 33.13. Intelligenz spaltet – Weisheit fügt zusammen
- 33.14. Ob Intelligenz heil- oder unheilbringend ist, hängt vom Benutzer ab
- 33.15. Rationalitätskritik will die analytische Intelligenz nicht verdammen, nur in ihre Schranken weisen und vor ihrem Missbrauch warnen.
- 33.16. Wenige Symptome zeigen so deutlich Dummheit an wie der Satz: "Dies ist die absolute Wahrheit"
- 33.17. Wenn sich Angst und Dummheit das Ja-Wort geben, liefert die Wirtschaft die Aussteuer zu Aktionspreisen.

34. Kleider

- 34.1. BH-los im Shirt – welch Segen
Fällt auf das Girl noch warmer Regen!
- 34.2. Blusen sind dazu da – deshalb das l – sich liebe- und lustvoll über den Busen zu spannen.
- 34.3. Der Slip soll nicht bedecken – nur bis zum Strip verstecken.
- 34.4. Dieser Büstenhalter ist ein Flüsterschalter und ein Küssespalter, ein Gerüstverwalter und ein Lüstespalter – dies im Düstern lallt er und die Nüstern ballt er unser Küstenfalter.
- 34.5. Ein Männertraum ist diese Chose:
Ein Girl im Mini ohne Hose!
- 34.6. Ein Mantel – muss weicher, leichter sein als eine Hantel
Drin wohnt im Winter die Tarantel (des Reimes wegen).

- 34.7. Es eignet sich der kurze Jupe
Ganz ideal für ins Gestrüpp.
- 34.8. Hosen sind dazu da, den so oder so peinlichen Biorhythmus des Mannes
notdürftig zu kaschieren.
- 34.9. Kleider machen Leute – aber keine Menschen.
- 34.10. Socken sind dazu da, dass es uns ab und zu aus ihnen haut.
- 34.11. Unter Röcke – schau mitunter Böcke

35. Kommunikation / Sprache

- 35.1. Der Mensch ist so stolz auf die Sprache – das Kommunikationsmittel mit der
höchsten Missverständnis-Quote
- 35.2. Die gleichen Wörter benutzen heißt noch lange nicht, sich zu verstehen
- 35.3. Die schwierigste Übersetzung ist die von derselben Sprache in dieselbe
- 35.4. Es gibt keine sprachlich vermittelbaren Facts. Sprache und Objektivität
schließen sich aus.
- 35.5. Gemeinsame Form schafft keine gemeinsamen Inhalte.
- 35.6. Glückliche Sprache: Wir kennen wohl die Wohltat, doch nicht die Wehtat!
- 35.7. Im Dialog hangeln sich die Partner auf einen höheren Ast am Baum der
Erkenntnis. Teamgeist und Kletterkunst sind gefragt.
- 35.8. Musik ist die Semantik des Supra-Rationalen
- 35.9. Sprache ist bestenfalls ein Wegweiser zu den Inhalten
- 35.10. Sprache ist ein Code, zu dem es keine zwei gleichen Schlüssel gibt
- 35.11. Sprache ist einer der hilflosesten Versuche, Gemeinschaft zu schaffen
- 35.12. Sprache ist Fastfood-Communication
- 35.13. Sprache kann Einstiegshilfe sein, um in die Tiefen Gemeinschaft schaffender
Kommunikation einzutauchen
- 35.14. Sprache macht's möglich: Wenn wir allen Waffen weltweit am richtigen Ort ein
L einfügen, werden sie zu WaffeIn und wir haben gleich noch das Problem
des Welthungers gelöst
- 35.15. Sprachen gibt es genau so viele wie Sprechende
- 35.16. Verbale Kommunikation allein transportiert nie etwas Ganzes
- 35.17. Verbale Kommunikation ist ein Ausschnitt aus der rationalen Kommunikation,
die wiederum nur ein Ausschnitt aus der Gesamtheit kommunikativer
Möglichkeiten ist
- 35.18. Wer übersetzt, ohne ständig am Rande des Wahnsinns zu taumeln, ist
entweder ein selbstgerechter Ignorant oder ein Genie
- 35.19. Wer wahrgenommen werden will, muss mit Mut meckern

36. Konflikt

- 36.1. Abstoßen sollte man nur sich selbst: Vom bequemen Sessel
- 36.2. Auseinandersetzung und Zusammenstehen wechseln sich ab wie Kontraktion
und Dehnung des effizienten Muskels
- 36.3. Das richtige Maß an Sensibilität bemisst sich immer am Gegenüber
- 36.4. Den Stil eines kultivierten Konflikts bestimmt der Sensiblere.
- 36.5. Der gute Chef stößt an, nicht ab
A: Der gute Chef stößt Dinge an, nicht Menschen ab
K: Anstoßen statt abstoßen
- 36.6. Der Starke passt das Maß des Konflikts der Verträglichkeit des Schwächeren
an. Tut er dies nicht, ist er nicht stark, sondern rücksichtslos.

- 36.7. Erst wenn anstoßen anstößig wird, wird's abstoßend
- 36.8. Gleichdenker haben's nett, aber sie kommen nicht vom Fleck
- 36.9. 'Gleich und gleich gesellt sich gern' – aber ein Unternehmen ist mehr als 'geselliges Beisammensein'
- 36.10. Kein Konflikt → Stillstand
roher Konflikt → Rückschritt
kultivierter Konflikt → Fortschritt
- 36.11. Kein Konflikt ist Stillstand
Roher Konflikt ist Energieverlust
Kultivierter Konflikt ist Entwicklung
- 36.12. Konflikte lassen sich nicht vermeiden, nur verdrängen
- 36.13. Kultivierte Auseinandersetzung ist der stärkste Entwicklungsmotor
- 36.14. Sensibilität ist wertfrei. Das Zuviel oder Zuwenig beruht auf subjektiver Wertung.

37. Körper – Seele – Geist

- 37.1. Der Körper ist der Käfig der Seele: mach ihn auf, lass sie fliegen!
- 37.2. Der Körper ist der Werkzeugkasten der Seele: mach ihn auf und benutze ihn!
- 37.3. Dein Körper ist das Blatt, auf das dein Geist den Text schreibt, den die Seele rezitiert.
- 37.4. Die einzige Lust der Seele ist, sich auszudehnen ins Unermessliche
- 37.5. Die Leere des Himmels ist Nahrung für die Seele
- 37.6. Die Stille ist Nahrung für die Seele
- 37.7. Die Weite des Meeres ist Nahrung für die Seele
- 37.8. Du selbst bist das unbeschriebene Blatt, der Schreibende und der Vortragende
- 37.9. Eingespernte Seelen verkümmern
- 37.10. Fülle, Vielheit, Wechsel und Lärm für die Ratio – Leere, Einheit, Weite und Stille für die Seele
- 37.11. Leere, Weite und Ruhe sind heilsam für die Seele
- 37.12. Seelen sind wie Vögel – im Schwarm und doch frei
- 37.13. Seelen sind wie Vögel: sie wollen fliegen
- 37.14. Seelenvögel fliegen im Schwarm der Sonne entgegen – aber jeder fliegt für sich allein

38. Kultur

- 38.1. Ein Gradmesser für den Stand einer Kultur ist ihr Umgang mit Kindern. Wir töten sie, bevor sie auf der Welt sind, trennen sie von ihren Müttern, mästen sie, töten sie industriell, fressen sie seelenlos.
- 38.2. Eine Kultur, die Tierkinder von ihren Müttern wegreisst, ist keine.
- 38.3. Es gibt ein Wissen, über das jedes Säugetier verfügt – einzig der blasiert- 'moderne' Mensch scheint es verloren zu haben: Das Neugeborene gehört zu seiner Mutter.
- 38.4. Ich pfeife auf eine Zivilisation der Mikrochips und Mondraketen, solange Tierkinder Sekunden nach der Geburt von ihren Müttern weggerissen und in Holzverschlüge geschmissen werden.
- 38.5. Kultur heisst achtsam hegen und pflegen
- 38.6. Kultur ist die Kunst der Achtsamkeit

39. Kunst

- 39.1. Du bist nicht mehr als ein lustiges Lied. Aber auch nicht weniger
- 39.2. Kunst beginnt dort, wo der Verstand an seine Grenzen stößt
- 39.3. Kunst ist etwas Ganzheitliches. Weder Ratio noch Intuitio allein können sie erfassen
- 39.4. Kunst sprengt das Rational-Funktionale und macht den Weg frei zur andern Seite
- 39.5. Kunst und Religion schaffen Kontakt zum Numinosen, zum Supra-Rationalen
- 39.6. Kunst und Religion versuchen, das Unsagbare fassbar zu machen
- 39.7. Kunst-Verstand reicht nicht aus – es braucht Kunst-Liebe, um Kunst zu erfassen
- 39.8. Ratio kann Kunst beschreiben, um sie zu erfassen, muss die Intuition dazukommen

40. Leben

- 40.1. Der größte Lebensverzicht heißt Angst: er ist freiwillig
- 40.2. Leben heisst aktiv am Dialog mit der Welt teilnehmen
- 40.3. Leben ist Rhythmus – und Rhythmus bedingt Wechsel von Geben und Nehmen, von Aufbau und Abbau, von Nähe und Distanz, von Festhalten und Loslassen
K: Leben ist Rhythmus – und Rhythmus bedingt Wechsel
- 40.4. Wer zum Leben 'mein Leben' sagt, setzt Grenzen

41. Liebe / Hass

(siehe auch ANGST)

- 41.1. Angst zerpfückt, Liebe verbindet.
- 41.2. Äußeres Zusammensein kann man beenden, Besitzgier und Verlustangst überwinden – wahre Liebe bleibt.
- 41.3. Der Hass verschwand – und homerisches Gelächter erfüllte den Planeten
- 41.4. Die größte Verwechslung der Menschheitsgeschichte: *'Lieben'* und *'Habenwollen'*
- 41.5. Die Sonne der Liebe wärmt nicht nach Verdienst
- 41.6. Die Sonne wärmt auch den windigsten Wicht
- 41.7. Es gibt keine harten Herzen – nur Panzer rund um weiche Herzen
- 41.8. Es liegt an unserer Liebe, ob wir gefrorene Herzen zum Tauen bringen
- 41.9. Grosse Liebe strahlt alle an
- 41.10. Grosse Liebe wertet nicht
- 41.11. Hass erzeugt Hässlichkeit, innen und außen
- 41.12. In jedem Mörder steckt ein ungeliebtes Kind (*ein verletztes Herz*)
- 41.13. Je kleiner die Liebe, desto gebündelter ihr Licht
- 41.14. Liebe bringt das dickste Packeis zum Schmelzen
- 41.15. Liebe, die sich auf etwas richtet, schließt anderes aus
- 41.16. Liebe, die unterscheidet, ist keine
- 41.17. Liebe empfangen und Liebe geben können – die beste Grundausrüstung, die wir unseren Kindern mitgeben
- 41.18. Liebe erzeugt Lieblichkeit, innen und außen
- 41.19. Liebe ist das vielseitigste Kombi-Werkzeug: sie hilft bei jeder Panne
- 41.20. Liebe ist die schnellste Energie der Welt
- 41.21. Lieben führt vom Wollen über das Tun zum Haben und mündet ins Sein

- 41.22. Lieben heißt, auch die Wege des andern im Herzen zu begleiten, die wir für Umwege halten
- 41.23. Lieben heißt, das geliebte Wesen seinen Weg und sein Marschtempo wählen lassen
- 41.24. Lieben heißt, die Eifersucht des Egos zu meistern
Lieben beginnt jenseits des Besitzanspruchs des Ichs
- 41.25. Lieben heißt Mitlieben
- 41.26. Lieben heißt, nicht wissen warum.
- 41.27. Liebe tötet Handel – Handel tötet Liebe
- 41.28. *Love kills deal – deal kills love*
- 41.29. *Love means: No conditions!*
- 41.30. *Love means: No reasons!*
- 41.31. Primitive Liebe: Anstoßen – Stoßen – Abstoßen
- 41.32. Regen und Sonne lassen Kraut *und* Unkraut wachsen
- 41.33. 'Verbotene Liebe' ist ein Widerspruch in sich selbst (ist sie echte grundlose Liebe, gibt es keinen Grund sie zu verbieten)
- 41.34. Wahre Liebe kann man nicht *beenden*
- 41.35. Wahre Liebe kennt keine Grenzen, weder äußere noch innere
- 41.36. *We like the 'type' - and love the 'token'*
A: We like the 'type' and love the 'token'- knowing that the aim would be the opposite
- 41.37. Wenn echte Liebe Regeln verletzt, ist es höchste Zeit, die Regeln zu ändern
- 41.38. Wenn Liebe endet, war es keine
- 41.39. Wer Hässliches im Außen findet, trägt Hass in sich
A: Nur wer irgendetwas an sich hasst, kann Hässliches im Außen wahrnehmen
- 41.40. Wer lieben kann, ist gewappnet für alles, was das Leben bringt
- 41.41. Wer Liebenswertes im Außen findet, trägt Liebe in sich
A: Nur wer Liebe in sich hat, nimmt Lieblichkeit wahr
- 41.42. Wer weiß warum - liebt nicht
- 41.43. Wir lieben uns nicht mehr? - Dann haben wir uns nur begehrt.

42. Lob und Loben

- 42.1. Eigenlob ist der Hilferuf des Ungeliebten
- 42.2. Nur der Schwache kann nicht loben
- 42.3. Wer lobt, stellt sich kurz in den Hintergrund
- 42.4. Wer nicht loben kann, ist ein kleiner Mensch
- 42.5. Wer nicht loben kann, kann auch nicht lieben

43. Macht

- 43.1. Braucht es die Ohnmacht, um sich mit der Macht zu versöhnen?
- 43.2. Erst Missbrauch macht Macht zur Droge
- 43.3. Macht ist etwas Wundervolles: Macht über sich selbst
- 43.4. Macht über andere sollte nur nach Maßgabe der erreichten Macht über sich selbst verliehen werden.
- 43.5. Wer bei Macht nur an rohe Gewalt denkt, sagt damit viel über sich, wenig über das Phänomen Macht aus

44. Meinen – Glauben – Wissen

- 44.1. Die Götzen der Neuzeit heissen Rationalität und Wissenschaft.
- 44.2. Die schlimmsten Sektierer sind die, die meinen, ihr Glaube sei allgemeingültiges Wissen.
- 44.3. Er glaubte zu wissen, bis er plötzlich wusste: mein Wissen ist nur Glauben!
- 44.4. Solange wir wissen, dass wir meinen, ist alles bestens. Wenn wir aber meinen zu wissen, wird's delikat. Was aber machen wir mit denen, die meinen zu wissen, dass sie meinen? Ist denn das Wissen, das man nur meinen, nicht wissen kann, ein gesichertes Wissen, das einzige Wissen, das kein Meinen ist?

45. Mitte

- 45.1. Alles ist in der Mitte der Dinge – die Mitte der Dinge ist in allem.
- 45.2. Analyse hat uns weit gebracht – weit weg von der Mitte. Synthese führt zurück.
- 45.3. Autonomie heißt, das Gesetz des Selbst finden: die Mitte
- 45.4. Der Anfänger ist Spielball der Extreme, der Fortgeschrittene sucht aktiv nach der Mitte, der Weise verweilt in ihr
- 45.5. Der Autonome ist frei von Zeit und Raum: in der Mitte
- 45.6. Die Mitte kennt weder Zeit noch Ort – deshalb können wir sie nicht verlieren
- 45.7. Die Mitte kann verschüttet sein, aber nie verschwunden
- 45.8. Einheit, Mitte, Selbst – Annäherungen an das Unsagbare
- 45.9. Gottessöhne sind Mittler zur Mitte
- 45.10. Ironie des Lebens: Das Ziel ist nicht zu fassen, ob wir es nun Einheit, Mitte oder Selbst nennen
- 45.11. Mitte ist Abwesenheit von Zeit und Raum. Ewiges Hier und Jetzt
- 45.12. Mittelmaß ist nicht das Maß der Mitte
- 45.13. Wer die Mitte gefunden hat, braucht nichts mehr zu tun
- 45.14. Wo die Sprache an ihre Grenzen stößt, beginnt die Mitte
- 45.15. Wo rationales Argumentieren aufhört, beginnt die heilsfähige Welt, die Wirklichkeit der Mitte

46. Musik

- 46.1. Musik, Atem und Liebe weiten das Herz
A: Musik und Atem weiten das Herz
- 46.2. Musik ist der einfachste Zugang nach oben
- 46.3. Musik ist die Sprache der Anima
- 46.4. Musik übernimmt nahtlos, wo die Sprache endet

47. Natur

- 47.1. Das Funktionale der Natur nährt den Körper – alles, was darüber hinausgeht, die Seele
- 47.2. Den Baum AUSSEN wahrnehmen, ist der erste Schritt, den Baum IN SICH entdecken, der zweite
- 47.3. Die Antwort auf die Ansprache durch die Natur heißt Ver-Antwortung
- 47.4. Die Botschaft der Rose erschließt sich dem, der sie weitergibt
- 47.5. Die Früchte der Natur nähren Körper *und* Seele.

- 47.6. Die Natur ist wie eine Bibliothek: Die einen putzen verzweifelt, die andern verfeuern Buch um Buch – kaum einer liest
- 47.7. Es ist noch kein Baum in den Himmel gewachsen. Dazu müsste er das Nur-Bäumige aufgeben und das Auch-Wolkige dazu nehmen
- 47.8. In jeder Blume ist eine Botschaft eingeschlossen – sie offenbart sich nicht, wenn wir die Blüte zerstückeln
- 47.9. Nur der Baum wächst in den Himmel, der sich nach den Wolken sehnt – und sie in sich findet
- 47.10. Seen sind Oasen fürs Auge
- 47.11. Was soll das Blühen draußen, wenn es nicht auch IN UNS Frühling wird?
- 47.12. Wer im Baum nur das Brennholz sieht, verpasst das Bäumige

48. Pathos, Fanatismus, Tragik

- 48.1. Es gibt nur etwas, was schlimmer ist als falsches Pathos: echtes Pathos
- 48.2. Humor und Gelassenheit sind die ärgsten Feinde des Fanatismus
- 48.3. In jedem von uns schlummert ein potenzieller Fanatiker
- 48.4. Nichts bringt den Pathetischen und den Fanatiker mehr in Rage als das, was ihnen fehlt: Humor
- 48.5. Pathos ist die geschminkte Fratze des Fanatismus
- 48.6. Pathos und Humor schließen sich aus
A: Fanatismus und Humor schließen sich aus
- 48.7. Von den Tragödien der alten Griechen zur öden Tragik der neuen Amis
- 48.8. Wenn Pathos auf Pathos trifft, gibt's berechenbaren Streit
Wenn Fanatismus auf Fanatismus trifft, gibt's berechenbaren Krieg
Wenn Pathos oder Fanatismus auf Humor treffen, gibt's unberechenbares Chaos

49. Pessimismus

- 49.1. Als Optimist lebt man mit den Pessimisten wie mit schmutzigen Fingernägeln: letztlich peanuts!
- 49.2. Am (brech-)reizendsten sind Pessimisten, wenn sie sich mit einer eitel-intellektuellen Aura zu schmücken versuchen.
- 49.3. Das Schlimmste an Pessimisten sind Eitelkeit und Humorlosigkeit.
- 49.4. Der Tipp für Pessimisten: Besser misten!
- 49.5. Dummheit erleichtert das schwere Geschäft, Pessimist sein zu woll-müssen. Zumindest erfordert Pessimismus die geistige Einfachheit, die eigene miese Sicht auf die eigene Welt für absolut zu halten, mit der Sicht aller anderen auf ihre Welten zu verwechseln.
- 49.6. Pessimismus ist wie Smog: bodennah trübt er Sinne und Sinnlichkeit.
- 49.7. Pessimisten fürchten, die Welt könnte so beschissen werden wie sie selbst schon sind.
- 49.8. Pessimisten sind Abfallprodukte des Rationalismus. Eine starke Gemeinschaft schleppt sie mit wie Demente, Faule und Kriminelle.
- 49.9. Pessimisten sind nie in der Gegenwart. Sie extrapolieren ständig das Übelste aus ihrer Vergangenheit in die Zukunft aller.
- 49.10. Pessimisten sind immer von gestern.
- 49.11. Pessimisten verwechseln die Aussen-Projektion ihrer eigenen inneren Mistgrube mit der Welt der andern.

- 49.12. Vieles bleibt dem Pessimisten fremd und unerschliessbar, vom Eros über die Musik bis zum Humor; ganz gewiss aber die Selbstironie.
- 49.13. Wenn ein Pessimist zu Gast war, muss man lange lüften. Der Gestank setzt sich in allen Ritzen fest.
- 49.14. Wenn ich wählen müsste zwischen einem griesgrämigen Pessimisten und hundert Stinktieren als Hausgenossen, ich wähle mit Genuss die Stinktiere.

50. Planen

- 50.1. Er plante sein ganzes Leben – und verpasste es
- 50.2. Nicht alles, was außer Plan geschieht, ist planlos
- 50.3. Planen heißt, von der Vergangenheit auf die Zukunft extrapolieren. Auf der Strecke bleibt die Gegenwart
- 50.4. Planen ist eine Hilfsfunktion, nicht das Leben selbst
- 50.5. Vor lauter planen nichts erlebt?
- 50.6. Wer mehr plant, hat weniger vom Leben
- 50.7. Wer plant, ist nicht da

51. Polarität

- 51.1. Aufbau erzeugt Abbau – Abbau erzeugt Aufbau
- 51.2. Aufbau bewirkt Zerstörung – Zerstörung bewirkt Aufbau
- 51.3. Auf dem Heimweg sieht Gleiches anders aus als auf dem Hinweg. Gibt es also 'Gleiches'?
- 51.4. Die Dunkelheit gebiert das Licht
- 51.5. Die Leere gebiert die Fülle
- 51.6. Die Ratio fliegt durchs Universum – und findet keinen Himmel.
- 51.7. Die Ratio führt weit – aber nie bis zum Ziel
A: Der Verstand führt uns weit – aber nie bis ans Ziel.
- 51.8. Die Ratio macht den Einkaufszettel – die Intuition kocht.
A: Der Verstand macht den Einkaufszettel – die Intuition kocht.
- 51.9. Die rechte Gehirnhälfte hilft uns auf den rechten Weg: zurück zur Mitte.
- 51.10. Die Sehnsucht nach Fülle wächst in der Leere.
- 51.11. Die Sehnsucht nach Licht wächst im Dunkel.
- 51.12. Die Analyse eignet sich für das Tote – die Synthese für das Lebendige.
- 51.13. Einschlafen bedarf der Bereitschaft *und* der Gnade – Erwachen auch.
- 51.14. Einseitigkeit kann zu Spitzenleistungen führen, doch nie zu genialer Kreativität
- 51.15. Einseitigkeit nervt oder langweilt – früher oder später. Meistens früher.
- 51.16. Kontrolle ist etwas, was man HAT und AUSÜBT, Schmetterling und Spielball ist etwas, was man IST
- 51.17. Leere und Fülle sind eins
- 51.18. Leere und Fülle sind gleichermaßen Nahrung der Sinne, der Seele, des Seins
- 51.19. Nichts ist absolut – alles ist relativ
- 51.20. Nichts ist nur falsch – nichts nur richtig
- 51.21. Nichts ist nur gut – nichts nur böse
- 51.22. Nur das Leere kann sich füllen
- 51.23. Nur der Schlafende kann aufwachen
- 51.24. Nur wer entzweit hat, kann vereinen
- 51.25. Nur wer gespalten hat, kann zusammenfügen
- 51.26. Nur wer verwundet hat, kann heilen
- 51.27. Schlaf erzwingt Erwachen – Wachsein erzwingt Einschlafen

- 51.28. Solange wir inkarniert sind, bleiben wir an den Wechsel der Gegensätze gekettet
- 51.29. Teilung erzeugt Gemeinschaft – Gemeinschaft erzeugt Teilung
- 51.30. Trauer und Freude sind Schwestern
- 51.31. Wer das Kalte, Kantige kennt, kann das Warme, Weiche erkennen
- 51.32. Wer verzweifelt wach bleiben will, schläft ein

52. Politik und Wirtschaft

Arbeit

- 52.1. Anerkennung für sinnvolle Arbeit ist das größte Geschenk, das die Gemeinschaft dem Einzelnen machen kann.
- 52.2. Arbeit und Freude daran – wer beides hat, ist König
- 52.3. Der Geistesarbeiter analysiert – das Genie fügt zusammen
A: Der Geistesarbeiter zerlegt – das Genie fügt zusammen.
- 52.4. Die vornehmste Aufgabe des Staates ist die Promovierung von Arbeit und Arbeitsethos

Globalisierung

- 52.5. Die Globalisierung bringt alles überallhin: Am besten klappt's vorläufig mit Krankheit, Dummheit und Neid
- 52.6. Die Globalisierung hat das Gift des Neides in die entlegensten Bergtäler gebracht
- 52.7. Die Globalisierung gibt Nahrung: dem Neid auf die Früchte des Nachbarn
A: Die Globalisierung gibt Nahrung: dem Hass auf den Nachbarn
- 52.8. Die Globalisierung hat die Grenzen geöffnet – Hass und Missgunst sind jetzt international

Varia

- 52.9. Das Vaterland brauchen wir für Abgrenzung und Kampf, das Mutterland für Nahrung und Geborgenheit. Beides finden wir in uns selbst.
- 52.10. Den Mythos *Vaterland* braucht es genau so lange, wie es Armeen gibt.
- 52.11. Staatsaufgaben? - Dafür sorgen, dass alle etwas lernen und arbeiten dürfen, dass sich keiner um die Eigenverantwortung drückt und dass keiner draußen verhungert - das wäre das Pflichtprogramm. Freude am Lernen, an der Arbeit und an der Gemeinschaft fördern – das wär' die Kür.
- 52.12. Undifferenziertheit ist immer auch beeindruckend: Der Mut, zur eigenen Dummheit zu stehen.
- 52.13. Unser Sozialsystem basiert auf der Idee, Arbeit sei eine Strafe für untere Schichten.

53. Rastlosigkeit - Ruhe

- 53.1. Das schönste an Maschinen und Geräten ist die Möglichkeit, Betriebsamkeit und Lärm per Knopfdruck auszuschalten. Wo ist dein Knopf?
- 53.2. Der Gehetzte ist immer dort, nie da
- 53.3. Der Heitere hetzt nicht
- 53.4. Der Hektische nimmt sich und sein Tun zu wichtig
- 53.5. Der Rastlose bleibt immer draußen
- 53.6. Hinter Rastlosigkeit steckt Angst
- 53.7. Nie sind alle Mücken tot, solange es in dir noch rastlos summt

- 53.8. Rastlose Betriebsamkeit führt um die Welt – doch nie zum Ziel
- 53.9. Rastlosigkeit ist nicht Lebenslust
A: Rastlosigkeit ist nicht Lebenslust, sondern Flucht vor sich selbst
- 53.10. Rastlos ist ratlos
- 53.11. Rastlos suchen, ratlos fluchen – statt tatlos finden
- 53.12. Sogar Fliegen finden nachts zur Ruhe
- 53.13. Viele halten ihre Betriebsamkeit für Vitalität

54. Ratio und Intuitio

- 54.1. Auf nichts ist der Mensch so stolz, wie auf seine Bewertungs-Software 'Ratio'.
Nichts hindert ihn effizienter daran, glücklich zu sein, als das Bewerten.
- 54.2. Bei Spiel und Spass bleibt die Ratio auf der Ersatzbank – und wird höchstens
als Spielverderber eingewechselt
- 54.3. Bewusstseinerweiterung ist kein Vorrecht der Ratio
- 54.4. Das Medikament von morgen ist die Stärkung der Intuition
- 54.5. Der Ratio bleibt das Geheimnis der Musik verschlossen
- 54.6. Der Verstand erfasst immer nur einen Teil der Botschaft
- 54.7. Der Verstand durchdringt die Form, stößt aber nie vor bis zum Kern
A: Der Verstand erfasst die Form, doch nie den Kern des Inhalts
- 54.8. Die Ratio schafft es bestenfalls auf die Zuschauerbank am Bacchus-Fest
- 54.9. Die Ratio steht der Bewusstseinerweiterung oft im Wege
- 54.10. Erkennen ist ein ganzheitlicher Prozess – lässt uns auch das ganze Gehirn
dafür benutzen
- 54.11. Intuition ist diejenige der inneren Stimmen, die meist übertönt wird von Ego-
Geschrei und schlechtem Gewissen.
- 54.12. Intuition ist der direkte Draht dorthin, wo die Ratio nach langen Anstrengungen
nur vielleicht hinführt.
- 54.13. Intuition ist der bei vielen verstopfte Kanal zum Selbst.
- 54.14. Intuition ist eine Gratis-Verbindung nach oben.
- 54.15. Intuition ist Instant-Erkenntnis von hoher Qualität.
- 54.16. Intuitiv Erkanntes lässt sich weniger leicht als 'Tatsache' verkaufen denn
rational Verbrämtes – subjektiv ist beides.
- 54.17. Ratio durchdringt die Form, kratzt am Inhalt und bleibt vor dem Erreichen des
Kerns auf der Strecke
- 54.18. Ratio ist wunderbar geeignet für das Zergliedern von Komplexem und das
Beschreiben der Bestandteile. Für das Zusammenfügen müssen wir die
Intuition und die Verbindungsbrücken dazunehmen
- 54.19. Rationale Erkenntnis führt bestenfalls zu halbem Verständnis
- 54.20. Rational wahrnehmen heißt spalten, teilen – wen wundert's, dass so viele
einsam sind?
- 54.21. Rationale Wahrnehmung ist die Hälfte unserer Möglichkeiten – unter dem
Aspekt des Glücks die ärmere.

55. Reich und arm

- 55.1. Arm ist der Angstvolle, denn ihm kann alles genommen werden
- 55.2. Arm ist, wer noch nie einen eigenen Gedanken zu Ende gedacht hat
- 55.3. Arm ist, wer nur sein Ich kennt
- 55.4. Reich ist der Einladende, arm der Abweisende
- 55.5. Reich ist der Gelassene, denn ihm kann nichts genommen werden

- 55.6. Reich ist, wer annehmen kann
- 55.7. Reich ist, wessen Tür offen steht

56. Reiterei

- 56.1. Das geknechtete Pferd erträgt den Reiter, das gehorsame trägt ihn, das gute trägt sich.
A: Das geknechtete Pferd erträgt den Reiter, das gute trägt sich – und damit ihn.
- 56.2. Das gehorsame Pferd lässt sich *besitzen*, das gute lässt sich sitzen.
- 56.3. Das gute Pferd trägt seinen Reiter *auf* sich – der gute Reiter trägt sein Pferd *in* sich.
A: Das gute Pferd trägt seinen Reiter *auf* sich, als wär's ein Stück von ihm – der gute Reiter trägt sein Pferd *in* sich, als wär's ein Stück von ihm.
- 56.4. Der gute Reiter erweitert sein Raumgefühl um das Maß seines Pferdes.
A: Der gute Reiter erweitert sein Bewusstsein um das Maß seines Pferdes.
- 56.5. Der gute Reiter ist im Innern auch ein Pferd
- 56.6. Der gute Reiter kann die Welt aus Pferdeaugen sehen
- 56.7. Der gute Reiter spricht Pferdesprache
- 56.8. Der Reiter sitzt wie der CEO: auf einem Schleudersitz
- 56.9. Ein Pferdemensch ist ein Mensch, der das ganze Wesen des Pferdes in sich trägt.
- 56.10. Ein Reiter ist ein Mensch, der viel eingeht, um nicht gehen zu müssen
- 56.11. Ein Reiter ist ein Mensch, der viel herumrennt, damit er nicht gehen muss
- 56.12. Harmonie vor Erfolg – das ist Horsemanship
- 56.13. Horsemanship ist die Achtsamkeit des Pferdemenschen
- 56.14. Reiten ist die Balance zwischen Spannung und Losgelassenheit
- 56.15. Reiten ist wie Investieren: ein Absturz liegt immer drin
- 56.16. Reiten ist wie Jazz: auf den Rhythmus kommt es an
- 56.17. Reiten ist wie Tanzen: auf den 'Flow' kommt es an
- 56.18. Reiten ist wie Leiten: die Kunst, oben zu bleiben
- 56.19. Reiten ist wie Liebe: verschmelzen zweier Wesen
- 56.20. Reiten ist wie Lieben: auf den Takt kommt es an
- 56.21. Reiten ist wie Musik zu zweit
- 56.22. Schlechtes Reiten ist Streiten: darum, wer das Sagen hat!
- 56.23. Zu faul zum Gehen, zu 'ZU' zum Fahren, zu blöd zum Fliegen: der Reiter!
- 56.24. *To lazy to walk, to drunk to drive, to stupid to fly? –Must be a rider.*

57. Schatten – Schuld – Sünde

- 57.1. Leben führt zwingend in die Schuld
- 57.2. Nur wer Schuld auf sich geladen hat, ist der Gnade wert
- 57.3. Schatten ist alles, was ich noch nicht als zu mir gehörig erkannt habe
- 57.4. Schatten ist alles, zu dem ich nicht ICH sage
- 57.5. Schatten ist das Du, die Welt, die es zu erobern gilt
- 57.6. Schuld ist der Nährboden der Gnade
A: Schuld ist die *conditio sine qua non* der Gnade
A: Schuld ist der Nährboden der Erlösung
- 57.7. Sünde ist Absonderung. Leben ist Absonderung von der Einheit. Leben ist somit immer Sünde – frei von moralischer Wertung, aber verbunden mit einer

tiefen Sehnsucht, die irgendwann diese Absonderung rückgängig machen will und uns zurück in die Einheit führt

- 57.8. Was psychologisch der Schatten, ist philosophisch die Schuld und theologisch die Sünde: immer das, was uns zur Ganzheit fehlt

58. Schöpfung – Ent-Schöpfung

- 58.1. Ent-schöpfen heisst jeden rationalen Spaltungsschritt durch einen suprarationalen Vereinigungsschritt ausbalancieren
- 58.2. Ent-Schöpfung gehört zur Schöpfung wie das Einatmen zum Ausatmen. Schöpfung ist das Ausatmen aus dem Paradies der Ununterschiedenheit in die Unterschiedenheit der Physis, Ent-Schöpfung das Einatmen des Verschiedenen in die Einheit des Paradieses
- 58.3. Ent-Schöpfung heisst nicht, die Schöpfung rückgängig zu machen, sondern sie zu vollenden, über sie hinaus wieder ins Paradies zu gelangen
- 58.4. Ent-Schöpfung ist das Einatmen Gottes – die ganze Schöpfung ist Teil dieses Atems, Teil Gottes. Aber auch als Schöpfung, als Ausatmen Gottes sind wir Geschöpfe göttlichen Ursprungs – alle ohn' Unterschied entströmen wir dem Paradies ins Abenteuer der Vielfarbigkeit und kehren mit dem Einatmen wieder zurück ins paradiesisch ununterschiedene Hier und Jetzt.
- 58.5. Schöpfung bedeutet Verschiedenheit, Formen- und Farbenpracht, aber nicht Wertung: kein Primat, keine Kasten, keine Krone.
- 58.6. Schöpfung heisst Spaltung der Einheit in wahrnehmungsfähige Entitäten, Wahrnehmung erfordert Abstand zwischen Wahrnehmendem und Wahrgenommenem, also Raum. Wahrnehmung von Entitäten durch Entitäten im Raum erfordert Zeit. Sobald mehr als eine Wahrnehmung erfolgt ist, besteht das Bedürfnis, die Wahrnehmungen zu ordnen. Dazu operiert die wahrnehmende Entität mit raumzeitlichen Relationen zwischen sich und den übrigen Entitäten wie kausale, analoge, dialoge, polyloge, vereinigende Verknüpfungen. Die Abgetrenntheit an sich, aber auch die Interpretation des Wahrgenommenen, seien es die Entitäten oder die vermuteten Verknüpfungen zwischen ihnen, führen zur Ambivalenz von Anziehung und Abstossung. Auf der rationalen Ebene führt dies zum Freund-Feind- bzw. Nutzen-Schaden-Schema, auf der emotionalen Ebene zum Liebe-Angst bzw. Liebe-Hass-Schema. Feind-Schaden-Angst-Hass sind trennende Relationen, die zum Ego-Aufbau und zum Verharren in der Schöpfung gehören, Freund-Nutzen-Liebe sind vereinigende Relationen, die zum entschöpfenden, die Schöpfungsgrenzen auflösenden Gestus gehören.
- 58.7. Schöpfung heisst Grenzen ziehen, Ent-Schöpfung heisst Grenzen auflösen.
- 58.8. Schöpfung heisst Trennung, Spaltung der Einheit in Vielheit. Ent-Schöpfung heisst Zusammenfügen, Vereinigung des Vielen zur Einheit.
- 58.9. *Ver-schieden* sein ist doppeldeutig und doch eindeutig: denn alles, was verschieden ist voneinander, wird verscheiden. Sterblichkeit ist an Verschiedenheit gekoppelt. Schöpfung ist Verschiedenheit und sterblich, Ent-Schöpfung führt in die Ununterschiedenheit der Einheit und damit in die Unsterblichkeit.
- 58.10. Sinn der Schöpfung ist das Abenteuer der Wahrnehmung der Vielfalt der Farben und Formen, der Klänge und Gerüche, der Gefühle und Gedanken – das Abenteuer, mit Macht und Ohnmacht, Brauch und Missbrauch von Talenten umgehen zu lernen, aber auch die Zusammengehörigkeit alles

Getrennten zu erkennen, zu erfahren und aktiv deren Vereinigung zu betreiben.

- 58.11. Ziel der Schöpfung ist, über sich selbst hinaus zu gelangen, ins Paradies, aus dem sie sich erkennend heraus katapultierte ins Abenteuer der Vielheit, durch die Erkenntnis der *coniunctio* und *coincidentia oppositorum*, durch die Erkenntnis der Verbundenheit von allem mit allem, durch die Überwindung der rationalen Differenztheorie durch die suprarationale Vereinigungspraxis zum Punkt zu gelangen, wo Erkenntnis aufgegeben werden kann zugunsten der Hingabe der Existenz als abgetrennte Entität und Wiedergewinnung der Einheit.

59. Schutz

- 59.1. Äußerer Schutz wirkt nie nachhaltig. Aber er gibt uns Zeit und Raum, zu erkennen, dass all unsere Ängste selbstgebastelt sind, dass wir auch das sind, was uns ängstigt und zu erfahren, dass unser Schutzbedürfnis mit den Ängsten abnimmt
- 59.2. Das Außen kann nie nachhaltig Schutz gewähren
- 59.3. Nur der Ängstliche braucht Schutz
- 59.4. Schutzbedürftigkeit ist ein Zustand, aus dem eine gesunde Entwicklung *herausführt*, nicht tiefer hinein
- 59.5. Schutz ist immer auch Einschränkung
- 59.6. Schutz nützt dem Beschützer oft mehr als dem Beschützten
- 59.7. Schutz ist häufig Eigennutz
- 59.8. Zuviel Schutz bringt Trutz
- 59.9. Ziel des Schutzes ist, überflüssig zu werden

60. Schweizerdeutsche Aphorismen

- 60.1. De Wäg wird je länger je chürzer!
- 60.2. Je chürzer apunde, desto länger hani
- 60.3. Phallisches aus Machosicht
- Je länger, desto lieber
- Lieber en churze Quicky mit eme Lange, als lang üebe mit eme Churze
- Je chürzer, desto länger bruuchts
- 60.4. Phallisches aus Lady-Sicht
- Je länger nöd, desto churzwi:liger
- Au für de ChurziJe länger vorher, desto länger d Churzwiil nachër
- Nu ganz churz: Dë Furz, er seig z'churz, isch mir schnurz

61. Sein – Tun

- 61.1. Den Seienden gibt's der Herr im Schlaf
- 61.2. Fülle dein Tun mit Bewusstsein – bis das Tun dem Sein weicht
- 61.3. Jenseits von Tun und Haben liegt SEIN
- 61.4. Taten und Krankheiten sind Botschaftsträger: Sie zeigen außen an, was innen ansteht
- 61.5. Tatlos finden – statt rastlos suchen
- 61.6. TUN ist aktiv, was KRANKHEIT passiv: äußerer Ausdruck des Unheilseins. Beides ist notwendig auf dem Weg zum Heil.
- 61.7. Unbewusstes Tun – Bewusstes Tun – Nichts mehr Tun – Sein

- 61.8. Verflüssige dein Tun solange mit bewusstem Sein, bis das Tun überflüssig wird und du ins reine Sein tauchst.

62. Sensibilität

- 62.1. Brauchbare Sensibilität ist Korrelat zu Professionalität. Jeder ganzheitliche Differenzierungsprozess ist mit einer Erhöhung der Sensibilität im betreffenden Bereich verbunden.
- 62.2. Entwicklungsfördernde Sensibilität ist auf den Auslöserbereich, auf die Wahrnehmung, die Welt, auf das Du ausgerichtet und entspricht der Achtsamkeit. Liegt der Hauptfokus auf dem Ich, der Befindlichkeit des Sensiblen, ist Sensibilität und ihre Hätschelung nur kontraproduktive Empfindlichkeit.
- 62.3. Kriterium für die Qualität einer Sensibilität ist das Resultat: 'An ihren Früchten sollt ihr sie erkennen.' Die Palette reicht von Leiden, Gejammer und allergischem Getue über künstlerische oder technische Wunderwerke bis zu höchster Achtsamkeit.
- 62.4. Sensibilität ist eine angenehme Gabe – sowohl für den, der über sie verfügt wie für die, die mit dem konfrontiert werden, was die Sensibilität bewirkt – solange sie auf funktionale Modelle beschränkt wird, solange sie an- und ausgeknipst werden kann. Dauer-Sensibilität in welchem Bereich auch immer ist Mühsal und Plage für alle Betroffenen.

63. Sicherheit

- 63.1. Alles schreit nach Sicherheit – und langweilt sich zu Tode, kaum ist sie erreicht
- 63.2. Allzuviel ist ungesund – das gilt auch für die Sicherheit
- 63.3. Das Abenteuer des Lebens ist seine Unsicherheit
- 63.4. Das beste am Sozialstaat ist, dass er nicht funktioniert
- 63.5. Das ganze Sicherheits-Theater richtet sich letztlich gegen das Sicherste: den Tod.
- 63.6. Das Opfer für die soziale Sicherheit ist groß: Freiheit und Abenteuer – Lebendigkeit!
- 63.7. Das Sicherheitsstreben des Menschen ist paradox: Es richtet sich vor allem gegen den Tod. Dabei ist nicht nur sein Eintreten, sondern auch das Totsein Sicherheit pur.
- 63.8. Der Sozialstaat giert nach Sicherheit und verliert die Freiheit
- 63.9. Die grösste Katastrophe am Sozialstaat ist die Sicherheit
- 63.10. Die Unsicherheit ist der mit Sicherheit stärkste Motor des Lebens
- 63.11. Entwicklung führt immer aus der Angst heraus – bis das Sicherheitsbedürfnis gleich Null ist
- 63.12. Entwicklung minimiert Angst – und damit auch Sicherheitsbedürfnisse
- 63.13. Es gibt nichts Langweiligeres als Sicherheit
- 63.14. Je sicherer, desto toter
- 63.15. 'Leben in Sicherheit' ist ein Widerspruch in sich selbst. Es gibt nur Totsein in Sicherheit.
- 63.16. Sicherheitsbedürfnisse wachsen mit den Ängsten
- 63.17. Sicherheit – Bequemlichkeit – Faulheit – Stillstand
- 63.18. Sicherheit fördert Beamtenmentalität
- 63.19. Sicherheit fördert vielleicht das Nicht-Tot-Sein, aber nicht das Leben

- 63.20. Sicherheit führt mit tödlicher Sicherheit zum Tod während des Lebens
- 63.21. Sicherheit ist am ersten Tag das Paradies, am zweiten der Normalfall, am dritten ein Gefängnis
- 63.22. Sicherheit ist der erfolgreichste Entwicklungshemmer
- 63.23. Sicherheit ist Himmel und Hölle zugleich
- 63.24. Sicherheit ist lebensfeindlich
- 63.25. Sicherheit macht faul
- 63.26. Sicherheit? – Mit Sicherheit kein Abenteuer.
- 63.27. Sicherheit riecht nach Zustand, Stillstand, Tod – Leben aber bedeutet Entwicklung, Wandel, Unsicherheit
- 63.28. Sicherheit und Ruhe gibt's im Grab – im Leben herrscht Unruhe und Unsicherheit
- 63.29. Sicherheit und Tod sind Zwillinge - Freiheit und Leben auch!
- 63.30. Sicherheit weckt nicht die besten Eigenschaften
- 63.31. Totale Sicherheit ist der Nährboden für Demenz
- 63.32. Wen es nach totaler Sicherheit und Ruhe gelüstet, der lege sich ins Grab

64. Sinne

- 64.1. Das Auge führt an die Peripherie, das Ohr in die Mitte
- 64.2. Das Auge ist oft hilflos, wo das Ohr Gewissheit hat
- 64.3. Der Blickende ist dort, wo er hinblickt, der Denkende, wo er hindenkt, der Hörende ist da
- 64.4. Der Blickende ist nie bei sich, sondern immer dort, wo er hinblickt
- 64.5. Der Sehsinn ist ungenau, darum durchschauen wir unsere Projektionen nicht
- 64.6. Die Kunst des Sehens und Hörens besteht im Weglassen
- 64.7. Intuition riecht, spürt, fühlt, hört, schmeckt vielmehr als dass sie blickt
- 64.8. Jeder nimmt mit seinen Sinnen das ihm Sinngemässe wahr
- 64.9. Niemand kann nur mit dem Sehsinn die Mitte einer Saite bezeichnen, jeder kann es mit dem Gehör
- 64.10. Sehen und denken führt hinaus, hören hinein. Beides hat seine Zeit – und beides gilt es aufzugeben, wollen wir ins reine Sein gelangen
- 64.11. Sex macht keinen Sinn – ohne sexten Sinn
- 64.12. Ungebrauchte Sinne veröden
- 64.13. Zuhören ist wichtiger als zuschauen

65. Sinn und Zweck

- 65.1. Das meiste, was wir tun, hat einen Zweck
Der Zweck von diesem Zweck: 'Raus aus dem Dreck!
Je mehr wir 'zwecken' stecken wir dort drin
Und auf der Strecke bleibt - ach so? - der Sinn
- 65.2. Der Zweck stinkt zum Himmel
Der Sinn hinkt zum Himmel
- 65.3. 'Sinnlos hineingeworfen in die Welt'? – Wie wär's zur Abwechslung mit:
'Sinnvoll selbst platziert'?
- 65.4. Sinnsuche ist freiwillig, aber: Wer sucht, der findet
- 65.5. Sinn und Zweck bedeuten nicht dasselbe
Der Unterschied ist mehr als marginal
Nicht selten stehn sie gar diametral

- Sich gegenüber wie zwei Feinde an der Elbe
 Den Zweck – weil meist banal – muss man verstecken
 Den Sinn gilt's – wie den Gral – erst zu entdecken
- 65.6. Sinn und Zweck sind keine Synonyme
 Der Unterschied ist mehr als marginal
 Den Zweck verfolgen wir ganz ungestüme
 Am Boden, vor der Nase, trivial
 - Er ist auch meist aus festem Material
 Den Sinn hingegen, suchst du ihn im Leben
 So musst du deinen Kopf nach oben heben
 Er lässt sich nicht leicht fassen mit der Hand
 Noch ganz begreifen nur mit dem Verstand
 Der Sinn gibt seinen Sinn nur preis dem Herzen
 Und - aus der Sicht des Egos - nur mit Schmerzen
- 65.7. Was sinnvoll ist, muss nicht zweckmässig sein
 Was zweckmässig ist, muss nicht sinnvoll sein
- 65.8. Zwecke stinken meist zum Himmel – wo der Sinn hinwill

66. Sinnlichkeit und Erotik

- 66.1. Der einzige plausible Grund, Sinnlichkeit zu verteufeln, ist das Ausüben von Macht
- 66.2. Eine Philosophie oder Religion, die Sinnlichkeit verteufelt, geht sowohl am Leben wie am Sterben vorbei
- 66.3. Sinnlichkeit will geübt sein
- 66.4. Wer bei Erotik nur ans Bumsen denkt, hat einen Mangel bei sich entdeckt.
 Wer nur an Geld denkt, auch
- 66.5. Wer bei Erotik nur ans Bumsen denkt, sagt damit mehr über sich aus als über die Erotik

67. Staunen

- 67.1. Staunen beseelt den Staunenden und das Bestaunte
- 67.2. Staunen ist Ehrfurcht, Achtsamkeit und eine ausgestreckte Hand zum Du
- 67.3. Staunen ist liebend schauen
- 67.4. Staunen ist wichtiger als Erklären
- 67.5. Staunen über die Physis ist der erste Schritt zur Metaphysis
- 67.6. Staunen verzaubert den Staunenden und das Bestaunte – Rationale Erklärung entzaubert beides

68. Stress

- 68.1. Die Balance zwischen Eu- und Dys-Stress ist eine labile. Der Geübte hält sie auch bei Wind und hohem Wellengang
- 68.2. Wer sich im Stress wähnt, nimmt sich zu wichtig
- 68.3. Ziel ist die Balance zwischen Eu-Stress und Dys-Stress

69. Subjektivität - Objektivität

- 69.1. Auch Messungen werden von Subjekten durchgeführt

- 69.2. Die beherrschende Flotte im Meinungsmeer gibt sich gern den Anstrich der Objektivität – eine Farbe, die bei der ersten verlorenen Schlacht abblättert
- 69.3. Die herrschende verkauft sich gern als die objektive Meinung
- 69.4. Es reicht nicht, durch ein Objektiv zu blicken, um ein objektives Bild der Welt zu erlangen
- 69.5. Nicht einmal als Tote sind wir objektiv – erst als mit allem Vereinigte
- 69.6. Objektivität gibt es nur in der Einheit und im Jetzt, aber dort gibt es keine Objekte mehr
- 69.7. Objektivität ist unerreichbar, solange wir auf Standpunkten stehen
- 69.8. Objektivierung ist immer dann anstrebenswert, wenn wir unsere subjektive Meinung ändern plausibel machen wollen. Der gute Richter weiss dies.
- 69.9. Verliebt sein heißt subjektiv eingenommen sein von etwas, also *voreingenommen sein* und ist wunderschön, gar nicht vermeidbar. Schwierig wird es erst, wenn wir unserer Voreingenommenheit den Stempel der Allgemeingültigkeit aufdrücken
- 69.10. Viele gleich lautende subjektive Vorurteile machen kein objektives Urteil
- 69.11. Wenn ein Subjekt durch die Linse einer selbst gewählten Kamera auf ein selbst gewähltes anderes Subjekt schaut, im selbst gewählten Augenblick den selbst gewählten Ausschnitt des anderen Subjekts ins Bild nimmt und das daraus resultierende Negativ in vielen selbst gewählten Schritten zu einem schwarz-weißen oder kolorierten Positiv macht, dann entsteht was? – Ein objektives Bild? Nur weil in diesem großen subjektiven Wahrnehmungsprozess ein einziges Werkzeug beteiligt ist, das man bei der Kamera 'Objektiv', in der Wissenschaft 'Ratio' nennt?

70. Sucht

- 70.1. Er erlag der Suchtkontrollsucht.
- 70.2. Wer den Ausweg aus der Sucht sucht, landet leicht in der Sackgasse der Suchtkontrollsucht.

71. Tiere

- 71.1. Das Nas-Horn hat beides!
- 71.2. Das Nashorn ist aktiv und passiv stark
- 71.3. Das Tier ist etwas vom Besten, was dem Menschen passieren kann. Der Mensch ist etwas vom Schlimmsten, was dem Tier passieren kann.
- 71.4. Der Kuckuck und der Aasgeier haben einen MBA
- 71.5. Der Vogel Strauss ist der einzige ehrliche Politiker
- 71.6. Es gibt wenige Schweine, die Schwein haben
- 71.7. Nicht jeder, der eine Nase hat, hat auch ein Horn
- 71.8. Tiere und Kinder sind Fenster ins Suprarationale. Wer Augen hat, zu sehen...
- 71.9. Wer naseweis ins Horn stößt, ist noch lange kein Nashorn

72. Tod – Verlust – Aufgabe

- 72.1. Jeder Tod schafft Raum für Leben
- 72.2. Leben bedarf des Todes, um aufzublühen
- 72.3. Zerstörung ist der Nährboden des Aufbaus
- 72.4. Zerstörung drängt zu Aufbau, Aufbau zu Zerstörung
- 72.5. Nur wenn das Alte weicht, kann das Junge spriessen

- 72.6. Jeder Verlust macht Neuem Platz
- 72.7. Jedes Aufgeben schafft Raum für neue Aufgaben
- 72.8. Aufgabe – Hingabe – Gabe – Abgabe – Aufgabe (der Aufgabe) – Neu-Aufgabe
- 72.9. Im Wort GABE ist sowohl das Talent, eine Auf-Gabe zu lösen, wie auch der Auftrag der Weiter-Gabe mit eingeschlossen
- 72.10. Jeder, der eine Auf-Gabe löst, hat eine Gabe
- 72.11. Die Gabe, Auf-Gaben zu lösen schliesst die Weiter-Gabe – sowohl der Gabe wie dessen, was sich beim Lösen er-GEBEN hat – mit ein.
- 72.12. Eine Aufgabe verlangt nicht Erfolg, sondern Hingabe
- 72.13. Die Aufgabe der Hingabe besteht in der Aufgabe der Aufgabe
- 72.14. Achtsame Hingabe an die Aufgabe – mit allen Gaben, die wir zur Verfügung haben – führt nicht immer zur äusseren Lösung, aber immer zur inneren Erlösung.
- 72.15. Man kann auch achtsam töten – wer über den Waldboden geht, tötet Kleinstlebewesen; wer isst, verlangt Tötung von Pflanzen, die meisten auch von Tieren. Wir können dies achtsam tun und uns bewusst machen, dass Tod und Töten unabdingbare und unausweichliche Voraussetzungen des Lebens sind.

73. Verantwortung

- 73.1. Im Motiv für ein Tun drückt sich die Interpretation der eigenen Verantwortung aus
- 73.2. Motiv für ein Tun ist die Brücke zwischen Verantwortung und Tat
- 73.3. Motiv ist kristallisierte Verantwortung
- 73.4. Sich ansprechen lassen von Welt und ihr antworten führt zur Verantwortung
- 73.5. Verantwortung ist die Antwort des bewussten Menschen an Gott, der ihn durch Welt anspricht
- 73.6. Verantwortung übernehmen für alles, was uns widerfährt, ist der erste Schritt zum Glück

74. Vertrauen

- 74.1. Als sie sich nicht mehr trauten, trauten sie sich
- 74.2. Vertrauen ist die Frucht des Mutes – und Mut die Frucht des Vertrauens
- 74.3. Vertrauen ist die Frucht des Mutes und die Grundnahrung für die Liebe
- 74.4. Sich ohne Misstrauen mit einer Miss trauen ist 'Mut zur Miss', der oft zu Missmut mutiert.
- 74.5. *Trust follows courage*
- 74.6. Wer *sich* etwas zutraut, traut auch *andern* etwas zu

75. Wahrnehmung, Wahrheit, Lüge

- 75.1. Absolute Wahrheit gibt es im Jetzt. Und in der Einheit. Was letztlich dasselbe ist.
- 75.2. Die meisten Menschen wollen angelogen werden
- 75.3. In der Welt der Gegensätze stehen sich immer zwei Wahrheiten gegenüber
- 75.4. Lob der Lüge: Ohne Lüge hätten wir (noch) mehr Kriege, Depressive, Suizide und noch schneller kaputt gehende Partnerschaften

- 75.5. Wahrheiten unterscheiden sich voneinander nur im Grad ihrer Subjektivität und Relativität
- 75.6. Welt macht aus Absolutem Relatives
- 75.7. Welt macht aus Wahrheit Halbwahrheit
- 75.8. Wer will schon hören, dass er keine Kleider trägt

76. Weisheit – Wissen – Intellekt

- 76.1. Der Kriminelle verwischt seine Spuren, um sein Ego zu retten, der Weise, um es aufzulösen
- 76.2. Der wahrhaft Weise wertet nicht
- 76.3. Gleichzeitig Kontrolle *haben* und Spielball *sein* – das ist Weisheit.
- 76.4. Intellekt unterscheidet, Weisheit vereinigt. Die Feststellung dieses Unterschieds ist mithin nur ein intellektueller Akt.
A: Intellekt spaltet, Weisheit fügt zusammen
A²: Intellekt trennt, Weisheit verbindet
A³: Intellekt differenziert, Weisheit vereinigt
- 76.5. Reiner Intellekt führt in die Kälte der Abgetrenntheit und Lieblosigkeit. Die Pforten der Weisheit öffnen sich dem Herzen, nicht dem Hirn.
- 76.6. Verwischen von Spuren im Aussen, Auflösen von Grenzen, Kanten und Profilen im Innen – hier könnte ein Weise werden Wollender am Wirken sein
- 76.7. Wahres Wissen entsteht nicht, es ist immer da
- 76.8. Weise, Superstars und Kriminelle haben etwas gemeinsam: sie verwischen ihre Spuren. Stars und Gangster im Wahn, als Personen so wichtig, Weise im Wissen, als Personen so unwichtig zu sein
- 76.9. Weisheit ist Achtsamkeit, die am Ziel angelangt ist
K: Weisheit ist Achtsamkeit am Ziel.
- 76.10. Weisheit misst nicht
- 76.11. Weise werten weniger
- 76.12. Wissen allein führt auf keinen Gipfel
A: Wissen allein führt nicht zu Gipfeln der Lust, auch nicht zu geistigen
- 76.13. Wissen ist Weg, nicht Ziel

77. Welt

- 77.1. Ändere DICH – und du änderst die WELT
- 77.2. Ändere deinen Standpunkt – die Welt ändert sich mit
- 77.3. Ändere deine Sicht – und die Welt sieht anders aus
- 77.4. Das Gejammer über die Welt nimmt meist proportional zum Verlust der Selbstachtung zu.
- 77.5. Der größte Witz der Weltgeschichte: Wir schlafen. Und keiner merkt's
- 77.6. Die Welt, das bist du, wenn du liebst, ansonsten gibt es sie nicht
- 77.7. Die Welt ist ein Bestseller: alle kaufen, keiner liest
- 77.8. Die Welt ist ein Buch – und jeder tut damit, was ihm gerade Spaß macht und was seinem Entwicklungsstand entspricht
- 77.9. Die Welt ist ein gewaltiges Buch der Offenbarung – und keiner liest
- 77.10. Die Welt ist ein witziger Spiegelsaal: All die Hohlspiegel, Zerrspiegel, getönten und geschönten Spiegel zeigen immer nur: uns selbst!
K: Die Welt? – Wir selbst!
- 77.11. Die Welt muss dringend verbessert werden – fangen wir bei uns selbst an
- 77.12. Drehe dich – und die Welt dreht mit

- 77.13. Mit der positiven Brille ist die Welt wundervoll
Mit der negativen ist sie grauenvoll
Ohne Brille ist sie voll
Nimm die Fülle in dich auf und sie ist – leer
- 77.14. Ratio durchdringt die Form, kratzt am Inhalt und bleibt vor dem Erreichen des Kerns auf der Strecke
- 77.15. Reparaturen an der Welt beginnen immer im Innern des Reparateurs
- 77.16. Verkehrte Welt? – Stell dich auf den Kopf
- 77.17. Vermessen, wer die Welt nur misst
Vergessen, wer auf sie nur pisst
Versessen, wer nur Fahnen hisst
- 77.18. Welt ist, was wir von ihr durch unsere Wertungsbrille wahrnehmen
A: Welt ist, was wir von ihr wahrnehmen
- 77.19. Wer Freude an sich hat, hat auch Freude an der Welt – seiner Welt.
- 77.20. Wer nur die Funktion der Welt ergründet, verpasst den Sinn

78. Wertung – Urteile – Wertordnungen – Wertsysteme

- 78.1. Auch was die Mehrheit sagt, kann ein dummes Vorurteil sein
- 78.2. Frisch gewertet ist halb gewonnen – aber auch halb verloren
- 78.3. Wir können nicht leben, ohne zu entscheiden und nicht entscheiden, ohne zu werten und nicht werten, ohne wahrzunehmen. Aber wir können den Gültigkeitsbereich dessen, was wir für wahr nehmen, auf uns beschränken.
- 78.4. Jede Wertung – und sei es nur eine innerlich vorgenommene Zuordnung – kann als Mosaikstein der Selbsterkenntnis dienen.
- 78.5. Jedes menschliche Urteil ist ein Vorurteil
- 78.6. Seit der 'Ur-Teilete' urteilen wir.
- 78.7. Wahrhaft Weise werten nicht.
- 78.8. Wer seine Wahrnehmung wertet – und wer kann wahrnehmen ohne zu werten? – macht damit primär eine Aussage über sich selbst und erst sekundär eine über das Wahrgenommene, nämlich insofern, als das Wahrgenommene ein nach aussen projizierter Anteil seiner selbst ist.
- 78.9. Wer über den Untergang der Werte jammert, sagt damit nur etwas aus über den desolaten Zustand seiner eigenen Werte-Welt.
- 78.10. Wer wertet, wertet immer sich selbst.
- 78.11. Wertung hat immer eine subjektive Komponente. Der gute Richter weiss dies.

79. Wie innen – so außen. Wie oben – so unten.

- 79.1. Angesichts der Dunkelheit haben wir die Wahl: Entweder werden wir Restlichtverstärker oder wir erblinden
- 79.2. Keiner schläft ewig
- 79.3. Nur wer Weite in sich trägt, erträgt den Anblick des Meeres
A: Nur wer Weite in sich hat, erträgt den Anblick der Wüste
A: Nur wer Weite in sich hat, erträgt den Anblick des wolkenlosen Himmels
- 79.4. Wir haben zwei Hirnhälften: Eine für den Blick nach unten, in den Mikrokosmos, eine für den Blick nach oben, in den Makrokosmos. Die Hirnhälften sind verbunden. Die ΚΟΣΜΟΙ auch.

80. Zeit - Ziel

- 80.1. Das JETZT kennt keine Wertung, keine Angst
- 80.2. Dem wahrhaft Weisen gerinnt die Zeit zum Jetzt
- 80.3. Der Weise kennt weder Zeit noch Ziele
- 80.4. Freiwerden von Zielen meint nicht Ziellosigkeit. Doch das Ziel des Weisen ist außerhalb von Zeit und Raum.
- 80.5. Im Leben ist es wie im Sport: der Zieleinlauf entscheidet. Ziel des Lebens aber ist der Tod.
- 80.6. Wer die Zeit überwunden hat, hat die Angst überwunden
- 80.7. Wer wertet, der hetzt weiter in der Zeit
- 80.8. Wer Ziele hat, steckt in der Zeit, bleibt in der Wertung, in der Angst

81. Zufall

- 81.1. Dem Deutenden enthüllt der Zufall seinen Sinn
- 81.2. Wer ab und zu den Blick nach oben richtet, kann seh'n, was ihm als nächstes zufällt
A: Wer den Kopf rauf-hält, sieht, was ihm zu-fällt
- 81.3. Ein Zufall kann Zustupf, Zuwachs, aber auch Zugwind und Zusammenstoss bedeuten
- 81.4. Wenn der Zufall zustößt, ist Zuwachs an Erkenntnis im Anzug
- 81.5. Zuwachs ist, was uns in den Schoss wächst – Zufall, was uns in den Schoss fällt

82. Verschiedenes

- 82.1. Alles ist relativ – ALLES
- 82.2. Begriffe sind wie Schraubenzieher: Hilfsmittel, um die verschraubten formalen Kisten zu öffnen und den Inhalt freizulegen.
- 82.3. Das Geheimnis des Findens liegt in der Art des Suchens
- 82.4. Das größte Abenteuer: Die Jagd nach dem inneren Gleichgewicht
- 82.5. Der natürliche Feind des Menschen – ist der Mensch. Der natürliche Feind des Rests der Welt ist – auch der Mensch.
- 82.6. Ein-Brecher kommt selten allein.
- 82.7. Engel gibt's – schau in den nächsten Spiegel.
- 82.8. *Angels are a fact – just have a look into a mirror*
- 82.9. Erwarte nicht, was du kraft Vertrag oder Gesetz einfordern kannst
- 82.10. Ganz-Sein ist das Ziel, nicht Gut-Sein
- 82.11. Gottlob gibt es das 'Böse' – es ist der stärkste Motivator hienieden. Nur suchen es die meisten AUSSEN, wo es doch ganz nahe liegt: INNEN
- 82.12. *Gut* ist die Hälfte von *Ganz*
- 82.13. Häufiger Brillenwechsel ist verständnisfördernd
- 82.14. "Ich habe kein Augenproblem", sprach der Blinde und trat ins Leere
- 82.15. Ich hätte Pfarrer werden wollen: Bevor er 'Amen' gesagt hat, kann ihm niemand ins Wort fallen. Und es gibt in der Regel keine Rezensionen von Predigten durch geistige Schmalspur-Journis.
- 82.16. Im heiteren Himmel Homers galt Humor und versöhnliches 'Sowohl-als-Auch' Aristoteles hieb dieses Sinn-Reich entwei zum witzarmen 'Entweder-Oder' Paulus der Tor nun verlor den Humor (und ein Ohr) und erfror in der Öde des 'NUR'
- 82.17. Jagen macht Spaß – Jagdfieber krank
- 82.18. Jammern schadet der Gesundheit – auch der eigenen

- 82.19. Jede Gerade ist Teil eines Kreisbogens
82.20. Jeder hält den Stab anders, auf den er sich stützt
82.21. *Every straight line is a part of a circle-line*
82.22. Mangel erzeugt Fülle
82.23. Mit einem Buch kann man einen Modelleisenbahn-Hügel bauen, Pflanzen
pressen oder Fliegen totschiagen – man könnte es auch lesen
82.24. Schlafwandler wandeln sich im Schlaf? – Wie wär's mit Tag-Wandlern?
82.25. Unser Körper ist ein Kunstwerk, das meist als Maschine eingesetzt wird
82.26. Verstehen heißt den VER-Standpunkt wechseln
82.27. Vor dem Urteil steht das Vorurteil
82.28. Was du frohen Mutes
Tust, ist Gutes.
82.29. Wer den STANDpunkt eines andern verSTEHEN will, muss ihn einnehmen.
82.30. Wer Missen misst, misst Mist und ist vermessen,
Denn wer will wahre Weiblichkeit vermessen?
82.31. Wer misst, misst Mist, denn Wahres hat kein Mass.
82.32. Zeugen kommt erst nach dem Überzeugen.
A: Nur wer das Zeug dazu hat und überzeugt, zeugt.
A: Vor dem Zeugen: Überzeugen!
A: Ein gutes Zeugnis und das Zeug zum Zeugen reichen nicht, um zu
überzeugen.

© Marpa Communications, Christoph Meier, Hof Bruni, 8422 Pfungen
Tel. +41 79 430 57 67; info@marpa.ch; www.marpa.ch