

Ausgewählte Zitate

Hier ist eine Sammlung der Zitate, die ich bisher gesammelt habe und die mir weitergeholfen haben oder meinen Überzeugungen entsprechen. Ich persönlich fühlte mich schon im Jugendalter vom Zen-Buddhismus angezogen.

Als Erwachsener faszinierten mich die Entdeckungen, Übersetzungen und Veröffentlichungen der theosophischen Bewegung vom Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts. Die Weisheiten bisheriger Kulturen wurden damals akribisch gesammelt.

Bis jetzt fehlte allerdings eine Strukturierung des angesammelten Wissens in ein Gesamtkonzept unseres Daseins. Der erste Versuch einer rationalen, systematischen Theorie von Allem ist in "Die Weltformel" (josephlorch.de) zu finden.

Zitate von Albert Einstein

Die Theorie bestimmt, was wir finden können. Albert Einstein

Der Sinn des Lebens besteht nicht darin ein erfolgreicher Mensch zu sein, sondern ein wertvoller. Albert Einstein

Falls Gott die Welt erschaffen hat, dann war es offenbar nicht seine erste Sorge, uns ihr Verständnis leicht zu machen. Albert Einstein

Gib das, was dir wichtig ist, nicht auf, nur weil es nicht einfach ist. Albert Einstein

Zitate von Arthur Schopenhauer

Denn bei jeder ursprünglichen Einsicht ist die Überzeugung früher da, als der Beweis: dieser wird erst hinterher dazu ersonnen. Arthur Schopenhauer

Jede Wahrheit durchläuft drei Phasen. In der ersten wird sie verlacht, in der zweiten heftig bekämpft und in der dritten als selbstverständlich betrachtet. Arthur Schopenhauer

Der Wechsel allein ist das Beständige. Arthur Schopenhauer

Die Gelehrten sind die, welche in den Büchern gelesen haben; die Denker, die Genies, die Welterleuchter und Förderer des Menschengeschlechts sind aber die, welche unmittelbar im Buche der Welt gelesen haben. Arthur Schopenhauer

Zitate von Baiyun

Wenn da von Anfang und Ende die Rede ist, so ist das Selbsttäuschung. Baiyun

Was gesagt, aber nicht in die Tat umgesetzt werden kann, bleibt besser ungesagt. Was ausgeführt, aber nicht ausgesprochen werden kann, bleibt besser ungetan. Baiyun

Zitate von Baozhi

Ist alles Kranke geheilt, wozu sollte man dann noch an der Medizin festhalten? Baozhi

In letzter Konsequenz ist jedes Anhaften an Objekten leer und nichtig; suche nichts anderes als den klaren offenen Raum des Geistes.

Baozhi

Zitate von Bassui

In einem Augenblick vollkommener innerer Sammlung des Einen Geistes gewahr zu werden ist ein unendlich viel besseres Werk, als tausend, zehntausend Tage lang Sutras zu rezitieren, wie es auch unvergleichlich größer ist, gesammelten Willens des Eigenen Geistes innezuwerden, als tausend, zehntausend Jahre lang zu hören warum es so ist.

Bassui

Da das Erforschen des eigenen Geistes schließlich zur Erleuchtung führt, ist es Anlaß-Grund-Ursache, ein Buddha zu werden.

Bassui

Das Wesen Deines Geistes ward nicht ins Leben gerufen und geht nicht in den Tod.

Bassui

Zitate von Chögyam Trungpa

Man kann aus allen Arten von Büchern viel lernen, aber es gibt eine Grenze, und wenn man eine Art allgemeine Inspiration und Selbstvertrauen entwickelt, dann sollte man mit dem Lesen aufhören.

Chögyam Trungpa

Der ganze Punkt ist, die Akzeptanz von allem zu kultivieren, damit man weder diskriminiert noch sich auf irgend eine Art von Kampf einlässt.

Chögyam Trungpa

Man darf sich keine Zukunftsphantasien ausdenken und diese nur als Antrieb und Quelle der Ermutigung nutzen, sondern man sollte versuchen, das wahre Gefühl des gegenwärtigen Augenblicks zu erfassen.

Chögyam Trungpa

Bei der Meditation handelt es sich lediglich um den Versuch zu erkennen, was ist. Dabei gibt es nichts Geheimnisvolles.

Chögyam Trungpa

Zitate von Chris Prentiss

Alles, was mir widerfährt, ist das absolut Beste, was mir passieren kann.
Alles, was wir erleben, dient ausschließlich unserem allergrößten Nutzen.
Alles, was mir widerfährt, geschieht nur, damit ich den allergrößten Nutzen davon habe.
Der Lauf Ihres Lebens hängt ganz davon ab, welche Haltung Sie unterwegs einnehmen.
Das Universum zielt immer auf unsere schwächste Stelle, denn diese Stelle braucht das Krafttraining am dringendsten.

Chris Prentiss

Je mehr Sie sich bestimmten Gefühlen und Verhaltensweisen hingeben, desto größer wird Ihr Verlangen danach.

Chris Prentiss

Alle Gesetze des Universums zielen auf den Fortbestand des Universums ab.

Chris Prentiss

Wer mit der Vergangenheit ins Reine kommt, kann in der Gegenwart glücklich sein.

Chris Prentiss

Zitate von Daisetz Suzuki

Zen ist, in der Tiefe des Seins die wahre und unbegrenzte Kraft zu finden und, indem man dieser schöpferischen Energie gehorcht, aktiv zu werden.
Daisetz Suzuki

Zitate von Dogen Zenji

Lass also davon ab, Erklärungen zu suchen und Worten nachzujagen! Lerne, das Licht sich zurückzuwenden und auf die eigene Natur scheinen zu lassen!
Dogen

Die Arbeit eines Zazen-Menschen besteht darin, das Leben so zu gestalten, dass es seine praktische Funktion erfüllt.
Dogen

In einer derart unvorhersehbaren Welt ist es deshalb außerordentlich dumm, so zu tun, als ob man ewig leben würde, obwohl die eigene Todesstunde unsicher ist, sich um seinen Lebensunterhalt Sorgen zu machen und womöglich auch noch hinterhältig Ränke zu schmieden.
Dogen

Den Weg studieren bedeutet, sich selbst studieren. Sich selbst studieren bedeutet, sich selbst vergessen. Sich selbst vergessen bedeutet, in Harmonie zu sein mit allem, was uns umgibt.
Dogen

Willst du den Weg der Buddhas und Zen-Meister beschreiten, dann erwarte nichts, suche nichts und halte nichts fest.
Dogen

Man sollte sich nicht unbedingt auf die Worte der alten Meister verlassen, sondern an das denken, was wirklich wahr ist.
Dogen

Dein Leben geht Dich nichts an!
Dogen

Verbünde Dich nur mit wertvollen Gefährten, auch wenn das Schmerz und Einsamkeit bedeuten mag.
Dogen

Wenn du die Wahrheit nicht da findest, wo du gerade bist, wo denn dann?Dogen

Lehren, die nicht so klingen, als ob sie etwas aufzwingen, sind keine wahren Lehren.
Dogen

Den Weg zu studieren bedeutet, sich selbst zu studieren. Sich selbst zu studieren bedeutet, sich selbst zu vergessen. Sich selbst zu vergessen bedeutet, von allen Dingen erleuchtet zu werden. Von allen Dingen erleuchtet zu werden bedeutet, die Barriere zwischen sich selbst und anderen zu beseitigen.
Dogen

Zitate von Epikur

Tue nie im Leben, was Dir Angst bereitet, wenn es Deine Mitmenschen erfahren.
Epikur

An alle Begierden soll man die Frage stellen: Was wird mir geschehen, wenn erfüllt wird, was die Begierde sucht, und was, wenn es nicht erfüllt wird?
Epikur

Zitate von Gautama Buddha

Wir sind was wir denken. Alles, was wir sind, entsteht aus unseren Gedanken.
Mit unseren Gedanken formen wir die Welt. Buddha

Du bist heute, was Du gestern gedacht hast. Du wirst morgen sein, was Du heute denkst.
Buddha

Glaubt mir kein einziges Wort von dem was ich sage, nur weil ich Buddha, eine Autorität für Euch bin. Zweifelt es ruhig an, Aber haltet es einfach für möglich, probiert es dann aus und seht, erfährt alles selbst! Buddha

Diese Welt geht vorüber, und alles, was wichtig ist, fliegt vorbei. Jeder muss aus seinem Traum erwachen. Es ist keine Zeit zu verlieren. Und deshalb: Bemüht euch ohne Unterlass! Buddha

Laufe nicht der Vergangenheit nach und verliere dich nicht in der Zukunft. Die Vergangenheit ist nicht mehr. Die Zukunft ist noch nicht gekommen. Das Leben ist hier und jetzt. Buddha

Erarbeite mit Eifer Dein eigenes Heil. Buddha

Das Leben des Menschen ist die Frucht seiner Begierden. Buddha

Wer sich mit Unwissenden einlässt, wird viel zu leiden haben. Die Gesellschaft Unwissender ist immer leidvoll, die Gesellschaft der Weisen stets eine Freude. Buddha

Und dieses ist die edle Wahrheit über den Pfad der Ausübung, der zur Beendigung von Leiden führt: genau dieser edle achtfache Pfad, rechte Ansicht, rechte Entschlossenheit, rechte Sprache, rechte Handlung, rechtes Leben, rechte Anstrengung, rechte Achtsamkeit, rechte Meditation. Buddha

Zitate von Chuang-Tse

Der wahre Mensch sieht, was das Auge sieht und fügt nichts hinzu, was nicht da ist. Er hört, was das Ohr hört und hört keine eingebildeten Untertöne heraus. Er sucht nicht nach verborgenen Bedeutungen. Chuang-Tse

Der Weise versteht alles zu einem harmonischen Ganzen zu fügen. Verwirrung und Trübsinn beachtet er nicht, das Schlichte und das Verehrens würdige gelten ihm gleich viel. Chuang-Tse

Geh in allem was geschieht, mit dem Strom, und lass Deinem Geist frei sein. Nimm alles, was Du tust, wie es ist. So ruhst Du in Dir. Dies ist das Allerhöchste. Chuang-Tse

Zitate von Hippokrates

Wenn Du nicht bereit bist, Dein Leben zu ändern, kann Dir nicht geholfen werden. Hippokrates

Als Maß, an das Du Dich halten könntest, um Sicherheit zu gewinnen, wirst Du weder eine Zahl noch ein Gewicht finden, sondern lediglich das Gefühl des Körpers. Hippokrates

Zitate von Huang-Po

Wisset, dass ihr euch nur dazu entscheiden müsst, keinerlei Symbole zu bilden. Wenn ihr dies vermeidet, symbolisiert dies die "Große Leere", in der es weder Einheit noch Vielheit gibt.

Huang-Po

Euer wahres Wesen ist euch niemals verloren gegangen, selbst nicht in den Augenblicken der Täuschung, noch wird es im Augenblick der Erleuchtung gewonnen.

Huang-Po

Warum eine Lehre suchen? Sobald du eine Lehre hast, verfällst du dem dualistischen Denken.

Huang-Po

Wenn die Gedanken sich erheben, erheben sich alle Dinge, und wenn die Gedanken schwinden, schwinden alle Dinge.

Huang-Po

Viele Praktizierende des Zen haben Angst, ihren Geist leer zu machen. Sie fürchten, in die Leere zu fallen, und wissen nicht, dass ihr eigener Geist die Leere ist.

Huang-Po

Der Geist ist von strahlender Klarheit erfüllt. Darum wirft die Dunkelheit eurer alten Begriffe fort. Befreit euch von allem.

Huang-Po

Wenn dein Geist sich bewegt, so folge ihm nicht; und er wird sich von der Bewegung loslösen. Und wenn dein Geist auf irgendetwas ruht, so folge ihm nicht; und er wird sich von dem lösen, worauf er ruht.

Huang-Po

Alle Buddhas und alle Lebewesen sind nichts als der Eine Geist, neben dem nichts anderes existiert.

Huang-Po

Alle Eigenschaften, die von den großen Bodhisattvas verkörpert werden, wohnen dem Menschen inne und sind nicht von dem Einen Geist zu trennen. Erwache zu ihm, und sie sind da. Ihr Schüler des Weges, die ihr nicht in eurem eigenen Bewusstsein zu diesem Geist erwacht und die ihr an äußeren Erscheinungen hängt oder etwas Objektives außerhalb eures eigenen Geistes sucht, ihr alle habt dem Weg den Rücken gekehrt.

Huang-Po

Alle Wesen und alle Erleuchteten sind an sich nichts als der Eine Geist, und alles andere ist nichts. Dieser Geist ist ohne Anfang, ungeboren und unzerstörbar, ohne Form, ohne Erscheinung. Er gehört nicht zu den Dingen, die existieren oder nicht existieren. Er ist weder lang noch kurz, weder groß noch klein, denn er ist jenseits aller Beschränkungen, aller Maßeinheiten, Namen, Spuren und Vergleiche. Es ist das, was immer gegenwärtig ist - aber sobald du Begriffe davon bildest, bist du sofort im Irrtum. Dieser Geist ist unermesslich und unergründlich wie die grenzenlose Leere.

Huang-Po

Du kannst nicht den Geist benutzen, um den Geist zu suchen, nicht Buddha benutzen, um Buddha zu suchen, nicht den Dharma benutzen, um den Dharma zu suchen.

Huang-Po

Wenn alles Innere wie Äußere, Körperliche wie Geistige aufgegeben wird, wenn, wie in der Leere, keine Bindungen zurückbleiben, wenn jede Handlung allein von Ort und Umständen diktiert wird, wenn Subjekt und Objekt vergessen sind - das ist die höchste Form des Loslassens.

Huang-Po

Zitate von Hui-Hai

Wenn du den Punkt erreichst, wo der Geist nirgends weilt, wo es auch immer sei, dann wird kein einziges Phänomen wahrnehmbar sein. Hui-Hai

Solange noch geglaubt wird, dass Unterscheidungen existieren, ist es unmöglich, Befreiung zu erlangen. Hui-Hai

Loslassen ist der erste Schritt. Vor allem ist es nötig, das Ich zu eliminieren. Wenn irgendetwas stattfindet, so darf es keine Reaktion geben. Dies wahrlich bedeutet, den Körper der Erleuchtung zu besitzen. Hui-Hai

Zitate von Huineng

Es ist wie eine Leuchte und ihr Licht. Wo die Leuchte ist, da ist auch Licht. Ohne Leuchte existiert kein Licht. Die Leuchte an sich ist die Substanz des Lichtes, das Licht ist das Wirken der Leuchte. Obwohl es zwei Namen gibt, sind sie im Grunde identisch. Genauso ist es mit Versenkung und Weisheit. Huineng

Alle Weisheit kommt aus der Essenz des Geistes, nicht aus einer äußeren Quelle. Darüber sei dir im Klaren. Das nennt man "das wahre Selbst gebrauchen". Huineng

So wie das Licht einer Lampe die Dunkelheit vertreibt, die tausend Jahre da war, vertreibt ein Funke Weisheit die Unwissenheit, die viele Zeitalter lang da war. Huineng

Zitate von John F. Kennedy

Ein gescheiter Mann muss so gescheit sein, Leute einzustellen, die viel gescheiter sind als er. John F. Kennedy

Wenn man im Leben mit dem Zweitbesten vorlieb nimmt, dann erreicht man immer wieder nur das Zweitbeste. John F. Kennedy

Zitate von Lama Anagarika Govinda

Hingabe bedeutet Empfänglichkeit. Lama Govinda

Indem wir eine Situation, die uns irritiert, entweder leugnen oder manipulieren, verhindern wir, dass wir sie in ihrer ganzen Vollkommenheit erfahren. Lama Govinda

Der größte Künstler ist derjenige, der auszudrücken vermag, was von jedem Menschen empfunden wird. Lama Govinda

Je weniger wir uns innerlich oder äußerlich bewegen, desto mehr werden wir uns der Zeit bewusst. Lama Govinda

Die Energie folgt der Aufmerksamkeit. Lama Govinda

Je mehr wir uns des Bewusstseins bewusst sind, desto intensiver werden wir uns unserer eigenen Universalität bewusst. Lama Govinda

Denn nichts ist gefährlicher als Halbwissen, oder ein Wissen, das nur theoretischen Wert hat. Lama Govinda

Zitate von Lao-Tse

Wenn Du liebst, was Du tust, wirst Du nie in Deinem Leben arbeiten. Lao-Tse

Wenn jeder weiß, das Schöne ist schön, schon ist das Hässliche da. Wenn jeder weiß, das Gute ist gut, schon ist das Böse da. Lao-Tse

Erzeugen, doch nicht besitzen. Wirken, doch nicht daran hängen. Behüten, doch nicht beherrschen. Dies nennt man: tiefgründige wahre Tugend. Lao-Tse

Bewahre die Reinheit, offenbare die Einfachheit, vermindere die Selbstsucht, verringere die Begierden! Lao-Tse

Übe die Regungslosigkeit, beschäftige Dich mit Untätigkeit, finde im Verzicht Genuss, und Du siehst das Große im Kleinen, das Viele im Wenigen. Lao-Tse

Wer andere kennt, ist klug. Wer sich selbst kennt, ist weise. Wer andere besiegt, hat Kraft. Wer sich selbst besiegt, ist stark. Lao-Tse

Wer einmal die Zufriedenheit erlebt hat, die aus simplen Genügen erwächst, wird nie wieder etwas anderes als zufrieden sein. Lao-Tse

Zitate von Lin-chi

Macht euch frei von allem, was ihr in euch oder außerhalb findet - Religion, Tradition und Gesellschaft, denn nur dann werdet ihr Befreiung finden. Seid Ihr nicht in die Dinge verstrickt, so gelangt ihr ungehindert zur Selbstständigkeit. Lin-chi

Ideen, die dem Ohr so angenehm klingen, werden als große Wahrheiten angenommen. Und die Leute werden von ihnen ebenso angezogen wie die Motten in der Nacht von Kerzenlicht, in dem sie umkommen... Lin-chi

Zitate von Mahatma Gandhi

Die Erde hat genug, um die Bedürfnisse aller Menschen zu befriedigen, aber nicht genug, um die Gier aller zu stillen. Mahatma Gandhi

Der Schwache kann nicht verzeihen. Verzeihen ist eine Eigenschaft des Starken. Mahatma Gandhi

Die sieben sozialen Sünden der Menschheit:

- Politik ohne Prinzipien
- Reichtum ohne Arbeit
- Genuss ohne Gewissen
- Wissen ohne Charakter
- Geschäft ohne Moral
- Wissenschaft ohne Menschlichkeit
- Religion ohne Opfer

Mahatma Gandhi

Die leibliche Existenz des Menschen ist letzten Endes vergänglich. Sie kann ihrer Natur nach nicht ewig dauern. Und dennoch macht der Mensch sie zu einem Fetisch und vernachlässigt dabei den unsterblichen Geist in seinem Inneren. Mahatma Gandhi

Die Genugtuung liegt in der Mühe, sein Ziel zu erreichen, nicht im Erreichen selbst.
Mahatma Gandhi

Zitate von Meister Eckhart

Dass ein Mensch ein ruhiges Leben hat, das ist gut; dass ein Mensch ein mühevolleres Leben mit Geduld erträgt, das ist besser; aber dass man Ruhe hat im mühevollen Leben, das ist das allerbeste.
Meister Eckhart

Zitate von Mi-an

Alle Menschen haben ihren eigenen lebendigen Pfad zum Himmel. Solange sie ihn nicht gehen, sind sie wie Betrunkene, die einen Weg nicht vom anderen unterscheiden. Mi-an

Erst wenn du ganz lebendig bist und nicht mehr gefangen und eingesperrt werden kannst, hast du eine gewisse Unabhängigkeit. Dann kannst du den ganzen Tag lang in der gewöhnlichen Welt sein, ohne dass sie Einfluss auf dich gewinnt.
Mi-an

Zitate von Paul Watzlawick

Wenn Du immer wieder das tust, was Du immer schon getan hast, dann wirst Du immer wieder das bekommen, was Du immer schon bekommen hast. Wenn Du etwas anderes haben willst, tu etwas anderes! Und wenn das, was Du tust, Dich nicht weiter bringt, dann tu etwas völlig anderes – statt mehr vom gleichen Falschen.
Paul Watzlawick

Man kann nicht, nicht kommunizieren.
Paul Watzlawick

Zitate von Ralph Waldo Emerson

An den eigenen Gedanken zu glauben, – zu glauben, daß, was für uns im Innersten unserer Seele wahr ist, wahr sein muss für alle Welt, – das ist Genius.
Ralph Waldo Emerson

Es ist leicht, in der Welt nach der Meinung der Welt zu leben, es ist in der Einsamkeit leicht, nach seiner eigenen zu leben, – aber der große Mensch ist der, welcher inmitten der Menge, ohne zu streiten, die Unabhängigkeit der Einsamkeit zu bewahren weiß.
Ralph Waldo Emerson

Wenn das Hohe dir nahe ist, wenn du Leben in dir hast, dann kommt es auf keinem bekannten oder gewohnten Wege: du wirst keine fremde Fußspur auf deinem Pfade finden, du wirst keines Menschen Antlitz sehen, du wirst keinen Namen hören: der Pfad, der Gedanke, das Hohe wird völlig fremd und neu sein.
Ralph Waldo Emerson

Das Geheimnis des Glückes ist: Freude am Werk unserer Hände.
Ralph Waldo Emerson

Zitate von Ram Dass

Um hier und jetzt zu sein, um den Augenblick in seiner ganzen Fülle zu sein, ist es erforderlich die Trennung, die Gedanken schaffen, zu verringern.
Ram Dass

Wenn Du eher darüber nachdenkst, was Du tun solltest, anstatt dabei zu bleiben, was Du tust, entfernst Du Dich von Dir selbst.
Ram Dass

Sich mit andern zu vergleichen bedeutet die Einzigartigkeit der eigenen Reise zu vergessen.
Ram Dass

Zitate von Seneca

Die Begehrlichkeit kennt keine Schranke, nur Steigerung. Seneca

Nicht wer zu wenig hat, sondern wer mehr begehrt, ist arm. Seneca

Wer die Gesundheit erwerben will, der muss sich von der Menge der Menschen trennen; denn die Masse geht immer den Weg gegen die reine Vernunft und versucht immer ihre Leiden und Schwächen zu verbergen. Lasst uns nie fragen: Was ist üblich, sondern was ist das Beste!
Seneca

Zitate von Seng-ts'an

Der weise Mann strebt nicht. Der Unwissende bindet sich selbst. Wenn Du an Deinem Geist mit Deinem Geist arbeitest, wie kann da eine immense Verwirrung vermieden werden?
Seng-ts'an

Die höchste Wahrheit ist nicht schwierig und lässt keine Wahl zwischen Zweierlei zu.
Seng-ts'an

Eines in allem, alles in einem – wenn Du dies nur erfasst, sorgst Du Dich nie mehr, Du seiest unvollkommen.
Seng-ts'an

Beuge Dich der Natur der Dinge und Du wirst in Freiheit und Gelassenheit wandern.
Seng-ts'an

Zitate von Shunryu Suzuki

Zen ist nicht irgend eine Form der Aufregung, sondern Konzentration auf den gewohnte Alltag.
Shunryu Suzuki

Der wahre Zweck des Zen besteht darin, die Dinge so zu sehen, wie sie sind, die Dinge so zu beobachten, wie sie sind, und alles so laufen zu lassen, wie es läuft. Shunryu Suzuki

Der Sinn liegt in der Anstrengung selbst. Shunryu Suzuki

Nachdem Sie eine Weile geübt haben, werden Sie feststellen, dass es nicht möglich ist, schnelle, außergewöhnliche Fortschritte zu erzielen. Auch wenn Sie sich sehr anstrengen, werden Sie immer nur nach und nach Fortschritte machen. Shunryu Suzuki

Wenn Sie eine Sache durch und durch verstehen, verstehen Sie alles. Wenn Sie versuchen, alles zu verstehen, werden Sie nichts verstehen. Der beste Weg ist, sich selbst zu verstehen, und dann werden Sie alles verstehen. Shunryu Suzuki

Zitate von Thomas Alva Edison

Unsere größte Schwäche liegt im Aufgeben. Der sicherste Weg zum Erfolg ist immer, es doch noch einmal zu versuchen. Thomas Alva Edison

Wenn es einen Weg gibt, etwas besser zu machen: finde ihn. Thomas Alva Edison

Erfolg hat nur, wer etwas tut, während er auf den Erfolg wartet. Thomas Alva Edison

Zitate von Viktor von Gebsattel

Wo immer das Werdesein des Lebendigen angehalten oder zurückgedrängt wird, erhebt sich eine Instanz, die in dieser oder jener Hinsicht sich als Gegenspieler des Lebens ausweist.

Viktor von Gebsattel

Jede Form menschlicher Tätigkeit kann süchtig entarten. Viktor von Gebsattel

Zitate von Wolfgang von Goethe

Halte immer an der Gegenwart fest. Jeder Zustand, ja jeder Augenblick ist von unendlichem Wert, denn er ist der Repräsentant einer ganzen Ewigkeit. Wolfgang von Goethe

Was ist das Schwerste von allem? Was Dir das Leichteste dünket: Mit den Augen zu sehen, was vor den Augen Dir liegt. Wolfgang von Goethe

Über allen Tugenden steht eines: Das beständige Streben nach oben, das Ringen mit sich selbst, das unersättliche Verlangen nach größerer Reinheit, Weisheit, Güte und Liebe.

Wolfgang von Goethe

Das Ewige regt sich fort in Allem: denn alles muss im Nichts zerfallen, wenn es im Sein beharren will. Wolfgang von Goethe

Und so lange du das nicht hast, dieses: Stirb und werde! Bist du nur ein trüber Gast auf der dunklen Erde. Wolfgang von Goethe

So eine Arbeit wird nie fertig, man muss sie für fertig erklären, wenn man nach Zeit und Umständen das Mögliche getan hat. Wolfgang von Goethe

Zitate von Yuanwu Keqin

Wenn erleuchtete Zen-Meister Anleitungen für den spirituellen Pfad geben, geht es nur darum, den Geist zu klären, damit er an seinen Ursprung gelangt. Er ist vollständig gegenwärtig in einem jeden, doch die Menschen wenden sich aufgrund ihrer Einbildungen von diesen Grund des Geistes ab. Yuanwu Keqin

Wenn dein ursprünglicher Beweggrund, dich im Zen zu schulen, nicht der richtige ist, wirst du dich schließlich umsonst abgemüht haben. Deshalb drängten die Alten die Menschen, sich zu schulen, als stünden sie am Rande des Todes. Yuanwu Keqin

Es ist nicht notwendig, das Handeln abzulehnen und nur noch die Stille zu suchen. Mach dich einfach innerlich leer und bring dich in Übereinstimmung mit dem Äußeren. Dann wirst du auch im hektischen Treiben der Welt in Frieden sein. Yuanwu Keqin

Wer über Sein oder Nichtsein nachdenkt, verliert Leib und Leben. Yuanwu Keqin

Zitate von Yunmen Wenyan

Wenn es einer erreicht hat, dann verbringt er seine Tage im Einklang mit dem Gewöhnlichen. Solange man aber noch nicht soweit ist, darf man auf keinen Fall so tun als ob.

Yunmen Wenyan

Wenn du gehst, dann gehe. Wenn du sitzt, dann sitze. Und vor allem: Schwanke nicht.

Yunmen Wenyan

Die Zeit harret nicht des Menschen: Eines Tages wird sich euer sterbender Blick auf die Erde richten und dann, was tut ihr dann? Fuchtelst dann nicht verzweifelt mit Armen und Beinen herum wie eine ins heiße Wasser geworfene Krabbe! Das wird ganz bestimmt nicht der Ort sein für große Worte von euch Schaumschlägern!

Yunmen Wenyan

Zitate von Zensho W. Kopp

Alles ist der Eine Geist, neben dem nichts anderes existiert. Dieser Geist ist der allen unseren Erfahrungen zugrunde liegende universale Urgrund. Er ist der kosmische Brennpunkt Bewusstseins in seiner Gesamtheit. Er ist die unwandelbare göttliche Wesenheit und der Schöpfer aller Dinge.

Zensho W. Kopp

Ihr dürft nicht vergessen, dass die Wahrheit, nach der ihr in den Schriften, den Aussagen der alten Meister, sucht, nichts anderes ist als euer eigenes Sein.

Zensho W. Kopp

Leiden kommt nicht von außen - es kommt immer von innen. Denn die Vergänglichkeit alles Angenehmen, das du in der Welt erfährst, kann niemals Leid in dir verursachen, wenn du dich nicht daran festklammerst.

Zensho W. Kopp

Das Tao liegt direkt unter unseren Fußsohlen. Mach nur deine Augen auf und sei gegenwärtig! Sei bewusst bei allem, was du tust, "jetzt-hier"!

Zensho W. Kopp

Die Freiheit und Heiterkeit des Geistes ist der natürliche Zustand deines wahren Seins. Doch du kannst die wahre Freude nur finden, indem du dich auf den ursprünglichen Zustand des Geistes, auf dein wahres Sein jetzt-hier, ganz einlässt. Dieses dein ursprüngliches wahres Selbst ist in Wahrheit nichts anderes als herrliche und geheimnisvoll friedvolle Freude.

Zensho W. Kopp

Der wahre Mensch des Zen erlebt die Wirklichkeit seines wahren Seins mitten in der Welt. Frei und unabhängig kommt und geht er, so wie es ihm gefällt. Wie der Wind in den Bäumen und der Mond im Wasser befindet er sich stets in klarer Übereinstimmung mit allem. Sein Geist ist vollkommen frei von Kommen und Gehen, ohne Begrenzung, und haftet an nichts.

Zensho W. Kopp

Sprichwörter

Wer etwas tun will, findet einen Weg; wer nichts tun will, findet eine Entschuldigung.

Arabisches Sprichwort

Überragende Ärzte verhindern Krankheiten; mittelmäßige Ärzte heilen noch nicht ausgebrochene Krankheiten; unbedeutende Ärzte behandeln bereits bestehende Krankheiten.

Chinesisch. Sprichwort

Fürchte Dich nicht vor dem langsamen Vorwärtsgehen, fürchte Dich nur vor dem Stehenbleiben!
Chinesisch. Sprichwort

Durch die Luft fliegen oder übers Wasser gehen – nicht darin, sondern im Gehen auf dieser Erde
liegt das Wunder. Chinesisch. Sprichwort

Taten sind Früchte, Worte nur Blätter. Griechisch. Sprichwort

Das Auge ist der Spiegel der Seele. Das Ohr ist das Tor zur Seele. Indisches Sprichwort

Geschickt und gescheit liegen nahe beieinander. Japanisches Sprichwort

Der Mann, der zu beschäftigt ist, sich um seine Gesundheit zu kümmern, ist wie ein Handwerker,
der keine Zeit hat, seine Werkzeuge zu pflegen. Spanisches Sprichwort

Der Weg ist das Ziel. Zen Sprichwort

Wenn Du es verstehst, sind die Dinge genau wie sie sind. Wenn Du es nicht verstehst, bleiben die
Dinge genauso, wie sie sind. Zen Sprichwort

Sonstige Zitate

Alles, was das Beste für uns ist, gelangt von selbst in unsere Hände – wenn wir aber danach
trachten, es uns zu holen, dann entzieht es sich uns fortwährend. A. K. Coomaraswamy

Erfahrung ist nicht das, was einem zustößt. Erfahrung ist das, was man aus dem macht, was einem
zustößt. Aldous Huxley

Die immer wiederkehrenden Entwicklungsstufen der menschlichen Gesellschaft:

- Aus Gefangenschaft zum Glauben.
- Aus Glauben zur Tapferkeit.
- Aus Tapferkeit zur Freiheit.
- Aus Freiheit zum Überfluss.
- Aus Überfluss zur Selbstsucht.
- Aus Selbstsucht zur Apathie.
- Aus Apathie zur Abhängigkeit.
- Aus Abhängigkeit wieder zurück zur Gefangenschaft. Alexander Tydter

Man kann Situationen nicht mit Wegrennen lösen, man kann sich ihnen eigentlich nur stellen. Und
dann muss man sich da durchwursteln und dann wird es auch gut. Anna Loos

Wir messen nicht nur die Bewegung mittels der Zeit, sondern auch mittels der Bewegung die Zeit
und können dies, weil sich beide wechselseitig bestimmen. Aristoteles

Das Geheimnis des Erfolges liegt in der Zielstrebigkeit. Benjamin Disraeli

Wenn eine innere Situation nicht bewusst gemacht wird, erscheint sie im Außen als Schicksal.
Carl Gustav Jung

Nicht logisches Denken, sondern nur ein höheres Bewusstsein löst die Widersprüche, in die das niedere, an die Sinnlichkeit gebundene Denken sich hoffnungslos verstrickt.

Charlotte Joko Beck

Nur der entspannte Mensch ist wirklich schöpferisch und Ideen fallen ihm blitzartig ein.

Cicero

Selbst-Übung ermöglicht Selbst-Erkenntnis. Selbst-Erkenntnis ermöglicht Selbst-Verwirklichung.

Daim Batangtaris

Wenn Du fühlst, dass in Deinem Herzen etwas fehlt – dann kannst Du, auch wenn Du im Luxus lebst, nicht glücklich sein.

Dalai Lama

In anderen Wünsche erregen, die uns unserem Ziel näher bringen. Wer diesen meinen Rat befolgt, wird die Menschen auf seiner Seite haben. Wer ihn verschmäht, wird abseits stehen.

Dale Carnegie

Der eine wartet, dass die Zeit sich wandelt. Der andere packt sie kräftig an und handelt.

Dante

Dein schlimmster Feind kann dir nicht so sehr schaden wie dein eigenes Denken, wenn du es nicht im Zaum hältst. Doch wenn du seiner Herr geworden bist, gibt es keine größere Hilfe.

Dhammapada

Alles so einfach wie möglich zu machen, um gerade dadurch die Vielschichtigkeit von allem wirklich deutlich zu machen, könnte man gründliche Simplizität nennen. E. Jandt

Leben ist Bewegung, Veränderung, Umwandlung; Versteifung ist Tod.

Elisabeth Haich

Nur die eigenen Begehren, Urteile und Strebungen unterliegen der persönlichen Macht.

Epictetus

Nicht die Dinge beunruhigen uns, sondern die Meinungen, die wir von den Dingen haben.

Epiktet

Tue nie im Leben, was Dir Angst bereitet, wenn es Deine Mitmenschen erfahren.

Epikur

Verbringe nicht die Zeit mit der Suche nach einem Hindernis, vielleicht ist keines da.

Franz Kafka

Was mich nicht umbringt, macht mich stärker.

Friedrich Nietzsche

Wenn ein Taschendieb einem Heiligen begegnet, sieht er nur dessen Taschen.

Hari Dass Baba

Wenn man zuversichtlich in der Richtung seiner Träume voranschreitet und sich bemüht, das Leben zu leben, das man sich vorgestellt hat, wird man einen Erfolg haben, der in gewöhnlichen Stunden unerwartet ist.

Henry Davis Thoreau

Den Fortschritt verdanken wir den Nörglern. Zufriedene Menschen wünschen keine Veränderungen.
Herbert George Wells

Jede Krankheit ist heilbar, aber nicht jeder Patient.
Hildegard von Bingen

In allem emsigen Getriebe ruhig bleiben, das ist wahre Natürlichkeit. Wenn Du in schweren Zeiten Deine heitere Gelassenheit zu wahren vermagst, erkennst Du, wozu der Geist wirklich imstande ist.
Huanchu Daoren

Die Freiheit des Einzelnen endet dort, wo die Freiheit eines Anderen beginnt.
Immanuel Kant

Wahrlich ich sage euch: Es sei denn, daß ihr umkehret und werdet wie die Kinder, so werdet ihr nicht ins Himmelreich kommen.
Jesus

Wenn die Macht der Liebe die Liebe zur Macht überwindet, wird die Welt Frieden finden.
Jimmie Hendrix

Nie wissen wir genau, ob etwas besser wird, wenn wir es verändern. Wir wissen aber sehr wohl, dass wir verändern müssen, wenn wir verbessern wollen.
Josef Schmidt

Das Ziel einer Auseinandersetzung sollte nicht der Sieg sein, sondern der Fortschritt.
Joseph Joubert

Das Glück besteht nicht darin, dass Du tun kannst, was Du willst, sondern darin, dass Du auch immer willst was Du tust.
Leo Tolstoi

Das Problem vom Sozialismus ist, dass Dir irgendwann das Geld anderer Menschen ausgeht.
Margaret Thatcher

Die wichtigste Erkenntnis ist, dass es oft einfacher ist, ein Modell der Welt zu haben, als kein Modell der Welt zu haben.
Martin Wattenberg

Nach Wahrheit forschen, Schönes lieben, Gutes wollen, das Beste tun. Das ist die Bestimmung des Lebens.
Moses Mendelssohn

Nur das unvollständige kann verstanden werden und uns weiter bringen. Das Vollständige kann nur genossen werden.
Novalis

Wenn mein Sinn leer ist von Bildern, Ideen, Absichten, Vorurteilen und Forderungen, dann – und nur dann – kann ich in Fühlung mit meinem wirklichen Welterleben sein, ausgewogen und zentriert im gegenwärtigen Augenblick meines Fühlens und Reagierens.
O.J. Stevens

Unzufriedenheit ist der erste Schritt zum Erfolg.
Oscar Wilde

Wenn wir keine Fehler machen, heißt das, dass wir nicht genug neue Dinge ausprobieren.
Phil Knight

Der Sinn des Lebens ist, deine Begabung zu finden. Das Ziel des Lebens ist, diese zu teilen.
Picasso

Herr, gib uns die Kraft, zu verändern, was sich verändern lässt, die Geduld zu ertragen, was nicht zu ändern ist, und die Weisheit, zwischen beiden zu unterscheiden. Wilhelm Oetinger

Die größte Behinderung des Lebens liegt darin, ständig auf die Gesundheit zu achten. Platon

Wer werden will, was er sein sollte, der muss lassen, was er jetzt ist. Reiner Schürmann

Hängt Euch nicht an die Vergangenheit und verlangt nicht nach der Zukunft. Rinzai

Wie groß der Wunsch nach Liebe und Aufmerksamkeit der Eltern ist, zeigt sich in Zahn 36. Sabine Mitterer

Die Vergangenheit teilt uns mit, wer wir sind. Ohne sie verlieren wir unsere Identität. Stephen Hawking

Achte auf Deine Gedanken, denn sie werden Worte.
Achte auf Deine Worte, denn sie werden Handlungen.
Achte auf Deine Handlungen, denn sie werden Gewohnheiten.
Achte auf Deine Gewohnheiten, denn sie werden Dein Charakter.
Achte auf Deinen Charakter, denn er wird Dein Schicksal. Talmud

Meditation ist keine Flucht vor dem Leben, sondern Einstimmung auf wirkliche Teilnahme am Leben. Thich Nhat Hanh

Es ist zweifellos unsere Aufgabe, nicht zu schauen, was alles möglich wäre, sondern zu tun, was nötig ist. Thomas Carlyle

An je weniger Bedürfnisse wir uns gewöhnt haben, um so weniger Entbehrungen drohen uns. Tolstoi

Dieselben ordnenden Kräfte, welche die Natur in allen ihren Formen geschaffen haben, sind für die Struktur unserer Psyche verantwortlich und auch für unsere Fähigkeit zu denken. Werner Heisenberg

Wer andern gar zu wenig traut, hat Angst an allen Ecken; wer gar zu viel auf andre baut, erwacht mit Schrecken. Wilhelm Busch

So wie alle kleinen Kinder, muss man den einen oder anderen Traum träumen; aber sei vorsichtig, was du träumst, sonst werden deine Träume dich bald träumen. Willie Nelson

Eigene Zitate

Wir können nicht vom Bösen erlöst werden. Wir können uns nur selbst vom Bösen erlösen. Joseph Lorch

- Menschen, die andere **ängstigen**, können nicht **verbunden** sein.
- Menschen, die andere **belügen**, können nicht **vertrauen**.

- Menschen, die andere **hassen**, können nicht **glücklich** sein.
- Menschen, die andere **kontrollieren**, können nicht **frei** sein.
- Menschen, die andere **übergehen**, können nicht **kooperieren**.
- Menschen, die andere **urteilen**, können nicht **würdig** begegnen.

Joseph Lorch

Joseph

- Stand 15.09.26