

aufgeregtes Denken

Author : Spax

Categories : [Wrestling](#)

Date : 22. Juni 2015



Ich bin recht müde in meinem Kopf, denn ich habe länger als sonst geschlafen. Gedankenfetzen, die mein Hirn durchreisen. Und immer dieser Trieb, sich an einen dieser Fetzen dranhängen zu wollen. Als hinge unser Leben davon ab, daß wir stets irgendetwas wiederkauen in unseren Köpfen. Doch das ist nicht das Leben. Das Leben ist unser Ausdruck, unser Handeln – ganz gleich, worin die jeweilige Handlung bestehen mag –, das Handeln im Jetzt, in meiner Stille. Denn das ist, worin ich mich immer und immer wiederfinde, was mich verdrahtet, erdet und verankert: die innere Stille.

Es ist geradezu grotesk: Wenn ich in meiner Stille bin und mein ganzes System sich beruhigt, *dann* zu beobachten, was mit mir passiert, sobald irgendein Gedanke durch mein Hirn spaziert und sogleich eine innere „Aufregung“ stattfindet, Muskeln sich anspannen ohne daß ich dies bemerke und sofort eine latente innere Unruhe entsteht, die man allgemein für das Lebendigsein hält. Es ist wirklich phantastisch, wie unsere Kopfgedanken Auswirkungen auf unseren gesamten Lebenszusammenhang haben, für unser Lebensgefühl, für unseren gesamten Ausdruck. Und natürlich muß dies so sein, denn alles ist stets mit allem anderen verbunden. Daher durchdringt jede Regung meines Bewußtseins mein gesamtes Sein, ist eine „Rückkopplung“ auf alles, was ich wahrnehme und mir hierdurch wieder zurückgespiegelt wird.

Das „Leben in den Kopfgedanken“ ist daher ein ganz anderer Ausdruck als das Sich-ausdrücken, das aus der inneren Stille entsteht.

