

## Das Karma-Meer

*Wir alle schwimmen im Meer des Universums, das ein Meer voller Energie ist. Alles Denken, jede Entscheidung und jede Tat erzeugt Strömungen und Wirbel im kosmischen Meer – diese Strömungen nennen wir: Karma.*

*Manche Strömungen führen uns nach oben. Sie machen das Schwimmen leichter und schenken uns Freude und Liebe. Diese Wirbel nennen wir „gutes Karma“. Andere Strömungen sind abwärts gerichtet; sie ziehen in die Tiefe, machen uns das Schwimmen schwer und wirken belastend und bedrückend. Diese Wirbel sind schlechtes Karma.*

*Nur einigen wenigen Erleuchteten gelingt es, mühelos an der Oberfläche zu bleiben ohne selbst Wirbel zu erzeugen. Wir alle aber, die wir durch das Weltmeer des Lebens schwimmen, erzeugen dabei ständig Karma. Unsere guten Entscheidungen sind die, die Aufwärtsströmungen erzeugen – wir bewirken gutes Karma. Schlechte Entscheidungen bilden Wirbel, die uns nach unten ziehen. Doch was immer wir tun – all das erzeugt Karma-Ströme. Auch wenn wir längst nicht mehr dort sind, wo wir zuvor geschwommen sind, wirken die Wirbel weiter, die wir im weiten Meer des Universums erzeugt haben. Und da alles, was wir verursachen sich auch auf andere auswirkt, können unsere Wirbel andere Menschen in die Tiefe ziehen oder hilfreich sein und ihnen Leichtigkeit verleihen...*

Das Bild vom Karma-Meer lässt sich gut auf unser tägliches Leben übertragen. Hier bewirken unsere guten und schlechten Gedanken und Taten ständig neues Karma. Unser Karma ist die direkte Folge von dem, was wir denken, sagen und tun. Und wie auch immer wir handeln – alles hat Einfluss darauf, was in der Zukunft passieren wird. Wir erzeugen Wirbel und Strömungen im Wasser, die sowohl uns selbst, als auch unsere Freunde, Partner, Familienangehörigen und die Gesellschaft beeinflussen, in der wir leben.

## *Kein Richter, kein Henker!*

Natürlich käme das Meer nie auf die Idee, jemanden zu „bestrafen“ – es ist schließlich einfach nur Wasser. Ebenso wenig ist Ihr Karma eine Instanz, die Buch führt, bestraft oder begnadigt, je nachdem ob Sie „böse“ oder „artig“ waren. Einen himmlischen Gerichtshof gibt es nicht. Das heißt, genau wissen wir das natürlich nicht: Aber es spielt erst einmal keine Rolle – denn bereits lange vor dem „Jüngsten Gericht“ werden wir mit den Folgen unserer Taten konfrontiert. Für unser Karma ist lediglich die Tatsache von Interesse, dass jeder Ihrer Gedanken, Gefühle und Taten unweigerlich auch Folgen haben wird.

Nur Sie sind verantwortlich für Ihr Karma. Wenn Sie schlechtes Karma haben, liegt es an Ihnen, es zu befreien – das kann Ihnen niemand abnehmen. Das bedeutet jedoch nicht, dass Sie oder jemand anderer *schuldig* sind. Schuldige zu finden ist leicht: die Eltern, die uns falsch erzogen haben, die Gesellschaft und die bösen Menschen, die uns daran gehindert haben, gut zu werden, die negative Erfahrungen aus früheren Leben oder gar unser „schlechter Charakter“... irgendetwas findet man immer. Doch die Suche nach dem Schuldigen führt nur in die Sackgasse.

## **Die Kunst besteht nicht darin, anzuklagen, sondern zu verändern!**

Was auch immer alles zu Ihrem Karma beigetragen haben mag – es liegt ausschließlich an Ihnen, „in Richtung Sonne zu schwimmen“ und dabei schlechtes in gutes Karma zu verwandeln. Das was Sie tun, macht einen Unterschied. Den einzigen Unterschied, den es wirklich gibt. Jeden Tag aufs Neue haben Sie die Chance.

## *Die ursprüngliche Karmalehre*

Die Karmalehre ist eine der ältesten spirituellen Lehren der Menschheit und hat seine Wurzeln in Indien. Lange bevor Buddha

seine Lehre von der Erlösung vom Leiden verkündete, kannten die Brahmanen Indiens bereits das Karma-Prinzip. Die Vorstellung von Karma und dem Kreislauf des Lebens ist weit über 2500 Jahre alt.

Auch wenn die Karma-Idee ursprünglich Teil des Hinduismus und später Buddhismus war, sind wichtige Aspekte in den meisten anderen Religionen zu finden.

Das Besondere an der ursprünglichen Karma-Lehre ist jedoch: Es gibt da niemanden, der Sie „bestraft“ (leider übrigens auch keinen, der „belohnt“). Mit anderen Worten: Sie machen es selbst! Wenn Sie Ihre Suppe versalzen, müssen Sie wohl oder übel versalzene Suppe essen. Und wenn Sie mit Ihrem Denken, Fühlen und Tun negatives Karma schaffen, müssen Sie Ihre Suppe ebenfalls auslöffeln.

Egoismus, Gier, Grausamkeit oder Gewalt haben Folgen – und zwar nicht nur für die Opfer, sondern ebenso auch für die Täter. Umgekehrt haben auch Mitgefühl, Bescheidenheit oder Friedfertigkeit Folgen. Aber positive.

## **Die vier Karma-Regeln**

Die vier grundlegenden Karma-Regeln sind ganz einfach: Hier die Kurzfassung:

**1. Karma ist gebundene Energie**

**2. Befreist du diese Energie, so befreist du dich selbst.**

**3. Der Schlüssel zu Freiheit und Glück liegt darin, beim Denken, Fühlen und Handeln die richtigen Entscheidungen zu treffen**

**4. Sobald du dein Karma befreit hast, arbeitet das ganze Universum für dich**