

Konrad Pfaff

Zwei Dutzend
gebrauchsfertige
Mantras

Ein *Mantra* sprech ich
laut/leiser, doch vernehmlich,
aufmerksam,
konzentriert,
bedächtig.

Ich eigne es mir an.

Ich wiederhole es.

Ich spreche es immer
wieder am Tag.

Ich kann mich daran erfreuen.

Es ist mir eine neue Chance
und Herausforderung.

Mantras sollen mich selbst
existentiell betreffen.

Ich freu mich an ihnen!

Hab ich nur ein wenig mehr
Kraft und Macht, Mut und
Glück als die Anderen um Dich,
so hast Du als „Autorität“

nur eins zu tun:

Obhut

Schutz

Güte

zu geben.

Ansonsten vertust Du Deine Chance wie so viele
Autoritäten und Mächtigen, die den Kleinen
und Schwachen nicht Obhut, Schutz und
Brot geben.

Der Felsen ist ein großer erratischer Block, fest und hart. Das
Wasser des Ozeans daneben ist weich und anschmiegsam. Die
Pflanzen leben verwurzelt und aus dem Licht. Die Tiere sind
beseelt und bewegen sich sinnlich. Der Mensch ist geistvoll
die Synthese aller **D u n e h m e a l l e s i n O b h u t**,
getreu den Weisungen des Leere-Alls.

Verbünde Dich mit der Göttin in Dir,
mit dem Kind in Dir,
mit dem Weisen in Dir,
mit der göttlichen Leere in Dir,
mit dem göttlichen Eros in Dir
und mit der großen Weite
Deiner Metamorphosen.

Denk täglich ans
göttliche Spiel,
dann schaffst Du
aus der Natur
geistvolle Schönheit.

Ehrgeiz, Ruhmsucht, Eitelkeit, Wille zur Selbstverherrlichung,
möglicherweise Hilfen in die Arbeit zu kommen.

Um ein gutes, erfülltes Werk jedoch zu schaffen,

wird jeder Künstler in einem Prozess

der Reinigung,

der Katharsis

eintreten müssen. Das gilt für ihn persönlich wie auch
für die Redlichkeit seiner Arbeit, seines Handwerks.

Überflieger darf er nicht sein, er muss zäh handwerklich

die Basis der Werke legen, die dann das Handwerk

weit übertreffen.

Merke Dir: Dein Name, deine Signatur am Werk ist nicht
wichtig, der Titel des Werks, den Du erfindest ist nicht
wesentlich.

Du darfst jedoch

und sollst identisch werden

mit Deinem Werk.

Du sollst und kannst mit Deinem Selbst Fleisch werden im
Werk. Name und Titel sind jedoch einfach Hilfen für den
Betrachter, es sind Weisen, die gut sind, didaktische Hilfen für
den Rezipienten. Vielleicht geht er dann besser um mit dem
Werk, begegnet ihm leichter und wohlwollender.

Ich reinige mich von Vorurteilen, Stereotypen, Dogmen,
Ideologien, von ungeprüften Werten, Normen, Moralen.

Ich reinige mich von ansozialisierten Vorstellungen.

Ich entleere mich von all dem Wust der Medien.

Ich entleere mich von den lügnerischen gleißenden Worten der
Politik, der Kirchen, der Werbung.

Langsam stelle ich nichts vor die Wirklichkeit und werde
selber wirklich.

Ich erweitere immer neu meinen Glauben an Geister,
Dämonen, Engel, Energieströme, Lichtstrahlen, Schwerkäfte,
Schwebebahnen an den kosmogonischen Eros, der alles
bewirkt und zusammenhält. Ich erhoffe die sich bildende
Liebesgemeinschaft der Menschheit – trotz aller Bosheiten.

Verlaß Dich um himmelswillen nicht, bleib bei Dir, bleib Dir
treu,

bleib Dir gut gesonnen und Deinem Gefühl,

achte Deinen Verstand und Deine Arbeit!

Liebe Dich, wie Du die Deinen liebst!

Vergi nicht zu sprechen:

mit deinem Du

mit deinem Kind

mit deinem Baum

mit deinem Wasser der Quelle

mit deiner Luft in den Winden

mit deinen Blüten

mit den Blumen im Garten

mit dem Olivenbaum

mit dem Gemüse

mit dem Felsen

mit den Steinen

mit dem Ozean, den Wellen

mit der Sonne, den Wolken

mit dem Mond, den Sternen

mit der Katze, dem Hund

und mit dir, deinem Ich-Selbst

mit Herz und Hand.

Suche das Leere -;

es ist überall:

inwendig

eingefaltet!

Das Leere ist Nichts,

Nichts ist Gott,

das All ist Nichts,

Gott ist die Leere.

Jedes Ding, jedes Wesen

trägt es in sich,

such es auf,

nimm es wahr,

hüte dich vor den Falschnehmungen,

achte auf die Wahrnehmungen!

Wenn du gehst, gehe –
Wenn du stehst, stehe –
Wenn du schaust, schaue –
Wenn du liest, lese –
Wenn du lernst, lerne –
Wenn du arbeitest, arbeite –
Wenn du liebst, liebe –
Wenn du lachst, lache –
Sei immer achtsam, mit dir eins,
mit dem, was du fühlst, denkst, willst, tust – sei einig.

Suche in allen

Geschehnissen die positiven Seiten,
die Freuden, Genüsse, die Chancen.

Wenn es ernst wird – lache!

Wenn Not herrscht,
danke fürs Überleben.

Wenn Schmerzen sind –
bedenke, auch sie sind Zeichen des Lebens!

Lass keinen Tag vergehen, ohne

Lachen,

Lernen,

Loben,

und

Lieben.

Du darfst den Betrachtern helfen, dass sie Natur und kunstvolle Schönheit sehen lernen.

Du darfst erzählen, wie empfänglich du bist und wie du die Aufnahme, Offenheit mühsam gelernt hast.

Du bist Zeuge göttlicher Botschaft der Schönheit.

Einerseits bist du nicht wichtig.

Andererseits bist du sehr wichtig.

Wichtig bist du als Werkzeug, als Instrument eines größeren Geistes.

Du kannst darauf sogar stolz und demütig zugleich sein.

Du bist ein Botschafter des göttlichen Geistes der Schönheit.

Glaub' es dir immer neu!

Ich kann empfangen, kann gebären und wiedergebären und anfangen.

Ich bin ein empfänglicher Anfänger, der immer neue Anfänge setzt und andere Anfänger liebt. Im Hier und Jetzt stehe ich immer am Anfang!

Ich liebe den Frieden, will ihm dienen! Ich bin kein Feind und habe keinen!

Ich verbünde mich mit manchen für den Kampf um den Frieden. Friedenskampf will mich friedlich, gütig, langmütig!

Bedenke tagtäglich beim Innehalten:

Du bist

in die Verantwortung genommen –
und Werkzeug, dass Du
das Lebendige vermehrst,
die Werke der Schönheit vermehrst,
die Werke der Barmherzigkeit
und jede Form von Liebe
vervielfachst auf dieser Erde!

Bedenke, dass Du zu denen gehörst, - die im Wahnsinn von
Elend, Hunger, Mord, Krieg und Verfolgung – Inseln der
Menschlichkeit bilden, - oft ohnmächtig und ungenügend, d
Ooch mutig und tapfer!

Behalte Deine Lust am Werken, Bauen, Schnitzen, Höhlen!
Die Freude ist die Botschaft des Lebens. Vergiss nicht oft zu
lachen, lustig zu singen, lustvoll zu lieben, witzig zu sein im
Gespräch, ironisch und satirisch darfst Du auch sein. Behalte
dein Lächeln für alle denen Du begegnest!

Genieße dein Sein,
bewundere seine Wunder,
lobpreise
immerzu
und was besonders wichtig:
Danksage, danke
beseelige dankend
deine Umwelt!

Lass sein, was du nicht
ganz dir einverleiben kannst.
Lasse los, was du deinem
Wesen nicht öffnen kannst.
Suche, was dir Wahl- und
Geistesverwandte sind
und lass dich erschüttern
vom Fremden.

Ich halte täglich öfters inne.

Ich halte inne,
mache Pause,
bin in der Stille,
begegne mir,
bedenke und prüfe
mich und das Werk!

Ich halte inne
und spreche ein Mantra!

Nimm Dich ernst
und freu Dich an Dir

doch

bleib

offen

für alte und neue Meister!

Lass Dich erregen,
erfreuen und irritieren!

Du darfst Dir treu bleiben,
doch wähle auch Vorbilder

und Meister!