

Theo Fischer

# Das Tao der Selbstfindung

**////////// SILBERSCHNUR //////////**

Alle Rechte – auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe, der Übersetzung und der Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen – vorbehalten.

Titel der Erstausgabe: Das Buch der Selbstfindung (1993), Ariston Verlag, Genf/München

© Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN 978-3-931652-85-2

1. Auflage 2001

2. Auflage 2002

3. Auflage 2008

Coverbild: Theo Fischer

Covergestaltung: XPresentation, Boppard

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim

[www.silberschnur.de](http://www.silberschnur.de)

e-mail: [info@silberschnur.de](mailto:info@silberschnur.de)

## INHALT



Vorwort	9
1. Wenn Sie am Morgen erwachen	11
2. Am Anfang war die Fehlinformation	15
3. Unser Versuch, in zwei Welten zu leben	23
4. Die stufenweise Realitätsflucht	41
5. Fluchtwege: Rauschmittel, Lesen, Medien	52
6. Gegen Unruhe ist ein Kraut gewachsen	55
7. Fluchtwege: Karriere	57
8. Wissen an der Oberfläche	60
9. Fluchtwege: Essen	64
10. Lernen Sie Ihre intellektuellen Grenzen kennen	67
11. Fluchtwege: Glücksspiel	73
12. Das Leben selbst ist der Sinn	75

13. Fluchtwege: Liebhabereien	78
14. Seien Sie unzufrieden, aber gründlich!	81
15. Unser Streben nach Sicherheit	85
16. Fluchtwege: Religion	89
17. Die Qualität des Augenblicks	101
18. Ein seltsames Phänomen: Die Präsenz des Experten	106
19. Fluchtwege: Krankheit	112
20. Ein »ozeanisches« Gefühl	124
21. Fluchtwege: Liebesbeziehungen	130
22. Keiner sitzt auf dem Deckel zum Unbewussten	140
23. Sinn und Unsinn der Meditation	163
24. Konfrontation mit der Leere	167
25. Was das Denken von sich denkt	183
26. Wenn die Tür sich öffnet	205
27. Leben ohne Motive	228
Kontaktadresse	239

## VORWORT



Unsere Flucht vor der Realität, unser Unvermögen, uns ihr geradewegs zu stellen, ist eines der Hauptprobleme des menschlichen Lebens. Der Stoff ist so komplex, dass sich schwer ein Anfang oder ein Ende finden lässt. Darum beginne ich einfach an irgendeinem Punkt, in der Mitte oder halbrechts; ich beginne über ein Thema zu schreiben, das linear nicht bewältigt werden kann, weil es zu viele Facetten, zu viele Angriffsflächen hat. Ich werde mich an Tabus vergreifen, Lebensregeln, Geheiligtetes in Frage stellen.

Sich der Wirklichkeit zu stellen, ohne sie zu schönen, ohne das Verlangen, sie im Geist zu korrigieren, ist das Ende der Flucht. Und der Beginn einer neuen Qualität Ihrer Existenz. Es wird vieler Worte bedürfen, Dinge zu beschreiben, die sich eigentlich mit Worten nicht ausdrücken lassen, wo eher die Geste, die Handbewegung eines alten Zen-Meisters am Platze wäre, die

das Unmittelbare signalisiert. Oder eine Räselfrage, die Sie an die Grenze Ihres Denkvermögens drängt, wie jener berühmte Koan: Du kennst den Ton zweier klatschender Hände, was aber ist der Ton von nur einer Hand?

Lassen Sie uns in diesem Sinne miteinander durch die Kapitel streifen. Sie können an jeder Stelle aufschlagen und zu lesen beginnen, sich vorwärts oder rückwärts fortbewegen oder den Faden am Anfang aufnehmen. Manches wird Sie persönlich betreffen, manches nicht. Überlesen Sie das Ungültige einfach, und denken Sie, es steht für den Nächsten da.

*THEOFISCHER*