

# Das EGO entkleiden

von Upul Nishantha Gamage,  
Nilambe Buddhist Meditation Centre, Sri Lanka

Beim Zuhören oder wenn wir etwas Lesen können wir auf folgende Weise reagieren:

- 1.wir stimmen zu
- 2.wir stimmen nicht zu
- 3.wir ignorieren

Die ersten beiden Reaktionen sind sehr offensichtlich, aber die dritte, ignorieren, ist nicht so leicht zu erkennen, da wir ignorieren, was wir nicht verstehen, aus Konfusion oder Verwirrung heraus.

Kommen wir zurück auf die ersten beiden Reaktionen, die beim lesen oder hören entstehen.

Manche Ideen halten wir für richtig, manche Ideen für falsch. Manche finden wir schön, manche hässlich. Wer beurteilt sie? Wer vergleicht sie? Niemand anders als das EGO.

Das EGO sagt: "Ja! Richtig! Korrekt! und Schön!", wenn diese Ideen dem EGO entsprechen. Das EGO sagt ebenso: "Nein! Falsch! Inkorrekt! und Hässlich!", wenn die Ideen ihm nicht passen. Auf diese Weise benutzt das EGO die sogenannten richtigen, guten, korrekten und schönen Ideen als Kleider, um sich zu bedecken. Ebenso wirft es die sogenannten falschen, üblen, inkorrekten und hässlichen Ideen weg, um sich wieder schön zu machen.

Jene Gedanken oder Ideen waren außerhalb von uns bevor wir sie gelesen oder gehört haben. Aber in dem Augenblick, wenn das EGO sie berührt, werden sie zu etwas in uns;

*"Diese Idee gefällt mir", "Dies ist richtig" und so weiter.*

Jene externen Ideen bräuchten unsere Zustimmung gar nicht, aber das EGO kann nicht existieren, ohne "Kleider" von Außen zu tragen. Das EGO muss sich die Ideen anderer "anziehen", um seine wahre Natur zu bedecken.

Was ist die wahre Natur des EGO? Nacktheit, Leere, Nichts und Niemand. Deshalb muss das EGO ein JEMAND werden, indem es sich äußere Ideen ausleiht und sie trägt. Danach hat das EGO Trillionen von Ideen - es wird zu geradezu zu einer "Ideen Bank".

Eine Bank hat so viel Geld, wie jeder weiß. In Wahrheit gehört jeder einzelne Cent den Kunden. Aber, nachdem sie andere gebeten haben, Geld einzuzahlen, behaupten alle Banken, es sei ihr **eigenes** Kapital.

Ebenso denkt das EGO, nachdem es sich die "Uniformen" und Ideen anderer ausgeliehen hat und sie trägt: "Nun bin ich etwas außergewöhnliches und die anderen sind nur gewöhnlich."

Aus diesem Grunde kann das EGO auch so leicht Krankheit und Tod bei anderen akzeptieren: "Das ist halt das Leben und der Lauf der Welt".

Wenn das gleiche aber mit "mir" oder "meinen" Leuten passiert, kann es das EGO nicht akzeptieren; dann wird lamentiert: " So etwas sollte nicht **uns** passieren , wir sind doch noch so jung." Es ist das EGO, das so lange wie möglich jung bleiben möchte.

Sowie das EGO anfängt "**meine**" Welt zu kreieren, entsteht automatisch Dualität, es entsteht "**meine**" Welt und die Welt

"**anderer**". Das EGO hat sich Millionen von Ideen angeeignet; über alles und jedermann. Dieses Gedankengut wurde nicht vom EGO selbst erschaffen, alles ist nur ausgeliehen.

Frag das EGO einfach mal: "Was weißt du über Meditation?" Das EGO wird eifrig antworten z.B.: "Ich denke, Meditation ist etwas für bessere Konzentration, Meditation ist für Achtsamkeit, Meditation ist etwas für den Geist...". Es kann sogar sein, dass das EGO antwortet: "Meditation ist etwas, um das EGO zu überwinden." Dann frag das EGO bitte: "Woher weißt du das?" Es wird sagen: "Ja, ich weiß das, weil es in diesem und jenem Buch steht und dieser oder jener Lehrer hat es gesagt."

Sieh! Alle diese Ideen stammen nicht vom EGO. Alles Wissen des EGO, all diese Ideen sind nicht aus erster Hand, keine Originale.

Das EGO ist nicht der Ursprung der Ideen.. Sie sind noch nicht mal second hand. Diese Ideen wurden vielleicht schon Trillionen mal von Millionen von anderen Menschen vor dir benutzt und getragen. Diese Ideen sind nicht neu und nicht frisch, sondern unrein und alt.

Aber das macht dem EGO nichts aus. Es muss einfach seine eigene nackte Torheit bedecken. Es benutzt die gebrauchten "Kleider", um seine nackte, unwissende Natur zu bedecken - denn es widerstrebt dem EGO zu bekennen: "Ich weiß es nicht".

Das EGO weiß nichts! Es weiß nicht mal, das es nichts weiß. Es liest tausend Bücher, hört hunderten von Leuten zu, um seine eigene Unwissenheit zu verbergen und zu bedecken.

Wenn man wirklich etwas über die wahre Natur des EGO

erfahren möchte, ist unbedingt wichtig die folgenden zwei Fragen zu stellen: Was ist deine Meinung (zu diesem Thema)? Woher weißt du das?

Nur dann kannst du die getragenen "Kleiderstücke" von Anderen erkennen. Wenn sie nicht original vom EGO stammen - zieh sie aus! Genier dich nicht **innere** Kleidungsstücke abzulegen.

Nur nach dem Entfernen der ersten, äußeren Hülle, kannst du sehen, das da eine weitere darunter ist. Frag noch mal: " Ist das deine eigene Idee?" Anfangs wird das EGO vielleicht sagen: "Ja", aber wenn du dann etwas tiefer forschst, wirst du feststellen, dass auch das zweite "Hemd", die zweite Idee keine eigene ist. Dann leg auch das ab. Auf diese Weise lerne das EGO auszuziehen.

Wir wurden nicht nur mit nacktem Körper geboren, sondern ebenso mit einem nackten mind (Geist/Psyche).

Kinder haben auch ein EGO, aber es ist sehr schlicht. Es ist einfach nur da. Aber die sogenannte Erwachsenengesellschaft, erlaubt es Kindern nicht, natürlich zu sein. Diese selbstzentrierte Gesellschaft macht es sich zur Aufgabe, das nackte EGO der Kinder schnellstens zu bekleiden, ebenso wie deren nackte Körper.

Natürlich liegt es in der Verantwortung der Erwachsenen, die Kinder in die Welt einzuweisen. Sie sind dafür zuständig, die Kinder mit Spielzeug, Verwandten etc. bekannt zu machen, so dass das Kind dann weiß; das ist Spielzeug und jenes sind Verwandte. Aber statt dessen erzählen die Erwachsenen den Kindern: "Das ist **d e i n** Spielzeug und diese sind **d e i n e** Verwandten".

In dem Moment, wenn Spielzeug zu **deinem** Spielzeug wird, ist es nicht mehr rein, da es mit dem EGO berührt wurde; ebenso wie Kleidung schmutzig wird, wenn sie mit dem Körper in Berührung kommt. Alles wird schmutzig im Kontakt mit dem EGO.

Anstatt den Kindern die "Welt wie sie ist" nahe zu bringen, bringt die sogenannte Erwachsenengesellschaft sie dazu, sich mit der Welt zu identifizieren, indem sie die Phrasen "mein", "mir" und "mich" benutzt.

Nun beginnen die Kinder die "Kleider" anderer zu tragen, um das eigene, nackte EGO zu bedecken.

Sie lernen es von Eltern, in Kindergärten, Grundschulen, höheren Schulen, Universitäten, Tempeln, Kirchen, Moscheen, Meditationszentren etc.

Später weiß keiner mehr wie viele Kleiderschichten das EGO bedecken. Grund dafür ist, dass das EGO nicht weiß, wie man ein altes Stück auszieht, bevor man sich ein neues überzieht.

Nachdem es sich nun Millionen Kleider anderer übergezogen hat, ist das EGO unglaublich groß, dick und gewaltig im Vergleich zum Körper geworden. Aber, inmitten all seiner, von anderen ausgeborgten Ideen, sitzt tief darunter immer noch das kindische, nackte EGO.

Daher müssen wir lernen, dieses EGO zu entkleiden, indem wir Vipassana oder Insight Meditation praktizieren. Das kann man auf verschiedene Weise tun: durch Beobachtung, durch Fragen stellen und in Dhamma Gesprächen. Wir unterscheiden zwei

Arten von Diskussionen:

1. gewöhnliche Diskussionen in denen man immer mehr neue Ideen anhäuft; (das EGO liebt solche intellektuellen Diskussionen)
- 2, Dhamma Diskussionen, um alte Ideen abzulegen und auszutilgen.

Wir scheuen uns sehr, unsere Kleider vor anderen abzulegen, besonders vor Fremden oder solchen, die schönere Kleidung tragen, als wir selbst.

Daher sind Kalyana Mittas, spirituelle Freunde, so wichtig, denn sie sind bereits "nackt". Sie haben nichts zu verdecken oder zu verstecken. Mit ihnen fühlt man sich entspannt und sicher; man kann offen sprechen, da sie nicht beurteilen und bewerten. Sie erkennen deine wahre Natur, egal welche Art von "Ego Dress" du gerade trägst.

Also, ganz gleich welche Idee und welchem Thema: wenn die Idee nicht ursprünglich von dir kommt, entferne sie, leg sie ab, verbanne sie aus deinen Gedanken. Nicht nötig, immer und immer wieder darüber nachzudenken.

Sicherlich: Ideen führen zu Wissen, danach gibt Wissen uns die Illusion, "Ich weiß!". Wie auch immer, Wissen ist immer verknüpft mit Vergangenheit.

Lebe in der Gegenwart! Lerne das zu sehen, was gerade jetzt im Moment geschieht - ohne es schönzufärben, ohne es auszuschnücken und ohne es zu verändern. Sieh die Dinge so wie sie sind. Nur dann kannst du aus vollem Herzen sagen, "Ich weiß es wirklich nicht!" Das ist der Punkt, an dem der echte Lernprozess beginnt.

Weisheit entsteht, wenn das EGO verschwindet. Weisheit sagt, dass alle Dinge "leer" sind; nur Spielzeuge sind da, sie gehören niemanden. Daher kann man sagen, dass sogar Spielzeuge leer sind und keine Besitzer haben.

Nur Ideen gehen von einem EGO zum anderen so wie der Atem. Keiner kann behaupten: "Ich bin der Eigentümer dieses Atemzuges", oder "Ich bin die Ursache dieses Atemzuges".

Wir sind wie leere Tunnel, das ist unsere wahre Natur.  
Sei ein leerer Tunnel!

Translated by Ven Dhammadipa