

Entwicklung beitragen sollen. Es gibt ein System von Werten, die als ethische Leitplanken bezeichnet werden können. Jeder ist aber frei in seiner Lebensgestaltung.

Das Buch ist von profunder Bildung, Ehrlichkeit und einem gründlichen Einblick in die Bedingungen des Menschseins getragen. Die vier AutorInnen sind selbst Freimaurer, und liefern deshalb den Lesenden einen Blick von innen. Man erfährt darin sehr viel über die Gedankenwelt der Freimaurer, über Geschichte, Programmatik, Ideale und Philosophie. Das Geheimnis, das die Freimaurerei in früherer Zeit selbst um sich machte, scheint heute durch mehr Offenheit und Transparenz abgemildert zu werden. Die Autoren machen aber auch deutlich, dass ein Teil dieser diskreten Praxis dem spirituellen Vorgang selbst geschuldet ist, sowie einer Achtsamkeit den Mitgliedern gegenüber, die sich dadurch in einem geschützten Rahmen vertrauensvoll öffnen können.

Insgesamt ein sehr empfehlenswertes Buch, um das Geheimnis ein gutes Stück weit zu lüften und einen Eindruck von Form und Inhalt der heutigen Freimaurerei zu bekommen.

Ronald Engert



Klemens J. P. Speer: Mit Freude leben

Zufriedenheit durch achtsames und ethisches Handeln. Ein Navigationssystem für Beruf und Alltag, Lotus Press Verlag, 106 S., 2021, Klappepbroschur, € 21,80

In der heutigen Welt drohen wir in einem stressigen Alltag, Orientierungslosigkeit und innerer Ohnmacht unterzugehen. Klimakrisen, eine Pandemie und die Anforderungen des Außen zu erfüllen, sind übliche Treiber im modernen Fluss des Lebens. Wir schwimmen einfach so mit, prallen dabei mal an einen Stress-Felsen, verhaken uns in Gedanken-Algen und stocken an einem Stamm der Erschöpfung, der uns den Weg blockiert. Wir wissen, dass das nicht gesund für unser eigenes Wohlbefinden ist, können uns aber nicht aufraffen etwas zu ändern. Auch, weil wir oft schon überfordert sind, wenn wir nur daran denken wo und wie wir anfangen sollen den Weg in ein nachhaltig erfüllendes Leben zu gehen. Wir lesen Ratgeber für Ratgeber und fallen dann doch wieder in alte Muster zurück.

In diesem Buch ist es anders. Vorwurfslos und offen lädt uns Speer dazu ein, Gewohnheiten zu überdenken, Neues kennenzulernen und der notwendigen Neuausrichtung an positiven Werten und einem höheren Sinn nachzugehen. Das Schöne ist, dass wir uns hier nicht nur theoretisches Wissen aneignen und dann mit gutem Gewissen die Inhalte im Kellerabteil unseres Verstandes ablegen – nein, wir dürfen uns direkt aktiv an die eigene Baustelle setzen indem wir Arbeitsblätter an die Hand bekommen, die uns ermöglichen strukturiert, klar und nach eigenem Befinden unsere persönlichen Werte, Ziele und Wahrheit zu erarbeiten. Haben wir unseren eigenen Lebenssinn konkretisiert, können wir diesen in größeren Kontexten leben, wie z.B. Familie, Unternehmen oder (Non-Profit-)Organisation. Im ersten Kapitel werden uns Werte aus der Achtsamkeitspraxis, der Post-Modernen westlichen Welt sowie aus interreligiöser Betrachtung nähergebracht, die uns als Inspiration dienen die eigenen Werte zu erkennen. Danach führt uns der Autor Ken Wilbers Orientierungsrahmen

für eine ganzheitliche Entwicklung vor Augen. Sowohl individuell, als auch aus kollektiver Perspektive lernen wir Entwicklungspotentiale kennen durch die wir eine umfassende Weitsicht im Dasein und auf die Welt erfahren. Vor diesem Hintergrund begeben wir uns auf globales Terrain in vier Krisen, die sich auf jeden einzelnen von uns auswirken wie z.B. die vergessene Geschwisterlichkeit. Speer belässt es nicht bei diesen unschönen Verhältnissen, sondern zeigt uns Chancen und Ziele auf mit denen eine vom Herzen heraus gelebte Welt verwirklicht und die oben genannten Punkte persönlich und in Organisationen integriert und umgesetzt werden können.

Das zweite Kapitel behandelt, wie wir einzeln oder

gemeinschaftlich Tools wie Taiji und Zen nutzen können um in eine ganzheitliche integrale Lebensperspektive zu gelangen, sie zu fördern und daraus innere wahrhaftige Stabilität zu erfahren. Ein Erfahrungsbericht von M. Eschbach verdeutlicht hier, wie die Taiji-Praxis sein Leben verändert und diesem eine ausgewogene Nuance gegeben hat. Langfristig wird es uns möglich, durch aktive Praktiken der Achtsamkeit und Meditation das Erarbeitete zu erkunden und unmittelbar zu leben. So geht es darum gelassen, fokussiert, mit Freude und Lebendigkeit in den Fluss des modernen, schnellen Lebens zu springen ohne uns daran zu stoßen, zu verletzen oder gar unterzugehen. »Mit Freude leben« weist uns hier den Weg.

Lara Zieher

Tattva Viveka
Zeitschrift für Wissenschaft, Philosophie & spirituelle Kultur

**Einzeltexte als Pdf
zum Download!**



Bestellen Sie auf unserer Homepage einzelne Texte als ePaper zum Preis von 0,50 - 3,00 €! Einfach sofort downloaden.

Wählen Sie ihre Themen aus! Stellen Sie sich Ihre Wunsch-Tattva zusammen! Auch viele Texte aus früheren Ausgaben sind schon online erhältlich.

www.tattva.de/einzeltexte