

## BE NOBODY

*Warum wir uns nicht anstrengen müssen,  
jemand Besonderes zu sein*

### *Lama Murat /Scorpio-Verlag*

Ein spannendes Thema, dass sich immer stärker in aktueller Literatur über Spiritualität oder in Lebensratgebern wieder findet. Die spirituelle Suche zielt letztlich nicht auf die Befreiung des Individuums, sondern die Befreiung vom Individuum. Ist es Zufall, dass Depressionen und Narzissmus zeitgleich mit der Dominanz der sozialen Medien und einer von Stars und Sternchen geprägten Kultur immer mehr zunehmen? Die Gier danach, jemand zu sein, hat dramatische Auswirkungen. Lama Murat will zeigen, dass unser Bestreben, uns von anderen zu unterscheiden, die wahre Ursache unserer Unzufriedenheit ist und das Gefühl weckt, isoliert und allein zu sein. Dass wir unser wahres Potenzial nur erschließen können, indem wir uns von unserer Ichzentriertheit lösen, ist eine altbekannte spirituelle Wahrheit. Be Nobody füllt sie mit konkreten Anregungen für unsere Zeit: einfache Meditationen und sofort umsetzbare Alltagsideen, die nachhaltige Veränderungen auslösen.

Manchmal kam mir aber beim Lesen - vor allem bei den am Schluß aufgezeigten Beispielen, wie man das Aufgeben des „Jemand-Seins“ üben kann - der Verdacht, dass das auch nur eine neue Form des „Egos“ ist: ich bin jemand, weil ich niemand sein will. Ziemlich abstrus - aber so habe ich es manchmal empfunden ... Lama Murat macht m.E. darüber hinaus den Fehler, dass er in einem überbordenden Sprachfluss durch dieses Zuviel manches einfach verwässert.

Jürgen Huhn in EXPULS 0607-2015

