

人生について学んだこと

2000年以上続くインド哲学を新たに定式化

このテキストの作業開始: 1987 年

このテキストの初版の日付: 2003 年 5 月

このリリース日: 2023 年 4 月

ホルガー・バーバツハ

第1章

序章

子供の頃から大人になると、この人生をどうするか悩む時期が来るでしょう。あなたは人生の中心的な質問を自分自身に問いかけます。驚くほど多くの人々がこれらの疑問に答えずに放置し、一生混乱したままになるのではないかと心配しています。このテキストは、読者が人生の中心的な質問に対する答えを自分で見つけられるようにすることを目的としています。

本文は完全または正確であるとは主張しません。これは、個人的な観点から、私たちの知識と信念の範囲内で作成された概要のみである必要があります。

ここで少し警告します。これは、軽視すべきテキストとして意図されたものではありません。まだ彼のことを知らなくても、理解できることはあるかもしれません。テキストは正確かつ直接的でなければなりません。

楽しんでください！

このテキストは、他の多くのテキストですでに詳細に説明されている内容を繰り返すことを意図したものではありません。これは、読者の役に立つことを願って、物事の見方の可能性を示すことを目的としています。

最も重要な発見を以下に要約します。次に、どのようにしてこれらの発見に到達できるかが報告されます。

人にとっての中心的な質問は次のとおりです。

1. 人生は何のためにあるのか？
2. 私は人生で何をしているのですか？

これらの質問に対して私が自分で見つけた答えは次のとおりです。

1. あなたには達成すべきタスクがあります。あなたの使命は幸せな人生を送ることです。それをどうやって実現するかを考えるのも仕事の一部です。
2. 自分が幸せになれることをする。

これはすぐに次の質問につながります。

自分を幸せにしてくれるものをどうやって見つければよいのでしょうか？

残念ながら、この質問に対する答えは、この文も役立つように 1 つの文で要約することはできません。上記の質問とその回答にどのようにしてたどり着いたのか、それがこの記事に記載されている理由です。

このテキストに移動します。

このテキストのオリジナル版はドイツ語です。著者から直接提供された他の言語のバージョンは、通常、[deepl.com](https://www.deepl.com) を使用してドイツ語から翻訳され、担当者がいる場合はネイティブスピーカーによって校正されません。

著者とのコミュニケーションはドイツ語または英語のみで行ってください。

第2章

勝利は心の中にある

アスリートは、どのようにパフォーマンスを発揮できたかについて、次のように報告することがよくあります。

勝利は心の中にあります。

私の考えでは、この言葉は人生全体に当てはまると思っています。たとえそれがただ幸せになるためであっても、何かを達成したいのであれば、これは私の頭の中で何が起きているかの問題です。

この時点で、あらゆる瞬間をどのように捉えるかが重要になります。つまり、今とどう向き合うかということです。これはすぐに疑問につながります

今何が起きているのか、そしてそれにどう対処すればよいのでしょうか？

私はまさにこの点について長い間頭を悩ませ、答えを見つけたとしても、長い間答えをまとめることができませんでした。最初に考え出さなければならなかった言葉が足りませんでした。その言葉は今です。

後でわかったのですが、この言葉を最初に思いついたのは私ではありませんでした。幸福と現在の関係は次のように要約できます。

幸福の探求とは、今という時点に対処することです。

この言葉を理解してもらうためには、今のポイントが何なのかを説明する必要があります。時間軸を見ると、通常はちょうど1つの次元を持ちます。時間は正確に一方向に進み、常に前進します。今、このタイムラインに乗りたいたいと思ったら、その方法を考えなければなりません。今は直感的にこの時間軸上の点として入力しています。私はこの点を現在点と呼んでいます。Nowポイントにはいくつかの特別なプロパティがあります。時間は常に前進しているため、点はタイムライン上で常に移動します。また、誰もが常に経験しているこの点について話すのは難しいと思います。なぜなら、私が言葉を組み立てるとき、その言葉を言い終わったときには、その言葉の始まりはすでに過去になっているからです。したがって、私は、このテキストのように、長いテキストの形で、私たち全員が経験している今の時点についてのみ話すことができます。すべてのことの個別の経験は私たち一人一人の頭の中で起こり、私たちは通常、心を読むことはおそらくできないので、自分の中で今ポイントを認識して対処するという最後のステップは、各自が行う必要があります。私たちは助けなしで独立して起こります。それは可能です

このようなテキストに関するサポートを提供します。意識的にせよ無意識的にせよ、私たちが頭の中で今をどのように扱うかによって、私たちがどのような性格を形成し、どのように人生に対処するかが決まります。以下はマリウス・ミュラー氏（ウェスタンハーゲン氏）とレナ・マイヤー氏（ランドルート氏）との会話の引用です。

やりたくないことはやらないでください。人生でしなければならないのは死んで税金を支払うことだけです。

この引用を次のように変換したいと思います。

やりたくないことはやらないでください。人生であなたがしなければならないことは、死んで自分の今の地点に気づくことだけです。

私の意見では、自分の今の地点をどのように認識するかは、その人の人生全体がどのように展開するかを決定する非常に重要なポイントです。この認識は明らかに非常に難しいことがわかりました。そして、たとえそれができたとしても、自分の中で発見した今の点にうまく対処する方法を学ばなければなりません。通常、これには1年かかるプロセスがかかります。私が言えるのは、「勇気を持ってください！」ということだけです。始めるのが早ければ早いほど、耐える必要のある痛みは少なくなり、人生の困難にうまく対処できるようになり、あなたに与えられる幸福は大きくなります。進むべき道は次の点に要約できます。本文の次の部分で、その点をさらに詳しく説明したいと思います。

1. 今の時点に気づきます。

2. 外部の影響から自分の今のポイントを守ることを学び、それによって内なる平和と静けさを見つけ、操作の試みに抵抗し、人生に必然的に伴うあらゆる種類の攻撃から身を守ること。

3. 日常生活の中で「今」を経験し、対処することを学びます。

それができたら、あなたは一人で深い幸福感と満足感を得るでしょう。この戦略を適切に表す格言があります。

幸せは待つことができる人にやって来ます。

ここでは自然をある程度信じる必要があります。上記の3つの点には多くの偏見が含まれています。もちろん、多くの人は良い人になりたいと思っており、特にプライベートな領域では、パートナーや友人とすべてを共有したいと考えています。現在の時点の最も内側の私的な領域に外部の影響に対する保護を構築することは、不適切で非難されるべき利己的であると考えられることがよくあります。私の意見では、この人間の精神の保護はシステム上の要件です。

身近な人に対して無条件に心を開いたり、

「近くにいるべきだ」という考えはあなたを病気にし、本当の幸福には至らず、幻想と嘘について人生を生きることになり
ます。それは、すべてを話し合ったり、お互いにすべてを共有したりすることができないという意味ではありません。私たちが
心が読めない限り、残念ながら、誰もが最後のステップで自分の今の時点に対処できるという事実を回避する方法は
ありません。ここでヘルプを受けることができますし、そうすべきです。 B. このテキストを通して説明しますが、最後の
ステップは全員が自分で行う必要があります。これを実存的孤独といいます。

実存的な孤独は、誰の人生においても避けられないものです。

私にとって、これは根本的な真実です。このコンテキストでは、特に次のことが当てはまります。

誰も真実を見逃すことはできません。

第3章 自分

の今のポイントを認識するにはどうすればよいですか？

これは全体の中で最も難しく、重要なポイントです。ここに適用されます：

誰かが自分のことを「今の瞬間を認識している」とか「本当に幸せだ」と言ったとしても、私たちが心
を読めるようになるまでは、それが真実かどうかは決して分かりません。なぜなら、この発言は常に、自分が今この瞬間
を意識していないという事実から生じる可能性があるからです。しかし、この事実、あるいはその発言が単なる嘘であ
ることを理解していました。

...しかし...

もしあなたが自分の今の地点に気づいているなら、あるいはあなたが本当に幸せであ
るなら、あなたはそれを自分で知っています。

ここで、信頼と信仰の概念が登場します。私がおそらく知らない、そしておそらく決して知ることができない場合、例えば
B. 上記の発言は真実ですが、その場合、私はそれが真実であると信頼し、信じてことができます。つまりそして、私には
分からないことを承知の上で、単にそうなっていると思い込んでしまいます。一般に、この意味での信頼と信念を育
むには長い時間がかかります。この信頼と信念が再び揺るがないと完全に確信できる人はおそらくいないでしょう。こ
れらの点で自分自身に注意を払うことを決してやめてはなりません。それが人生なのだと思えます。

しかし、ここではより具体的に、どのようにして自分の今のポイントを認識するかについて説明します。私はこの点につ
いて多くの議論をしてきましたが、人々はこの点を別の言葉で言い換えようとしてきました。残念ながら、これはナンセン
スであり、ゴールにはつながりません。言葉や絵について考えるのをやめたとき、これは慣れていないとかなり難しい
かもしれませんが、そのときあなたが自分自身について認識するものが「今」の時点になります。「今」という時点が、
言葉、イメージ、感情の始まりです。完全にリラックスして、言葉、絵、感情を意識的に考えるのをやめたとき、

そうすれば、あなたは自分自身についてそのとき認識しているものの中に、今の時点を見ることができます。残念ながら、これを詳しく説明する方法は今のところ思いつきません。この点で悩んでいるなら、瞑想することをお勧めします。たとえば、次のようにすることができます。B. 瞑想を学ぶインドの瞑想マスターも選びます。ここで強調しておきたいのは、私はそのような達人の発言をすべて支持するわけではないということです。これは、例および開始点としてのみ意図されています。別の出発点としては、B. また、自分を助けてくれるという感覚を与えてくれる宗教にも対処する必要があります。これは敬虔さを呼び掛けることを意図したものではありません。また、それぞれの宗教のすべての発言がここで支持されるべきではなく、これは単なる一例であり、参照点であるべきです。また、そのような補助具がなくても生きていけますが、ある日、予期していなかったときに、突然気づくこともあります。「待って、これは私の中で今まさにその瞬間に違いない」

一瞬でも自分の今の地点に気づいたら、あなたはすでに最も難しいことを行っていることになります。しかし、すぐに次の疑問が生じます。どうすれば自分の今のポイントを意識し続けることができるのでしょうか？これはより長いプロセスであり、学習と練習の期間を経る必要があります。最初は、特に日常生活において、この点を意識し続けるのは難しいことがよくあります。しかし、私はこれを自転車に乗るのと同じように学ぶという経験をしました。この一節は偏見を育むよう挑戦しています。それはプログラミングであり洗脳だ、と反論する人もいるだろう。私はこう答えたいと思います。人生のすべてはこのようにプログラミングされ、洗脳されています。どのプログラミングを選択するかが問題です。このテキストは幸せになる方法について書かれているので、それを達成する方法についてもここで説明する必要があります。

もちろん、ここには法律も義務もありません。そのようにすることを強制されるわけではありません。人生を他の方法で過ごすこともできます。おそらく、このテキストで取り上げられている問題に対する他の解決策があるかもしれません。これは考えられる変形です。

第4章 自分

の現在のポイントを外部の影響から守るにはどうすればよいですか？
自分の今の地点を簡単に認識し、いつでも意識し続けることができるようになったとき、外部の影響のためにこの状態を維持するのが難しいことに気づくかもしれません。この時点での危険の1つは、「今」を明確に感じることができるため、特に操作されやすくなってしまうことです。その反応がどのように起こるかは明らかではありません。他の人はこれにすぐに気づき、彼らの言動を通じて今の時点に影響を与えることで、計画的な反応を引き起こす機会を得るかもしれません。この状況が進むと、ある人がその影響に気づき、ここで操作が行われていることを誰もが認識しているが、その操作が単に攻撃的に継続し、それに対抗することが難しく、他のものの奴隷になることが起こります。なれ。これは非常に疲れるし、不快なこともありません。そして、ここで自分らしくあることを学ばなければならない段階に入ります。

境界を定めること。繰り返しますが、この境界線を学び、実践する必要があります。
結局のところ、誰もが現在の瞬間を含む人格の周りにはある種の庭のフェンスを持っています。この庭のフェンスは、日常生活では無視されたり、乗り越えられたりすることがよくあります。
フェンスを守る方法を学ぶのは難しい場合があります。他の子供たちと関わる時、それを子供の頃に当然のこととして学ぶのが最善です。さまざまな理由で、そのすべてが自分でコントロールできるわけではないのですが、フェンスを守ることが難しく、助けがなければ完全には習得できないこともあるでしょう。このような場合、専門家の助けを求めることは恥ずかしいことではありません。そのような助けを求めることは、思っているよりもはるかに一般的です。残念ながら、私たちの社会では、それについてあまりにもオープンに話すことは依然としてタブーです。私の経験では、問題を明確に特定した場合でも、この防御策を学ぶには何年もかかるプロセスです。それは何よりも実践の問題です。長く練習すれば必ず上手くなります。また、自然が自ら助け始め、頭の中のすべてのバランスが整い、人はいつでも自分自身の中でよりよく休めるようになるということも経験しました。

このようにして、あなた自身の心の自己治癒力を刺激することができます。

一言で言えば、フェンスを守るということは、自分を動揺させ、よく言われるように、自分をイライラさせるものを受け入れたり我慢したりしないことです。ここで私が言っているのは、自分の意志に反して外側から今の時点に影響を与え、内側から今の時点の影響を打ち消すものを意味します。もちろん、言うは易く行うは難し、特に自分が置かれている状況が非常に困難で、自分を興奮させるものを避けることができない場合にはそうです。私が思いつく唯一の方法は、たとえ時間がかかり、複雑だったとしても、これらのものを一貫して整理し、それらをあなたの生活から取り除くか、それらがあなたをもう嫌にさせないようにあなたの態度を変えることです。ここでは、設定を自由に変更することはできず、残された唯一のことは設定を整理することだけであることがよくわかるでしょう。一般的な大騒ぎを求めるつもりはありません。誰かがこれに関する優れた実用的なアイデアを持っている場合は、常にそれを実行してください。

最後に、現在点を守れるようになったら、残りの人生は現在点を経験し、楽しむことになりま

す。

第5章 ナウ

ポイントを明らかにする「ナウポイントを認識する」と「ナウポイントを守る」だけでは、まだ終わりではありません。もしかしたら、あなたはただ受動的に座って自分を差別化したいだけでなく、積極的に自分の人生を形作りたいと考えているかもしれません。

今の時点を守ることを学ぶと、それが独り歩きすることがわかります。どの衝動が今の時点から来るのかを常に解釈するのは難しいかもしれません。

ここでは創造性が求められます。簡単な点に絞り込むと、次のような見解に至りました。

人は生き物を愛し、生き物に愛されたいと願っています。人は物事や活動を愛したいと思っています。破壊するのではなく構築したいのです。

今では、それは非常に素朴に聞こえますが、和らげられています。この明快さの中で、この声明を維持するのは時々困難であり、大きな議論の対象となっています。それは幸せな人生を送ることで、何が幸せで何が幸せではないかを体験するかもしれません。上記のポイントを追求すると、きっと幸せになれるでしょう。

これらの単純な点を具体的にどのように設計できるかを誰もが自分で見つけなければなりません。今の時点で何をすべきかがわかります。ここでは抵抗を感じるかもしれませんが、この抵抗を克服するために適切なバランスを見つけることを学ばなければなりません。自分の今の地点を中心にフェンスを移動すると、他人のフェンスに対する自分の限界がわかります。ここでは、フェンスをどのように設置するかを対等な立場で交渉することが重要です。この交渉は長期にわたる議論につながる可能性が高い。たくさん楽しんでください！たとえば、破壊を伴うゲームはどうでしょうか？本当に大切なものが破壊されてしまったら、楽しいことはすぐに終わってしまうでしょう。これは単なるゲームなので、時には攻撃性を自由にさせることもできますが、これはかなり疑わしい楽しみである人もいます。

第6章 一般的

に理解できるアドバイス ここでの概念は、人によっては理解して実行するのが少し難しいかもしれません。そこで、私が時間をかけて NowPoint 理論から導き出した、シンプルで常識的なアドバイスをいくつか紹介します。すでに本文中に登場しているものもあります。

1. 誰も真実を避けることはできません。
2. 神のミルはゆっくりと、しかしよく挽きます。
3. 人は自分自身に決して嘘をついてはなりません。
4. 人生でしなければならないことは、死んで自分の今のポイントに気づくことです。
5. やるべき仕事があるから生きている。あなたの仕事は幸せな人生を送ることで、それをどうやって実現するかを考えるのも仕事の一部です。
6. インドのことわざ: 子供が小さいときは、しっかりと根を張らせてください。子どもたちが大きくなったら、翼を与えてください。
7. 人生はお互いを怒らせることばかりです。あなたは決して自分自身を乱してはならず、残りの人生の間、自分自身の中でリラックスして休んでいなければなりません。これは人生の中心です。いかなる犠牲を払ってでも、決して何かを強制しようとははいけません。そこで休憩します。人生をありのままに受け止め、人生を形づくるために自分なりの努力をしなければなりません。意図的にあなたを動揺させようとする人々に出会うでしょう。あなたと一緒にそんなことするのは許されぬよ

さしてください。あらゆる努力にもかかわらず、あらゆるトレーニングにもかかわらず、人生には動揺する瞬間があるでしょう。これに気づいたら、すぐに冷静さを取り戻すように努めなければなりません。これはとても重要です！これはとても重要です！

無理に落ち着かせたり、5分以内に落ち着きを取り戻したりすることはできません。それを練習しなければなりません。それは、現在の瞬間、今を扱うことです。あなたの周りにはあなたをサポートしてくれる人がいます。しかし、自分の考えに折り合いをつける最後のステップは、助けを借りずに自分でやらなければなりません。最後のステップでは、人は一生完全に孤独になります。これを実存的孤独といいます。穏やかになるためには、恣意的ではなく、ある程度自分の感情に影響を与えることができます。また、何かを強制することはできませんが、限定的な範囲では感情に影響を与えることができます。一種のエッグダンスを一緒に行わなければなりません。動揺を押し除けることはできないので、動揺する自分を受け入れて許容する必要があります。無理にせず、穏やかになることを望み、集中する必要があります。この緊張領域を十分に長く維持すると、時間の経過とともに自然に落ち着きます。残念ながら、それをさらに詳しく説明する方法がわかりません。練習して自分なりの方法を見つけなければなりません...

8. 愛は忍耐強く、愛は親切です。彼女は暴言を吐いたり、自慢したり、自分を誇ったりしません。彼女は自分の利益を求めず、怒りを引き起こすことを許しません。彼女は不正を喜ばず、真実を喜びます。彼女はすべてを耐え、すべてを信じ、すべてを望み、すべてを耐えます。愛は永遠に終わらない。（聖書、コリント人への第一の手紙、第13章に基づいています。わずかに修正しています。聖書のバージョンと聖書からの結論との比較は、この問題を正当に評価するものではありません。この愛の描写は聖書の描写とはわずかに異なります）聖書；私の経験では、ここに示されている絵はより現実に忠実です；改訂は不適切なことをしたり悪を加えたりするよう勧めるものであってはなりません；私の意見では、愛はきつすぎるコルセットに押しつけられるべきではなく、余裕があるべきですなぜなら、愛のために自分を打ち負かしたり、誰も到達できないような高い台座に愛を置いたりしても、それは誰の助けにもならないからです。）

9. 愛するということは、必要なときに愛するものを手放すことも意味します。

第7章 よくあ

る間違い この章では、nowpoints に関して間違っていると私が発見した例を集めます。核心的な内容をできるだけ明確にするために、例は簡略化されている場合があります。日常生活では、その例はさまざまなバリエーションとグラデーションで現れます。

• 的を絞った嘘は、人生において計画的に利益を得るために使用されます。結果：幸せになることができなくなる

そして、それは別の嘘によって簡単に埋め合わせられます。つまり、あなたは単に自分が幸せだと決めているだけなのです。

- 一部の行動は、他の誰もが同じことをしているという事実によって正当化されます。結果: 常に外部の要求を満たそうとするため、幸せになることは不可能になります。(だからと言って、常に何か違うことをする方が自動的に良いというわけではありません。それを自分自身に対して正直に正当化できなければなりません。)

- 私の子供は人生において自分自身を主張できなければなりません。だから最初からタフにして、タフさに慣れる必要がある。結果: 子供は人間的に疲れ果ててしまい、自分で決めた幸せな人生を送ることができなくなります。

- 親は、さまざまな理由から、異なるものがより重要であると考えているため、子供の恋愛関係に積極的に干渉します。結果: 子供たちは精神的に恋愛関係を築くことができなくなり、生涯パートナーなしで過ごすことになります。

- 親は、子育ての方法として、子供の現在点の周囲の境界フェンスを計画的に越えます。結果: 子どもたちは国境フェンスを守ることを学ばず、常に同胞から苦しむため、幸せな生活を送る機会がありません。

- さらなる例の収集が継続的に進行中...

第8章

日常生活のどこに今の哲学があるか

このテキストをよりよく理解するために、このテキストで説明されている Nowpoint の哲学が日常生活の中で見られるものの、見つけにくい場合がある 2 つの例を以下に示します。

スター・ウォーズ映画におけるフォースは、映画のために独立して実行されてきた現時点の哲学の外挿にすぎません。したがって、自分の今のポイントを認識し、意識的にそれに対処することを学んだ人々をイエディ騎士と呼ぶことができます。

ノウポイント哲学は、独立して再発見された2000年以上前のインド哲学であり、ヴェーダーンタ経典に定式化され、とりわけ今日のヨガはそこから発展しました。

第9章 数学的

に重要な点 この章とそれに続くすべての章は、本書の基本的な理解にとって重要ではないため、読み飛ばしても大きな損失はありません。

あらゆる状態は現在点のシーケンスとして、したがってベクトル空間内の線として見ることができます。

このベクトル空間の次元は、最小部品の状態を記述するために使用される次元から生じます (例:

B. 人間の脳内の原子または細胞)を使用できます。

第 10 章 今の論

点と政治 私にとって、政治とは常に真実を探求し、扱

うことです。これは誰にとっても簡単なことではありません。ピスマルクはこう言いました。

政治とは馬の足の研究にほかならない。

ヘルムート・シュミット氏はこう語った。

視覚がある人は医師の診察を受ける必要があります。

それに対する私の答えは、「あなたは諦めるのが早すぎた」です。ビジョンは私たちを前進させる原動力です。ビジョンは私たちを生かし、目的を与えてくれます。私が今ここで書いていることはすべて、この意味で政治でもあります。私のビジョンは、いつかすべての人が大人になったときに、今の瞬間を意識的に認識し、それによって自分の人生を形作ることを学ぶことです。

第 11 章 「今の

地点と宗教」 この章が少しでも大げさだと思われるか

もしれませんが、ご容赦ください。これは意図的なものではありません。私の理解によれば、宗教とは人生全般と折り合いをつけることなのです。たとえあなたが常に神についての考えを発展させたいと誘惑され、それが難しい場合でも、神は本当に存在するという事に私は気づきました。

神は、ご自分を信じない人たちのためにも存在します。誰にでも、いつでも神を知る機会があります。神とは何かという定義が必要な場合、私の答えは、神とは、かつて NowPoints だった、またはこれから NowPoints になるすべての点を並べることで得られる線である、というものです。これは、EVERYTHING (すべて、すべて、すべて、この宇宙だけではありません...) の今の時点の意味します。

このことから、すべての人間は神の一部であり、神が歩む道を形作るのに貢献できるということがすぐにわかります。このようにして、イエスに対して神の子という呼称がどのようにして生じたのかを理解することができます。私たちは皆、神の子です。

第 12 章 知性 日

常生活における知

性とは何なのかという問題があります。私の経験では、計算速度、感度、記憶力は大部分が遺伝するよう見えますが、部分的に学習することもできます。コンピュータの場合は、クロック周波数とストレージ容量について話します。

ただし、これらの特性だけでは十分ではありません。

仕事や人生の他の分野で優れた知的成果を上げるには、適切な人格構造も必要です。コンピュータを使用すると、次のようになります。

良い番組を話してください。

他の人々とうまく付き合うための重要なポイントは、適切な社交スキルです。

計算の速さ、感性、記憶力、そして適切な性格構造は、人と関わることに圧倒されてしまうと、他人と関わる時に役に立たなくなります。したがって、適切な基本スキルと適切な人格構造には、適切な社会的スキルも含まれており、これらのスキルがなければ他のスキルはその可能性を最大限に発揮することができません。

第13章 「今」の

時点と死 自分自身の死について考え始めるの

は、あなたが年をとり、人生を通じてよく知っていた親しい人々の何人かが亡くなったときだけです。この行を読んだ人全員に、この人生はいつか終わりを迎えます。あなたは疑問に思っているかもしれませんが：それはどのようなものになるのでしょうか？それはわかりませんが、私は次の考えに至りました：私が私として経験するもの、私たちが知覚するすべてのもの、例えば、

B. 色とトーンは純粹に抽象的です。それは私たちの脳によって構築されます。つまり、私が私として認識しているものは、階層的に優れた抽象的な構造の一部として見ることができ、魔法はまったくありません。それをよりよく理解するには、単純に非物理的に存在するアイデアとして考えることができます。この意味で、あらゆるエゴはこの構造の一部です。新しく生まれた人の自我もまた抽象的であり、この構造の一部です。それについての興味深い点は、一方ではそれが抽象的であり、抽象的であり続けているにもかかわらず、私たちはそれが実際に私たちの生活の中に存在していると認識していることです。したがって、私が死ぬと、私の自我が脳という形で物理的に表現されることはなくなりますが、すべての新しい人間の自我がそうであるように、それは永遠にその抽象的な構造の一部として残ります。このように考えると、私のエゴは新しい人々の中に生き続けるでしょう。

したがって、私が死ぬとき、私はこの抽象的な構造の中に何も持ち込むことはできませんが、生まれるすべての新しい人を通して、より多くのことを経たり、より少ないことを経たりして生き続けるでしょう。したがって、私のこの人生における目標は、将来生まれるすべての人々にとって人生を良いものにするだけでなければなりません。私が死ぬと、私の存在は、それ以降に生まれた人々を通じて、増えたり減ったりしながらシームレスに続きます。

私は死をどのように経験するのでしょうか？それは誰にもわかりませんが、私は来世で記憶のない赤ん坊として次の母親の胎内で死んだ後、意識を取り戻して新たな人生が待っているという強い希望を持っています。

...私が生きている限り、このテキストの次のバージョンはすでに利用可能です
進行中...

...このテキストが伝えられることは私にとって重要です。したがって、私のお願いです。ここまで読んだのであれば、テキストを安全な場所に保管して、伝えてください。これは重要です。この文章をみんなが知っていれば人類はもっと良くなると思うのですが...

...このテキストのライセンスは CC-BY-SA-NC 4.0 です

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/> ...このテキストをできるだけ多くの異なる言語に翻訳することを求めます... ...そうしていただければ幸いですこのテキストの翻訳や使用法から聞くことができ、学ぶことができます...

...任意の検索エンジンで私の名前を見つけることができますが、特にドイツでコンピューターサイエンスを学んだホルガー バーバハという名前の人物が何人かいることに注意してください...