

TEXTE ZUM SPIRITUELLEN WACHSTUM

INHALT

| | |
|---|----|
| Rabbi Ahron, Gar nichts | 2 |
| Baalschemtow, Selbst | 2 |
| Baalschemtow, Die Wahrheit | 2 |
| Gottfried Bachl, Gottesbeschreibung | 2 |
| Elias Canetti, Religion | 4 |
| Emile M. Cioran, Ergriffenheit | 5 |
| Karlfried Graf Dürckheim, Initiatische Therapie | 5 |
| Karlfried Graf Dürckheim, Wesen | 6 |
| Karlfried Graf Dürckheim, Verwandlung | 6 |
| Karlfried Graf Dürckheim, Ruf des Wesens - Ruf der Welt | 6 |
| Karlfried Graf Dürckheim, Im Kraftfeld des Wesens | 7 |
| Karlfried Graf Dürckheim, Übung - Exerzitium | 8 |
| Karlfried Graf Dürckheim, Wiederholung | 8 |
| Piero Ferrucci, Richtige Proportionen | 9 |
| Piero Ferrucci, Tempel der Stille | 9 |
| Peter Handke, Langsame Heimkehr | 10 |
| Peter Handke, Die Abwesenheit | 11 |
| Bert Hellinger, Die Erkenntnis | 12 |
| Herz-Sutra | 12 |
| Carl Gustav Jung, Begegnung mit sich selber | 13 |
| Carl Gustav Jung, Numinoses | 14 |
| Carl Gustav Jung, Selbst | 14 |
| Carl Gustav Jung, Unendliches | 14 |
| Paul Klee, Tagebuchnotiz 1914 | 15 |
| Paul Klee, Grabstein | 15 |
| Diao Kokushi, Über Zen | 15 |
| Nikolaus von Kues, Gebet | 16 |
| Rabbi Mosche Löb, Eine Stunde | 16 |
| Rabbi Jizchak Meïr, Das Rad und das Pünktlein | 16 |
| Huub Oosterhuis, Um Geburt | 16 |
| Anonymus d'Outre-Tombe, Der Gaukler. Das Arcanum der Mystik | 17 |
| Blaise Pascal, Mémorial | 19 |
| Rainer Maria Rilke, Ringe | 19 |
| Rainer Maria Rilke, Die andere Seite der Natur | 20 |
| Dschelal ad-Din Rumi, Diwan | 20 |
| Nelly Sachs, Lange haben wir das Lauschen verlernt! | 21 |
| Rabbi Sussja, Die Frage der Fragen | 21 |
| Pierre Teilhard de Chardin, Lobgesang des Alls | 21 |
| Simone Weil, Übung reiner Aufmerksamkeit | 22 |
| Simone Weil, Aufmerksamkeit | 23 |
| Simone Weil, Die Unglücklichen | 24 |

Rabbi Ahron, Gar nichts

Man fragte Rabbi Ahron, was er bei seinem Lehrer, dem großen Maggid, gelernt habe. "Gar nichts", sagte er. Und als man in ihn drang, sich zu erklären, fügte er hinzu: "Das Garnichts habe ich gelernt. Den Sinn des Garnichts habe ich gelernt. Ich habe gelernt, dass ich gar nichts bin und dass ich doch bin."¹

Baalschemtow, Selbst

Der Baalschem sprach: "Wir sagen: 'Gott Abrahams, Gott Isaaks und Gott Jakobs', und sagen nicht: 'Gott Abrahams, Isaaks und Jakobs'; denn Isaak und Jakob stützten sich nicht auf Forschung und Dienst Abrahams, sondern selbst forschten sie nach der Einheit des Schöpfers und seinem Dienst."²

Baalschemtow, Die Wahrheit

Der Baalschem sprach: "Was bedeutet das, was die Leute sagen: 'Die Wahrheit geht über die ganze Welt?' Es bedeutet, dass sie von Ort zu Ort verstoßen wird und weiterwandern muss."³

Gottfried Bachl, Gottesbeschreibung*Das Erlebnis*

Es war in der Zeit, in der ich das Gymnasium besuchte, in meinem 16. oder 17. Lebensjahr, an einem Sonntag im Jänner. Ein strahlender Wintermorgen. Es hatte am Vortag geschneit, über Nacht war es sehr kalt geworden, nun ging die Sonne auf und verwandelte die Welt in reines, weißes Licht. Ich wollte nach der Frühmesse einen Schulkollegen besuchen, hatte ungefähr eine Stunde zu gehen. Etwa nach einer Viertelstunde des Weges kam ich durch einen Wald und trat aus diesem auf eine Wiese. Der Steig führte mitten hindurch. Ich ging einige Schritte und blieb plötzlich stehen. Es hielt mich an, ich konnte nicht vom Fleck, ich vergaß zu gehen. Auf der Wiese war nichts als hoher Schnee, das Licht, die kalte Luft und die Sonne. Es ist mir unmöglich zu sagen, wie lange ich da gestanden bin. Nach der Uhr war es sicher zu messen, nach meinem Empfinden war es *immer*, stehe ich heute noch an dieser Stelle. Ungeheures Licht, kein Qualm, alles leuchtend durchsichtig, aber kein Umriss, die funkelnden Kristalle des Schnees, die wehtuende Frische auf meinem Gesicht. Vollkommenste Ruhe und heftigste Bewegung zugleich, Lassen und Andringen. Das Gefühl, die leuchtende Wiese tanze, das ganze schwere Gewicht der Welt um mich wird flockenleicht, wie auf einem dünnen Luftzug schwebend. Meine Gedanken ein Gemisch aus Entzücken und Schrecken, alles schmilzt, schießt auf einen Punkt hin. Ich sehe das erste Mal, es ist noch nichts gewesen. Jetzt erst fängt alles an. Alle Worte, auch die neusten, sind zu alt, dieses ganz Andere zu nennen.

¹ **Rabbi Ahron von Karlin**, gest. 1772, chassidischer Lehrer. In: **Martin Buber, Die Erzählungen der Chassidim**. Manesse Verlag Zürich 1949, S. 325

² **Rabbi Israel Ben Elieser**, genannt **Baalschemtow** (Begründer des Chassidismus, 1700-1760). **Martin Buber, Die Erzählungen der Chassidim**. Manesse Verlag Zürich 1949, S. 128

³ **Martin Buber, Die Erzählungen der Chassidim**. Manesse Verlag Zürich 1949, S. 128

Nach einiger Zeit bin ich bei meinem Freund angekommen, etwas benommen und abwesend. Seither steht dieser Augenblick in meinem Leben und stößt mich immer wieder an, rückt mir näher, je weiter ich mich zeitlich von ihm entferne. Damals erfüllte mich die Gewissheit: Du hast einen flüchtigen Buchstaben für Gott gesehen. Heute ist sie noch deutlicher in mir. Sie hält mich auf der Fährte.

Entzifferungen

Es sind vier einfache Fragen, die ich im Lauf der Jahre mit diesem Erlebnis verbunden habe: *Wer? Wo? Wann? Wie?* Ich habe es immer wieder neu gelesen, mit Hilfe der Bibel, zur Kontrolle und Korrektur.

Wer? Die Phantasie gaukelt mir ein Riesenindividuum vor, einen personalen Großglockner oder Mount Everest. Immer länger und breiter, schwerer und fester. Mit entsprechender Seele, die den Gottesleib füllt. Aber der Buchstabe des Erlebnisses fährt vernichtend durch dieses Bild, nichts davon ist wahr. Was im Licht über der Schneewiese herein schlug, kam von viel weiter her, umfing alle Gewichte, Größen, Gestalten und Gesichter, verwies alles in die Vorläufigkeit, ließ sich nicht darunter mengen. Und zugleich geht es an, scharf, unabwehrbar, deutlich. Nichts sonst, das mich so anspricht, nicht Ich, nicht das All, und sprechender als die Summe der Dinge, andringender als alles, in der leisen Gewalt dessen, der ganz frei ist. Person - ein schwaches Wort dafür. Alle Superlative verglühen in diesem Sein. Dort die Fähigkeit, alles geben zu können, die Geschöpfe sich selbst, neidlose Macht. Sie kann mit allen ins Unbekannte auseinander geworfenen Dingen vertraut sein, alles kennen, jeder Liebe das Glühende, einzige Gegenüber. Unvermutet lese ich im Alten Testament den Satz: "Der Gott, der mit Feuer antwortet, der ist der wahre Gott." (1 Kön 18,24). In diese Richtung zeigt der Buchstabe.

Wo? Ich suche den einzigen Punkt, auf den ich zeigen könnte und sagen: *Da ist er*. Diesen Punkt erreiche ich nicht, er flieht vor meinem Finger. Wohin denn? Die Luft, das Licht und das kalte Weiß erstrecken sich unmessbar. Ich muss auch nirgends sagen: *Da nicht*. Nicht irgend und nicht nirgends. Keine Stelle, die nicht von ihm glüht, keine, die ihn enthält. Die Phantasie konstruiert die Wohnungen Gottes, auf dem Sinaiberg, auf dem Garizim, auf Montserrat, in Maria Plain, auf dem Vatikanhügel. Oder sie stülpt alles um und sagt: Der Kosmos dreht sich in Gott, in seinem Raum, wie in der blauen Kugel des Firmaments, in der runden Umwölbung. Dagegen die Gewissheit im Augenblick auf der Wiese: nichts davon, sondern pulsende Gegenwart, innen und außen. Bestätigung in der Bibel: Geist und Wahrheit sind der Punkt, von dem aus gebetet, wohin das Gebet gerichtet wird. (Joh 4, 24)

Wann? Augenblick. Zeitvergessen bin ich die Weile zwischen Anhalten und Weitergehen. Jetzt aus dem unbegrenzten Stoß der Gegenwart. Zeit rinnt nicht fort daraus, kommt nicht von außen in es herein. Zeit ist die endliche Strömung im Moment der Ewigkeit. Mir ist, als wäre ich schon immer, mit allen Teilen meiner Dauer, in diesem Nu gewesen. Und werde doch wieder vertrieben und stolpere von Minute zu Minute. Auch das Wort *immer* ist zu flach, sagt nur Unendlichkeit rückwärts und vorwärts, nur das Nacheinander, nicht das Ineinander, das Zugleich. Wie oft habe ich das ehrwürdige Wort *Ewigkeit* hervorgeholt und wieder weggetan. - Damit es spricht, müßte ich es füllen. Ich weiß aber nicht wie. Das eine habe ich gewiss gespürt, nur wenn die Menschen im Tod dieses Nu berühren und davon erfaßt werden, wird sie der Lethe-Fluss nicht verschlingen.

Wie? Der ruhige Glanz auf diesem Fleck. So einleuchtend, wie von selbst in die Seele fließend. Gleich lege ich die klammernden Organe darum, um zu halten. Gleich dichte ich meine Empfindungen hinein. Und werde sofort zurückgestoßen. Widerstand, leise und hart. Ich werfe mich darüber, um diese helle Substanz zu konsumieren - und alles ist weg, ich umarme mich selbst. Die Hand greift, umkrallt, ich öffne sie und schaue, ob ich es gefangen habe. Nichts ist drin. Gott ergreifen bedeutet ins Nichts fassen. Aber sich darin bewegen, grüßen, arbeiten, geben, nehmen, tanzen - da erfüllt die Gegenwart jeden Winkel, benützt sie alle Silben der Sprache. Merke dir: Das ist kein Instrument für dich. Nimm *ihn* nicht ins Maul, um andere damit zu heben und zu senken. Zeige, weise hin, rufe, schreie, lade ein, bewege dich im Takt dieses Augenblicks. - Soweit mein Tagebuch.⁴

Richard Maurice Bucke, Erfahrung kosmischen Bewusstseins⁵

Da geschah es: Völlig unvermittelt fühlte er sich von so etwas wie einer flammenden Wolke erfasst. Im ersten Augenblick dachte er an eine plötzliche Feuersbrunst in der Stadt, doch dann erkannte er, dass dieses gleißende Licht aus seinem Inneren hervorgebrochen war. Von Frohlocken gewiegt, von Seligkeit durchflutet, erfuhren seine Verstandeskräfte jene totale Durchlichtung, die mit Worten unmöglich wiederzugeben ist. Es war Brahmas Glanz, der seinen Geist für die Dauer eines Augenblicks blitzartig erleuchtete und der seitdem nicht aufgehört hat, ihm ein Licht auf seinem Lebensweg zu sein. Unter anderem schaute und erkannte er, dass der Kosmos keine tote Materie, sondern lebendige Gegenwart ist; dass die menschliche Seele unsterblich ist; dass das Grundprinzip der Welt das ist, was wir Liebe nennen, und dass die Seligkeit eines jeden letzten Endes eine Gewissheit ist. Der Autor weiß, dass er in den kurzen Augenblicken der Erleuchtung mehr lernte als in allen vorangegangenen Jahren, und dass sie ihm darüber hinaus so manches erschloss, das ihm kein Studium je hätte beweisen können.

Die Erleuchtung währte nur wenige Augenblicke, doch die Wirkung erwies sich als unauslöschlich. Nie konnte er vergessen, was er geschaut und erkannt hatte, noch hat er an dem, was sich ihm damals als Wahrheit offenbarte, je zweifeln können. Eine ähnliche Erfahrung ist ihm in seinem Leben nie wieder zuteil geworden.

Elias Canetti, Religion

Wie unfassbar bescheiden sind die Menschen, die sich einer einzigen Religion verschreiben! Ich habe sehr viele Religionen, und die eine, die ihnen übergeordnet ist, bildet sich erst im Laufe meines Lebens. ... Es hat immer etwas Anrühiges, wenn man sich einem Glauben verschreibt, den sehr viele vor einem schon geteilt haben. Es liegt darin mehr Resignation, als sich in menschliche Worte fassen lässt. Der Glaube ist eine Fähigkeit des Menschen, die sich erweitern lässt, und jeder, der es vermag, sollte zu dieser Erweiterung etwas beitragen.⁶

⁴ **Gottfried Bachtel, Gottesbeschreibung. Reden und Lesestücke.** Tyrolia Verlag Innsbruck ¹1990, S. 132-135

⁵ **Richard Maurice Bucke, Die Erfahrung des kosmischen Bewusstseins. Eine Studie zur Evolution des menschlichen Geistes.** Hrsg. v. der Forschungsgesellschaft für östliche Weisheit und westliche Wissenschaft e. V. (Orig.: Cosmic Consciousness. New York ¹1901, ²⁷1973) Aurum Verlag Freiburg ¹1975, ²1988, S. 22

⁶ **Elias Canetti, Die Provinz des Menschen. Aufzeichnungen 1942-1972.** Fischer Tb 1677, Fischer Taschenbuch Verlag Frankfurt 1976. Der 1. Abschnitt wird zitiert als Motto in: **Joachim Ernst Behrendt,**

Emile M. Cioran, Ergriffenheit

Als ich zu später Stunde in dieser baumgesäumten Allee spazierte, fiel eine Kastanie mir zu Füßen. Das Geräusch, mit dem sie zersprang, das Echo, das es in mir weckte, und eine Ergriffenheit, die zu einem winzigen Zwischenfall in keinem Verhältnis stand, tauchten mich ins Wunder, in die Trunkenheit des Endgültigen, als gäbe es keine Fragen mehr, nur noch Antworten. Ich war trunken von tausend unerwarteten Evidenzen, mit denen ich nichts anzufangen wusste. ... So rührte ich beinahe an das Äußerste. Doch hielt ich es für geraten, meinen Spaziergang fortzusetzen.⁷

Karlfried Graf Dürckheim, Initiatische Therapie

Initiatisch kommt von 'initiare': Das Tor zum Geheimen öffnen. - Was ist das Geheime? Das sind wir selbst in unserem tiefsten Kern, in unserem Selbst, in unserem Wesen.

Mit Wesen meinen wir hier die Weise, in der das überweltliche göttliche Sein in jedem Menschen in individueller Weise anwesend ist und in ihm und durch ihn hindurch manifest werden möchte in der Welt: in der Weise, die Welt wahrzunehmen, zu gestalten und zu lieben.⁸

Initiatische Therapie bedeutet in all ihren angewandten Praktiken das Schaffen von Bedingungen, unter denen die Chance einer Seinserfahrung oder Seinsföhlung wächst und der Mensch auf den Augenblick vorbereitet wird, in welchem die ihm immanente Transzendenz ihn überwältigend, beglückend und verpflichtend zu einem neuen Leben erweckt. ...

Alle Praktiken der Initiatischen Therapie haben die Befreiung des Wesens und seine Bezeugung im Welt-Ich zum Sinn. Es geht also nie darum, dass das Welt-Ich gleichsam im Wesen verschwindet, sondern umgekehrt dort seinen Sinn vollendet, wo es im weltlichen Tun selbst vom Überweltlichen zeugt. Dadurch wird die Leistungskraft nicht verringert, sondern weil im Aufgehen des Wesens das kleine Ich mit seinem Ehrgeiz und seiner Angst sich nicht mehr in den Vordergrund drängt, gewinnt die Leistung selbst an Sicherheit und Reinheit.⁹

Nada Brahma. Die Welt ist Klang. Insel Verlag Frankfurt ¹1983, S. 9

⁷ **Emile M. Cioran, Vom Nachteil, geboren zu sein.** (Orig.: De l'inconvénient d'être né. Gallimard Paris 1973) Suhrkamp Taschenbuch 549. Suhrkamp Verlag Frankfurt 1979, S. 15. Vgl. dazu **Emile M. Cioran, Syllogismen der Bitterkeit.** Suhrkamp Taschenbuch 607. Suhrkamp Verlag Frankfurt 1980, S. 64: *Jeder Glaube macht unverschämt; wenn er frisch erworben ist, ermuntert er die schlechten Instinkte; alle, die ihn nicht teilen, figurieren als Besiegte oder Unfähige, denen nur Mitleid oder Verachtung gebührt. Man beobachte nur einmal die Neubekehrten in der Politik und vor allem in der Religion, alle, denen es gelungen ist, Gott für ihre Schliche zu interessieren, die Konvertiten, diese Neureichen des Absoluten. Man vergleiche ihre Impertinenz mit der Bescheidenheit und den guten Manieren jener, die im Begriffe sind, ihren Glauben und ihre Überzeugungen zu verlieren.*

⁸ **Karlfried Graf Dürckheim, Das Tor zum Geheimen öffnen.** Ausgewählt und eingeleitet von Gerhard Wehr. Herder Taschenbuch 1632. Herder Verlag Freiburg 1989, S. 64

⁹ **Karlfried Graf Dürckheim, Initiatische Therapie als Form Transpersonaler Psychotherapie.** In: Integrative Therapie, 3/1984, S. 219ff.

Karlfried Graf Dürckheim, Wesen

"Was" das Wesen ist, kann der Mensch nicht erfragen. Es ist kein Dies oder Das; es entzieht sich allen Begriffen. Und doch ist eines gewiss: es ist Leben, das Große Leben, fortgesetzte Wandlung, schöpferische Verwandlung in jedem Augenblick.

So steht ihm im Wege alles, was sich der Verwandlung widersetzt, alles, was statisch ist, was bleiben will, was fest steht, was fest-gestellt ist und gerade als Fest-Stehendes Wirklichkeit zu haben beansprucht. Dieses aber ist das Prinzip des Welt-Ichs. Unser dem Welt-Ich zugeordnetes gegenständliches Bewusstsein stellt fest, schafft Gegen-Stände, fixiert. Immer kreist es um das Feststehende. Zum Feststehenden aber gehört auch jede festliegende Ordnung, jede Form des Besitzes, auch die Verfassung einer Gemeinschaft, die Ordnung im Gefüge der Werte, die feststellende Ethik des Verhaltens, ohne die eine Gesellschaft in dieser Welt nicht leben kann. Und das Gewissen, das den Menschen zur Ordnung ruft, ist Ausdruck der Ordnung, die eine Gemeinschaft zusammenhält, was für den heutigen Menschen freilich kaum mehr existiert.

So gewiss aber eine Ordnung bewusst oder unbewusst gegründet ist in verpflichtenden Werten, so gewiss kann sie auch, weil sie feststehend ist, dem Verwandlungsanspruch aus dem Wesen ein Hindernis sein in den Augenblicken, in denen vom Menschen das Ungewöhnliche, die Bezeugung des Ganz-Anderen, gefordert wird. So führt der initiatische Weg den Menschen bisweilen in jene menschlich ungeheuer schwierigen Situationen, in denen er um der Stimme seines Wesens willen die Stimme seines Kollektivgewissens überhören muss.¹⁰

Karlfried Graf Dürckheim, Verwandlung

Die Verwandlung des Menschen, die der initiatische Weg fordert, betrifft den ganzen Menschen, das heißt den Menschen als Geist, als Seele und als Leib. Geist - Seele - Leib sind Begriffe, mit denen unendlich Verschiedenes anklingt. Im Exerzium, verstanden als Verwandlungsübung, meint Leib nicht den Körper, den man hat, sondern den Leib, der man ist. Die Seele meint die Verfassung des Gemütes, die Weise also, wie einem zumute ist, die Stimmung des Ganzen. Sie schwankt zwischen hell und dunkel, eng und weit, kalt und warm, wobei sowohl der Charakter der Stimmung wie die Gründe der Schwankungen eindeutig anzeigen, ob und wie weit der Mensch aus seinem himmlischen oder nur aus seinem irdischen Ursprung heraus lebt. Das im Hinblick auf den Geist wahrzunehmende Feld der Verwandlung betrifft den Menschen vor allem als Träger eines Bewusstseins.¹¹

Karlfried Graf Dürckheim, Ruf des Wesens - Ruf der Welt

Von früh bis spät ruft die Welt uns nach außen, will als Welt erkannt und gemeistert werden. Das Wesen ruft uns fortgesetzt von innen und nach innen.

Die Welt verlangt von uns Wissen und Können. Das Wesen verlangt von uns, dass wir das Gewusste und Gekonnte immer wieder im Dienst des Reifens vergessen.

Die Welt verlangt von uns, dass wir fortgesetzt etwas machen. Das Wesen verlangt von uns, dass wir das Rechte einfach nur zulassen.

¹⁰ **Karlfried Graf Dürckheim, Das Tor zum Geheimen öffnen.** Ausgewählt und eingeleitet von Gerhard Wehr. Herder Taschenbuch 1632. Herder Verlag Freiburg 1989, S. 53

¹¹ **Karlfried Graf Dürckheim, Das Tor zum Geheimen öffnen.** Ausgewählt und eingeleitet von Gerhard Wehr. Herder Taschenbuch 1632. Herder Verlag Freiburg 1989, S. 101

Die Welt treibt uns und hält uns, ohne Ruhe zu geben, in Gang, auf dass wir zu etwas Feststehendem kommen. Das Wesen verlangt von uns, dass wir, ihm zugewandt, nirgendwo haften, damit wir uns nicht im Stehen bleiben verfehlen.

Die Welt hält uns an zum Reden und unablässigen Wirken. Das Wesen verlangt, dass wir stille werden und tun, ohne zu tun.

Die Welt zwingt uns, an Sicherungen zu denken. Das Wesen ermuntert uns, uns ständig aufs Neue zu wagen.

Die Welt fügt sich uns, wenn wir sie verstehen und begreifen. Das Wesen öffnet sich uns, wenn wir das Unbegreifliche aushalten.

Die Tragkraft des Wesens bewährt sich, wenn wir das, was uns in der Welt hält, wieder lassen, und das Wesen erneuert und verwandelt uns nur, wenn wir uns von dem, was uns in der Welt reich macht, wieder trennen.¹²

Karlfried Graf Dürckheim, Im Kraftfeld des Wesens

Wenn das Wesen ins Innesein tritt, fühlen wir uns anders. Wir sind gelöst und befreit, geladen mit Kraft, hell und erfüllt von zeugendem Leben. Was uns eben noch Last war, verliert sein Gewicht, was uns eben noch in Angst warf, bedrängt uns nicht mehr. Was uns in Verzweiflung warf, verliert seinen Stachel. Wo alles verstellt war, scheint nun alles offen. Wo wir eben noch arm waren, fühlen wir uns reich, und mitten im Lärm wird es in uns seltsam friedvoll und still. Wir fühlen uns wie getaucht in ein unsichtbares Licht, das uns hell macht und warm und befinden uns in einem alles durchschimmernden Glanz. Das alles kann schlagartig da sein, doch ebenso schnell wieder verschwinden. Wir können es nicht machen noch halten, aber wenn wir recht hingehorcht haben, können wir uns der Haltungen innewerden, die solche Erfahrungen verhindern, und ebenso jener anderen, die uns für solches Erleben bereiten.¹³

¹² **Karlfried Graf Dürckheim, Der Alltag als Übung. Vom Weg der Verwandlung.** Verlag Hans Huber Bern Stuttgart ¹1970, ⁴1972, S. 36/37

¹³ **Karlfried Graf Dürckheim, Der Alltag als Übung. Vom Weg der Verwandlung.** Verlag Hans Huber Bern Stuttgart ¹1970, ⁴1972, S. 37/38

Karlfried Graf Dürckheim, Übung - Exerzitium

Unabdingbar zur Initiatischen Therapie gehört das Exerzitium, die Übung. ... Exerzitien in diesem Sinn sind systematisch in ewiger Wiederholung vollzogene Übungen, deren Sinn es ist, die Bedingungen zu entwickeln, unter denen der Sinn des initiatischen Weges, die große Durchlässigkeit, sich in uns und durch uns erfüllen kann. Das bedeutet planmäßige Arbeit an jener Verfassung, dank der wir in der Lage sind, das in unserem Wesen und im Wesen aller uns umgebenden Welt verborgene Sein zu vernehmen, und fähig werden, es in uns und durch uns immer offener werden zu lassen in unserem Leben, insbesondere auch im Reich der 'Leistung'. Der Sinn der Übung ist also Transparenz für Transzendenz. So dient solche Übung auch nicht drei ganz andersartigen Anliegen, um derentwillen heute wie immer Menschen allerhand Übungen, z. B. Stille- und Versenkungsübungen, machen: Allgemeine Entspannung und Stille; schöne, 'erbauliche' Erlebnisse und die Gewinnung 'höherer Fähigkeiten'. Um dieser drei Wünsche willen ein Exerzitium aufnehmen, nimmt diesem seinen geistlichen Charakter und gibt ihm einen pragmatischen Sinn, verfehlt also das eigentlich Gemeinte. Sie sind also auf dem initiatischen Wege im Raum des Exerzitiums drei typische Formen negativer Regression.¹⁴

Karlfried Graf Dürckheim, Wiederholung

Die erste Voraussetzung aller Übung ist, dass man wirklich verstanden und in sich aufgenommen hat, was rechtes Üben als Exerzitium bedeutet: Nicht üben zu einem Können im Dienst einer von der Welt her geforderten Leistung, sondern Exerzitium zu einem neuen Sein im Dienst des inneren Weges.

Die Übung zu einem Können erledigt sich, wenn man das Geübte kann. Übung auf dem inneren Weg beginnt erst, wenn man das Geübte kann und besteht in einer ewigen Wiederholung des Gekonnten.

Wo dann die Technik einer Leistung vollendet beherrscht wird, spiegelt der Ablauf jeder Wiederholung des Gekonnten die Haltung des Übenden wider. Jeder Fehler im Vollzug zeigt eine Fehlhaltung des Übenden an. Ist diese als solche erkannt, dann wird die weitere Bemühung um den reinen Vollzug zu einer Arbeit des Menschen an sich selbst. Ebenso werden auch die Grundübungen der rechten Haltung und des rechten Atems zu einem wegfördernden Exerzitium erst dann, wenn man sie technisch beherrscht. In der ewigen, das heißt den ganzen Tag hindurch dauernden Wiederholung ihres wesensgemäßen Vollzuges wächst der innere Mensch. So wird dann auch der Alltag zur Übung.¹⁵

¹⁴ **Karlfried Graf Dürckheim, Das Tor zum Geheimen öffnen.** Ausgewählt und eingeleitet von Gerhard Wehr. Herder Taschenbuch 1632. Herder Verlag Freiburg 1989, S. 99

¹⁵ **Karlfried Graf Dürckheim, Das Tor zum Geheimen öffnen.** Ausgewählt und eingeleitet von Gerhard Wehr. Herder Taschenbuch 1632. Herder Verlag Freiburg 1989, S. 100

Piero Ferrucci, Richtige Proportionen

In allen Einzelheiten stelle ich mir den Raum vor, in dem ich mich befinde wie auch die angrenzenden Räume und die übrige Umgebung. Dann stehe ich auf, um aus dem Raum zu schweben und dann aus dem Haus. Aus einiger Entfernung und Höhe bekomme ich ein klares Bild von dem Gebäude und seiner Umgebung. Ich stelle mir vor, wie das Gebäude unter mir kleiner wird, während ich höher und höher hinaufkomme. Von dort aus kann ich das ganze Gebiet überblicken, in dem ich lebe: die Häuser, Straßen, Bäume, Gärten, große und kleine Bauwerke. Die Menschen und Autos sind kaum noch zu erkennen. Ich denke daran, wie dort unten jeder das Zentrum seiner eigenen Welt ist, mit seinen eigenen Gedanken und Hoffnungen, Problemen und Anliegen. Ich sehe zu, wie sich die Menschen dort unten bewegen, was sie in ihrem Zuhause tun und denken und wie jeder sein eigenes Leben führt. ...

Weiter steige ich nach oben. Das Blickfeld erweitert sich, sodass ich auch andere Städte sehe, grüne Felder, Berge und Seen. Und während ich immer höher steige, kann ich das Meer erkennen, andere Länder und Kontinente und große Wolkenbänke unter mir am Himmel. - Jetzt bin ich bereits so weit oben, dass ich den ganzen Planeten Erde unter mir sehen kann, blau und weiß, wie er sich langsam und unmerklich im leeren Weltraum um seine eigene Achse dreht. Aus dieser gewaltigen Höhe kann ich die Menschen nicht länger identifizieren, ich kann ihre Existenz nicht einmal erraten, aber ich kann an sie denken - über 5 Milliarden Menschen. Jeder lebt auf diesem gleichen Planeten und atmet die gleiche Luft. Über fünf Milliarden Herzen schlagen in den Menschen verschiedenster Rassen dort unten. ...

Während ich mich noch weiter von der Erde entferne, wird sie kleiner und kleiner. Andere Planeten kommen in mein Blickfeld: Zuerst der Mond, dann die strahlende Venus, der rote Mars, der große Jupiter - das ganze Sonnensystem wird sichtbar. -

Die Erde ist nun verschwunden, die Sonne ist nur noch ein winziger Lichtpunkt unter unzähligen anderen Sternen und ich verliere sie aus den Augen. Milliarden anderer Sterne umgeben mich nun auf allen Seiten. Es gibt kein "oben" und kein "unten" mehr. Und diese Milliarden Sterne bilden nur eine Galaxie im Universum, eine unter unzähligen Galaxien, die sich in alle Richtungen in die Unendlichkeit dehnen. Hier gibt es kein "morgen" und kein "gestern", keine Hast, keine Eile, Zeit und Raum sind unendlich. Hier herrscht Frieden, hier gibt es nur funkelndes Staunen. - Wenn mir danach ist, bereite ich mich darauf vor, wieder die Augen zu öffnen und den Geist der Unendlichkeit und Weite mit zurück zu bringen.¹⁶

Piero Ferrucci, Tempel der Stille

Ich stelle mir einen grünen bewachsenen Hügel vor. Ein Weg führt nach oben, wo ich den Tempel der Stille sehen kann. Der Tempel hat die gleichen Formen und Eigenschaften wie mein tiefstes Bewusstsein: edel, harmonisch, strahlend. Es ist ein sonniger und angenehm warmer Frühlingstag. Ich nehme wahr, wie ich bei diesem Wetter gekleidet bin, erlebe meinen Körper, während ich den Weg hinaufgehe, spüre den Boden unter meinen Füßen und die sanfte Frühlingsbrise auf meinem Gesicht. Ich sehe die Bäume, Büsche, das Gras und die wilden Blumen um mich herum, während ich weiter aufwärts gehe. Langsam nähere ich mich der Höhengipfel.

¹⁶ **Piero Ferrucci, Werde, was du bist. Selbstverwirklichung durch Psychosynthese.** [Crescere; Italien 1981. What we may be; Los Angeles 1982] Sphinx Verlag Basel 1984 (auch: rororo-transformation-TB 7980),
²1987, S. 278-279

Zeitlose Stille durchzieht die Atmosphäre im Tempel der Stille. Hier ist noch nie ein Wort gesprochen worden. Ich stehe jetzt ganz nahe vor dem großen hölzernen Portal. Mit meinen Händen spüre ich die Maserung und Wärme des Holzes. Bevor ich die Tür aufmache, bin ich mir bewusst, dass ich dann von vollkommener Stille umgeben sein werde. Dann trete ich in den Tempel ein. Ich fühle mich von Frieden und Ruhe umhüllt und spüre die Geborgenheit in dieser ungestörten Atmosphäre. Dann gehe ich weiter in den Tempel und in die Stille hinein und schaue mich dabei um. Über mir sehe ich eine große leuchtende Kuppel. Aber das Leuchten kommt nicht nur von den Sonnenstrahlen, sondern scheint auch von innen heraus zu kommen, von einer geheimnisvollen Lichtquelle, die weiter vorne liegt.

Mit ein paar Schritten trete ich in diese leuchtende Stille ein. Sie kann mich ganz in sich aufnehmen. Strahlen warmen, segnenden und Kraft spendenden Lichts umhüllen mich, strömen durch meinen Körper, fließen durch jede Ader, jede Zelle meines Wesens. Ich bleibe einige Minuten in dieser leuchtenden Stille, gesammelt und ganz wach. Ich kann der Stille zuhören. Stille ist eine lebendige Qualität, nicht nur die Abwesenheit von Geräuschen. -

Langsam verlasse ich dann zu einer Zeit, die mir recht erscheint, das leuchtende stille Feld, gehe durch den Tempel zurück und durch das Portal hinaus. Draußen öffne ich mich weit dem Eindruck des Frühlings, spüre wieder die sanfte Brise auf meinem Gesicht und lausche dem Gesang der Vögel. In meiner eigenen Zeit kehre ich an den Ort und in die Zeit zurück, aus der ich aufgebrochen bin.¹⁷

Peter Handke, Langsame Heimkehr

[Valentin Sorger im Coffeshop in New York] Sorger hatte im Rücken die nicht immer akzentfreien, doch auch mit Akzent so selbstgewissen Weltstadt-Stimmen und bemerkte draußen auf der Straße die auffällig vielen Kinder, was gerade hier zunächst verwunderlich war. Ein Kind kam herein und wollte etwas kaufen, was es nicht gab. Sorger hörte, wie das Kind seufzte. In diesem Augenblick redete hinten jemand an der Kasse, einen Scheck ausfüllend, laut mit und nannte den Tag, und dabei (sämtliche Geräusche verschwanden, nur die Radiomusik ging ruhig weiter, und der Dampf der Kaffeemaschine bewegte sich wie durch das Datum) wurde in dem Coffee Shop, unter allgemeiner Atemlosigkeit, die Zeit beständiger wirksam (Sorger sah einen Wimpernschlag lang eine riesige Gestalt über einer Flußlandschaft stehen) und durchstrahlte den Raum mit einer wärmenden Lichtquelle.

Der Augenzeuge hatte dafür nur die Worte "Jahrhundert" und "Friedenszeit" und sah, wie in einem stummen Film, Kalenderblätter fallen. Die "Göttin Zeit" nahm den unversehens, mitsamt den Blechaschenbechern und Zuckergläsern (die zu Prunkgefäßen wurden), saalartig glitzernden Coffee Shop aber nicht aus dem Datum des Tages heraus, sondern verband ihn umgekehrt mit den vergangenen Tagen, bis der Raum (statt fremd nur immer heimelig werdend) in sich alle zu einer Menschenmöglichkeit weiterhelfenden Erfindungen, Entdeckungen, Töne, Bilder und Formen der Jahrhunderte trug.

Ein gemeinsamer Atem erfasste die Anwesenden. Das Licht wurde Stoff, und die Gegenwart wurde Geschichte; und Sorger, erst in qualvoller Konvulsion (es gab für diesen Moment ja keine Sprache), dann in Ruhe und Sachlichkeit, schrieb auf, um das Gesehene, bevor es sich

¹⁷ **Piero Ferrucci, Werde, was du bist. Selbstverwirklichung durch Psychosynthese.** [Crescere; Italien 1981. What we may be; Los Angeles 1982] Sphinx Verlag Basel 1984 (auch: rororo-transformation-TB 7980),²1987, S. 284-285

wieder verflüchtigte, rechtskräftig zu machen: "Was ich hier erlebe, darf nicht vergehen. Das ist ein gesetzgebender Augenblick: mich lossprechend von meiner Schuld, der selbstverantworteten und auch der nachgefühlten, verpflichtet er mich, den einzelnen und immer nur zufällig Teilnahmsfähigen, zu einer so stetig wie möglich geübten Einmischung. Es ist zugleich mein geschichtlicher Augenblick: ich lerne (ja, ich kann noch lernen), dass die Geschichte nicht bloß eine Aufeinanderfolge von Übeln ist, die einer wie ich nur ohnmächtig schmähen kann - sondern auch, seit jeher, eine von jedermann (auch von mir) fortsetzbare, friedensstiftende *Form*. Ich habe gerade erlebt, wie ich, der bis jetzt Außenstehende (sich manchmal freilich in die anderen ganz Hineindenkende), zu dieser Geschichte der Formen gehörte, und sogar, zusammen mit den Leuten drinnen im Lokal und den draußen auf der Straße Vorübergehenden, in ihr neubeseelt mitspielte. Die Nacht dieses Jahrhunderts, wo ich zwanghaft in meinem Gesicht nach den Zügen der Despoten und Weltherrscher forschte, hat für mich damit ein Ende genommen. Meine Geschichte (unsere Geschichte, ihr Leute) soll hell werden, so wie der Augenblick hell war; - sie durfte bisher ja noch nicht einmal anfangen: als Schuldbewusste, zu niemandem gehörend, auch nicht zu den anderen Schuldbewussten, waren wir außerstande, in der friedlichen Menschheitsgeschichte mitzuschwingen, und unsere Formlosigkeit bewirkte nur immer neue Schuld. Zum ersten Mal sah ich soeben mein Jahrhundert im Tageslicht, offen zu den anderen Jahrhunderten, und ich war einverstanden, jetzt zu leben. Ich wurde sogar froh, ein Zeitgenosse von euch Zeitgenossen zu sein, und ein Irdischer unter Irdischen: und es trug mich (über alle Hoffnung) ein Hochgefühl - nicht meiner, sondern menschlicher Unsterblichkeit. Ich glaube diesem Augenblick: indem ich ihn aufschreibe, *soll er mein Gesetz sein*. Ich erkläre mich verantwortlich für meine Zukunft, sehne mich nach der ewigen Vernunft und will nie mehr allein sein. So sei es."¹⁸

Peter Handke, Die Abwesenheit¹⁹

[Der Alte spricht:] "Ab jetzt beginnt der Fußweg. Ab hier werden wir gehen, nicht fahren. In all den Fahrzeugen gibt es keinen Aufbruch, keine Ortsveränderung, kein Gefühl einer Ankunft. Im Fahren, auch wenn ich selber lenkte, kam ich nie so recht mit. Im Fahren war das, was mich erst ausmacht, nie dabei. Im Fahren werde ich beschränkt auf eine Rolle, die mir widerspricht: im Auto die einer Hinterglasfigur, auf dem Rad die eines Lenkstangenhalters und Pedaltreters.

Gehen. Die Erde treten. Freihändig bleiben. Ganz aus eigenem schaukeln. Fahren und gefahren werden nur in der Not. An den Orten, zu denen ich gefahren wurde, bin ich nie gewesen.

Nur durch das Gehen lässt sich etwas davon wiederholen. Nur im Gehen öffnen sich die Räume und tanzen die Zwischenräume! Nur im Gehen drehe ich mich mit den Äpfeln im Baum. Nur dem Gehenden wächst ein Haupt auf den Schultern. Nur der Gehende erfährt die Ballen an seinen Füßen. Nur der Geher spürt einen Zug durch den Körper. Nur der Geher erfasst den hohen Baum im Ohr - die Stille! Nur der Geher holt sich ein und kommt zu sich. Nur was der Geher denkt, gilt. Wir werden gehen. Es will gegangen werden!

¹⁸ **Peter Handke, Langsame Heimkehr. Erzählung.** Suhrkamp Verlag Frankfurt ¹1989. suhrkamp TB 1069. Suhrkamp Taschenbuchverlag Frankfurt ¹1984, S. 175-178

¹⁹ **Peter Handke, Die Abwesenheit. Ein Märchen.** Suhrkamp Verlag Frankfurt ¹1987. suhrkamp TB 1713. Suhrkamp Taschenbuchverlag Frankfurt ¹1990, S. 115-117

Und ihr sollt nicht gehen wie die meisten, denen man ansieht, dass ihr Gehen nur notgedrungen und zufällig ist. Das Gehen ist das freieste Spiel. Auf jetzt. Weg hier. Der Segen des Orts gilt nur für die Reise. Der Segen des Orts ist ein Gehsegen.

O mein unsterblicher Appetit auf das Gehen, auf das Zum-Ort-Hinaus-Gehen, auf das Ewig-So-Weiter-Gehen!"

Bert Hellinger, Die Erkenntnis

Jemand will es endlich wissen. Er schwingt sich auf sein Fahrrad, fährt in die offene Landschaft und findet, abseits vom Gewohnten, einen anderen Pfad. Hier gibt es keine Schilder und so verlässt er sich auf das, was er mit seinen Augen vor sich sieht und was sein Schritt durchmessen kann. Ihn treibt so etwas wie Entdeckerfreude und was ihm vorher eine Ahnung war, wird jetzt Gewissheit.

Doch dann endet dieser Pfad an einem breiten Strom und er steigt ab. Er weiß, wenn er noch weiter will, dann muss er alles, was er bei sich hat, am Ufer lassen. Dann wird er seinen festen Grund verlieren und wird von einer Kraft getragen und getrieben werden, die mehr vermag als er, sodass er sich ihr anvertrauen muss. Und daher zögert er und weicht zurück.

Als er dann wieder heimwärts fährt, da wird ihm klar, dass er nur wenig weiß, was hilft, und dass er es den anderen nur schwer vermitteln kann. Zu oft schon war es ihm wie jenem Mann ergangen, der einem anderen auf dem Fahrrad hinterherfährt, weil dessen Schutzblech klappert. Er ruft ihm zu: "He, du, dein Schutzblech klappert!" "Was?" "Dein Schutzblech klappert!" "Ich kann dich nicht verstehen", ruft der andere zurück, "mein Schutzblech klappert!"

Ein wenig später trifft er einen alten Lehrer und fragt: "Wie machst denn du das, wenn du anderen hilfst? Oft kommen zu dir Leute und fragen dich um Rat in Dingen, von denen du nur wenig weißt. Doch nachher geht es ihnen besser."

Der Lehrer sagt ihm: "Nicht am Wissen liegt es, wenn einer auf dem Wege stehen bleibt und nicht mehr weiter will. Denn er sucht Sicherheit, wo Mut verlangt wird, und Freiheit, wo das Richtige ihm keine Wahl mehr lässt. Und so dreht er sich im Kreis. Der Lehrer aber widersteht dem Vorwand und dem Schein. Er sucht die Mitte, und dort gesammelt wartet er - wie einer, der die Segel ausspannt vor den Wind -, ob ihn vielleicht ein Wort erreicht, das wirkt. Wenn dann der andere zu ihm kommt, findet er ihn dort, wohin er selber muss, und die Antwort ist für beide. Beide sind Hörer."

Und er fügt hinzu: "Die Mitte fühlt sich leicht an."²⁰

Herz-Sutra - Maka Hanya Haramita Shin Go

(Sutra von der Vervollkommnung der Weisheit des Herzens)

Bodhisattava Avalokitesvara, in der Übung der tiefen transzendenten Weisheit, erkannte, dass alle fünf Skandas leer sind und überwand so alles Leiden.

Sariputra, Form ist nichts anderes als Leere, Leere nicht anderes als Form.
Form ist wirklich Leere, Leere wirklich Form.

Das Gleiche gilt für Empfindung, Wahrnehmung, Wollen und unterscheidendes Denken.
Sariputra, die Formen aller Dinge sind leer, sie entstehen nicht und vergehen nicht.
Sie sind nicht rein und nicht unrein, nehmen nicht zu und nicht ab.

²⁰ **Gunthard Weber (Hrsg.), Zweierlei Glück. Die systemische Psychotherapie Bert Hellingers.** Carl Auer Systeme Verlag Heidelberg ¹1993, S. 45-46

Daher ist in der Leere keine Form, weder Empfindung, Wahrnehmung, Wollen oder unterscheidendes Denken, weder Auge, Ohr, Nase, Zunge oder Körper, weder Farbe, Ton, Duft oder Geschmack, weder Berührbares noch Vorstellung, weder ein Bereich der Sinnesorgane noch ein Bereich des Denkens, weder Unwissenheit noch Ende von Unwissenheit.

Und so gibt es weder Alter noch Tod, noch ein Ende von Alter und Tod, weder Leiden noch Entstehen von Leiden, kein Anhäufen, Vernichten, keinen Weg, weder Erkennen noch Erreichen, weil es nichts zu erreichen gibt. Ein Bodhisattva lebt aus dieser Weisheit, ohne Hindernis im Geiste, ohne Hindernis und daher ohne Furcht.

Jenseits aller Illusionen ist endlich Nirvana. Alle Buddhas der Vergangenheit leben aus dieser transzendenten Weisheit, erreichen die höchste Erleuchtung, vollkommen und unübertroffen.

Wisse daher, dass die transzendente Weisheit, das große, heilige Mantra ist, das große, strahlende Mantra, das unübertroffene Mantra, das unvergleichliche Mantra, das alle Leiden nimmt.

Das ist wahr und ohne Fehl. das ist das Mantra, verkündet in der transzendenten Weisheit. Es lautet: GATE GATE PARAGATE PARASAMGATE BODHI SWAHA.

Carl Gustav Jung, Begegnung mit sich selber

Die Begegnung mit sich selber bedeutet zunächst die Begegnung mit dem eigenen Schatten. Der Schatten ist allerdings ein Engpass, ein schmales Tor, dessen peinliche Enge keinem, der in den tiefen Brunnen hinuntersteigt, erspart bleibt. Man muss aber sich selber kennen lernen, damit man weiß, wer man ist, denn das, was nach dem Tore kommt, ist unerwarteterweise eine grenzenlose Weite voll unerhörter Unbestimmtheit, anscheinend kein Innen und kein Außen, kein Oben und kein Unten, kein Hier oder Dort, kein Mein und kein Dein, kein Gutes und kein Böses. Es ist die Welt des Wassers, in der alles Lebendige suspendiert schwebt, wo das Reich des "Sympathicus"²¹, der Seele alles Lebendigen, beginnt, wo ich untrennbar dieses und jenes bin, wo ich den anderen in mir erlebe, und der andere als Ich mich erlebt. Das kollektive Unbewusste ist alles weniger als ein abgekapseltes, persönliches System, es ist weltweite und weltoffene Objektivität.²²

²¹ *"Das Unbewusste ist jene Psyche, die aus der Tageshelle eines geistig und sittlich klaren Bewusstseins hinunterreicht in jenes Nervensystem, das als Sympathicus seit alters bezeichnet wird, und nicht wie das Zerebrospinalsystem Wahrnehmung und Muskeltätigkeit unterhält und damit den umgebenden Raum beherrscht, sondern ohne Sinnesorgane das Gleichgewicht des Lebens erhält und auf geheimnisvollen Wegen durch Miterregung nicht nur Kunde vom innersten Wesen anderen Lebens vermittelt, sondern auch auf diese innere Wirkung ausstrahlt."* (Originalanmerkung)

²² **Carl Gustav Jung, Bewusstes und Unbewusstes.** In: **Carl Gustav Jung, Grundwerk in neun Bänden**, hrsg. v. Helmut Barz ua.. Band 2, Walter Verlag Olten 1984, S. 94

Carl Gustav Jung, Numinoses

Das Hauptanliegen meiner Arbeit liegt nicht in der Behandlung von Neurosen, sondern in der Annäherung an das Numinose. Es ist jedoch so, dass der Zugang zum Numinosen die eigentliche Therapie ist, und inwieweit man zu den numinosen Erfahrungen gelangt, wird man vom Fluch der Krankheit erlöst.²³

Carl Gustav Jung, Selbst

Dieses "Etwas" ist uns fremd, und doch so nah, ganz uns selber und doch unerkennbar ein virtueller Mittelpunkt von solch geheimnisvoller Konstitution, dass er alles fordern kann, Verwandtschaft mit Tieren und mit Göttern, mit Kristallen und Sternen ohne uns in Verwunderung zu versetzen, ja ohne unsere Missbilligung zu erregen ... Ich habe diesen Mittelpunkt als das Selbst bezeichnet. Intellektuell ist das Selbst nichts als ein psychologischer Begriff, eine Konstruktion, welche eine uns unerkennbare Wesenheit ausdrücken soll, die wir als solche nicht erfassen können, denn sie übersteigt unser Fassungsvermögen, wie schon aus ihrer Definition hervorgeht. Sie könnte eben sowohl als "der Gott in uns" bezeichnet werden. Die Anfänge unseres ganzen seelischen Lebens scheinen unentwirrbar aus diesem Punkte zu entspringen, und alle höchsten und letzten Ziele scheinen auf ihn hinzulaufen.²⁴

Carl Gustav Jung, Unendliches

Die entscheidende Frage für den Menschen ist: Bist du auf Unendliches bezogen oder nicht? Das ist das Kriterium seines Lebens. Nur wenn ich weiß, dass das Grenzenlose das Wesentliche ist, verlege ich mein Interesse nicht auf Futilitäten [Nichtigkeiten, Unbedeutendheiten] und auf Dinge, die nicht von entscheidender Bedeutung sind. Wenn ich es nicht weiß, so insistiere ich darauf, um dieser oder jener Eigenschaft willen, die ich als persönlichen Besitz auffasse, etwas in der Welt zu gelten. Also vielleicht wegen „meiner“ Begabung oder „meiner“ Schönheit. Je mehr der Mensch auf falschem Besitz insistiert und je weniger das Wesentliche für ihn spürbar ist, desto unbefriedigender ist sein Leben. Er fühlt sich beschränkt, weil er beschränkte Absichten hat, und das schafft Neid und Eifersucht. Wenn man versteht und fühlt, dass man schon in diesem Leben an das Grenzenlose angeschlossen ist, ändern sich Wünsche und Einstellung. Letzten Endes gilt man nur wegen des Wesentlichen, und wenn man das nicht hat, ist das Leben vertan. Auch in der Beziehung zum anderen Menschen ist es entscheidend, dass sich das Grenzenlose in ihr ausdrückt oder nicht.

Das Gefühl für das Grenzenlose erreiche ich aber nur, wenn ich auf das Äußerste begrenzt bin. Die größte Begrenzung des Menschen ist das Selbst; es manifestiert sich im Erlebnis Aich bin nur das!@ Nur das Bewusstsein meiner engsten Begrenzung im Selbst ist angeschlossen an die Unbegrenztheit des Unbewussten. In dieser Bewusstheit erfahre ich mich zugleich als begrenzt und ewig, als das Eine und das Andere. Indem ich mich einzigartig weiß in meiner persönlichen Kombination, d.h. letztlich begrenzt, habe ich die Möglichkeit, auch des Grenzenlosen bewusst zu werden. Aber nur dann.

²³ Carl Gustav Jung, Brief an P. W. Martin vom 28. 08. 1945

²⁴ C. G. Jung, Die Beziehungen zwischen dem Ich und dem Unbewussten. In: Carl Gustav Jung, Grundwerk in neun Bänden, hrsg. v. Helmut Barz ua.. Band 3, Walter Verlag Olten 1984, S. 120-121

In einer Epoche, die ausschließlich auf Erweiterung des Lebensraumes sowie Vermehrung des rationalen Wissens à tout prix [um jeden Preis] gerichtet ist, ist es höchste Forderung, sich seiner Einzigartigkeit und Begrenzung bewusst zu sein. Einzigartigkeit und Begrenztheit sind Synonyme. Ohne sie gibt es keine Wahrnehmung des Unbegrenzten - und daher auch keine Bewusstwerdung - sondern bloß eine wahnartige Identität mit demselben, welche sich im Rausch der großen Zahlen und der politischen Machtfülle äußert.²⁵

Paul Klee, Tagebuchnotiz 1914

Eine Art von Stille leuchtet zum Grund. / Von ungefähr / scheint da ein Etwas, / nicht von hier, / nicht von mir, / sondern Gottes. / Gottes! Wenn auch nur Wiederhall, / nur Gottes Spiegel, / so doch Gottes Nähe / Tropfen von tief, / Licht an sich. / Wer je schlief und der Atem stand: / der ... / Das Ende heim zum Anfang fand.²⁶

Paul Klee, Grabstein

Diesseitig bin ich gar nicht fassbar / Denn ich wohne grad so gut bei den Toten / Wie bei den Ungeborenen / Etwas näher der Schöpfung als üblich / Und noch lange nicht nahe genug.²⁷

Diao Kokushi, Über Zen

Es gibt eine Wirklichkeit, die vor Himmel und Erde steht. / Sie hat keine Form, geschweige denn einen Namen. / Augen können sie nicht sehen. / Lautlos ist sie, nicht wahrnehmbar für Ohren. / Sie Geist oder Buddha nennen, entspricht nicht ihrer Natur, / wie das Trugbild einer Blume wäre sie dann / Nicht Geist noch Buddha ist sie; / vollkommen ruhig erleuchtet sie in wunderbarer Weise. / Nur dem klaren Auge ist sie wahrnehmbar. / Das Dharma ist sie und wirklich jenseits von Form und Klang. / Das Tao ist sie und Worte haben nichts mit ihr zu tun. / In der Absicht Blinde anzuziehen, / ließ Buddha seinem goldenen Munde spielerische Worte entspringen; / seitdem sind Himmel und Erde überwuchert mit dichtem Dornengebüsch. / Oh, meine lieben und ehrenwerten Freunde, die ihr hier versammelt seid: / Wenn ihr euch danach sehnt, die donnernde Stimme des Dharma zu hören, / gebt eure Worte auf, entleert eure Gedanken, / dann kommt ihr soweit, das eine Sein zu erkennen.²⁸

²⁵ (Hrsg. :) Aniela Jaffé, **Erinnerungen, Träume, Gedanken von C. G. Jung**. [Originalausgabe: New York 1961] Walter Verlag Olten 1971, Sonderausgabe 1984, S. 327-328

²⁶ **Paul Klee, Tagebücher 1898-1918**. Hrsg. von Felix Klee. Dumont Buchverlag Köln ¹1957, ²1979. Nr. 948 (geschrieben 1914)

²⁷ **Paul Klee, Tagebücher 1998-1918**. Hrsg. von Felix Klee. Dumont Buchverlag Köln ¹1957, ²1979. S. 427

²⁸ **Diao Kokushi: Über Zen**

Nikolaus von Kues, Gebet

Niemand kann sich dir nahen, da du unnahbar bist. Daher erfasst dich niemand, es sei denn, du schenkst dich ihm. Wie wirst du mich dir geben, wenn du nicht erst mich selbst mir gibst? - Und wie ich im Schweigen der Betrachtung ruhe, antwortest du mir, Herr, in der Tiefe meines Herzens. Und du sagst: Sei du dein, so werde ich dein sein! O Herr, du Beglückung in aller Wonne, du hast es zur Sache meiner Freiheit gemacht, dass ich mein sein kann, wenn ich so gewollt habe. Gehöre ich nicht mir selbst, so gehörst auch du nicht mir.²⁹

Rabbi Mosche Löb, Eine Stunde

Rabbi Mosche Löw sprach:

*"Ein Mensch, dem nicht an jedem Tag eine Stunde gehört, ist kein Mensch."*³⁰

Rabbi Jizchak Meïr, Das Rad und das Pünktlein

Rabbi Jizchak Meïr erging sich einmal an einem Spätsommerabend mit seinem Enkel im Hof des Lehrhauses. Es war Neumond, der erste Tag des Monats Elul. Der Zaddik fragte, ob man heute den Schofar geblasen habe, wie es geboten ist, einen Monat, ehe das Jahr sich erneuert. Danach begann er zu reden: "Wenn einer Führer wird, müssen alle nötigen Dinge da sein, ein Lehrhaus und Zimmer und Tische und Stühle, und einer wird Verwalter, und einer wird Diener und so fort. Und dann kommt der böse Widersacher und reißt das innerste Pünktlein heraus, aber alles andre bleibt wie zuvor, und das Rad dreht sich weiter, nur das innerste Pünktlein fehlt." Der Rabbi hob die Stimme: "Aber Gott helfe uns: man darf's nicht geschehen lassen!"³¹

Huub Oosterhuis, Um Geburt

Zerreiß die Fruchthaut. / Hol uns. Bind unsre / Nabelschnur ab. / Schlag uns auf.
Dass wir vollströmen / mit Lebensatem / und schreien, / endlich geboren.
Dass wir vollströmen / mit Lebensatem / und lachen, / endlich geboren.
Dass wir vollströmen / mit Lebensatem / und wissen, / endlich geboren.³²

²⁹ **Nikolaus von Kues (1401-1464), De visione Dei 7.** Zitiert in: **Eugen Drewermann, Kleriker. Psychogramm eines Ideals.** Walter Verlag Olten 1989, S. 750

³⁰ **Rabbi Mosche Löb von Sasow**, gest. 1807, chassidischer Lehrer. In: **Martin Buber, Die Erzählungen der Chassidim.** Manesse Verlag Zürich 1949, S. 542

³¹ **Rabbi Jizchak Meïr von Ger**, gest. 1866, chassidischer Lehrer. In: **Martin Buber, Die Erzählungen der Chassidim.** Manesse Verlag Zürich 1949, S. 830

³² **Huub Oosterhuis, Auf halbem Weg.** Herder Verlag Freiburg 1975, S. 82

Anonymus d'Outre-Tombe, Der Gaukler. Das Arcanum³³ der Mystik

Dass sich die Reihe der Symbole, d. h. der Enthüller der *Arcana*, die das Tarotspiel ausmachen, mit einem Bild eröffnet, welches einen Gaukler darstellt, der Kunststücke vorführt, ist wirklich erstaunlich! Wie soll man dies erklären?

Das erste Arcanum, das allen anderen 21 Großen Arcana des Tarot zugrundeliegende Prinzip, ist dasjenige der *Beziehung zwischen persönlicher Bemühung und spiritueller Wirklichkeit*. Es nimmt den ersten Platz in der Reihe ein, weil, wenn man es nicht verstanden, d. h. nicht in der Praxis von Erkenntnis und Verwirklichung begriffen hat, man nicht weiß, was mit den anderen Arcana anzufangen ist.

Denn der Gaukler ist berufen, die praktische *Methode*, die sich auf alle anderen Arcana bezieht, zu enthüllen. Er ist "das Arcanum des Arcana" in dem Sinne, dass er enthüllt, was man wissen und können muss, um in die Schule der geistigen Übungen, welche das Tarotspiel in seiner Gesamtheit darstellt, einzutreten, damit man daraus einigen Nutzen ziehen kann.

In der Tat kann das erste und grundlegende Prinzip der Esoterik, d.h. des Weges der Erfahrung der Wirklichkeit des Geistes, wiedergegeben werden durch die Formel: "Lernt zuerst Konzentration ohne Anstrengung: wandelt die Arbeit um in Spiel; sorgt dafür, dass jedes Joch, das ihr angenommen habt, sanft, und jede Bürde, die ihr tragt, leicht sei!"

Es gilt indessen, zwei Arten von Konzentration zu unterscheiden, die wesentlich verschieden sind. Die eine ist die uneigennützig (sachbezogene) *Konzentration* und die andere die eigennützig (ichbezogene) *Konzentration*. Die erste wird einem von unterjochenden Leidenschaften, Besessenheiten und Bindungen freien Willen verdankt, während die andere dagegen gerade das Ergebnis einer dominierenden Leidenschaft, Besessenheit oder Gebundenheit ist. Ein Mönch in der Sammlung beim Gebet und ein rasender Stier sind, einer wie der andere, konzentriert - aber der eine ist es im Frieden der Sammlung, während der andere fortgerissen wird durch die Wut. Auch starke Leidenschaften bringen also ein hohes Maß an Konzentration hervor. So entwickeln die Gierigen, die Geizhalse, die Hochmütigen und die Menschen mit Wahnvorstellungen manchmal eine bemerkenswerte Konzentration. In Wahrheit ist es aber wohl kaum *Konzentration*, sondern eher *Besessenheit*, um die es sich bei ihnen handelt.

Die wahre Konzentration ist eine freie Tat im Lichte und im Frieden. Sie setzt einen uneigennützigen und leidenschaftslosen Willen voraus, denn der Zustand des Willens ist der bestimmende und entscheidende Faktor bei der Konzentration. Sowohl der hl. Johannes vom Kreuz als auch die hl. Teresa von Avila werden nicht müde zu wiederholen, dass die für das spirituelle Gebet notwendige Konzentration die Frucht der moralischen Läuterung des Willens ist. Es ist also unnütz, sich Mühe zu geben, um sich zu konzentrieren, wenn der Wille von etwas anderem eingenommen ist. Die "Eigenregungen der Denksubstanz" werden niemals zur Ruhe gebracht werden können, wenn der Wille ihr nicht seine eigene Ruhe mitteilt. Der *schweigende Wille* ist es, welcher das Schweigen des Denkens und Vorstellens in der Konzentration bewirkt. Darum sind die großen Asketen auch die großen Meister der Konzentration.

Das alles ist einleuchtend und selbstverständlich. Was uns indessen hier beschäftigt, ist nicht allen die Konzentration im Allgemeinen, sondern vor allem und im Besonderen die "Konzentration ohne Anstrengung". Worin besteht sie?

Betrachten Sie den Seiltänzer. Er ist augenscheinlich völlig konzentriert, denn wenn er es nicht wäre, würde er zur Erde fallen. Sein Leben steht auf dem Spiel, und nur die vollkommene

³³ Arcanum (lat.) = Geheimnis

Konzentration kann es bewahren. Glauben Sie indessen, dass sein Denken und Vorstellen mit dem beschäftigt sind, was er gerade tut? Glauben Sie, dass er *überlegt* und dass er *berechnet*, dass er *sich vorstellt* und dass er *plant* bei jedem Schritt, den er auf dem Seil tut? - Er würde sofort herunterfallen! Er muss alle Tätigkeit des Intellekts und der Vorstellungskraft ausschalten, um den Sturz zu verhüten. Er muss die "Eigenregungen der Denksubstanz" unterdrückt haben, um seinen Beruf ausüben zu können. Die Intelligenz seines rhythmischen Systems - Atmung und Kreislauf - ersetzt während seiner akrobatischen Übungen diejenige des Gehirns.

Nun ist auch die Konzentration ohne Anstrengung die Verlegung des leitenden Zentrums des Gehirns in das rhythmische System - von dem Bereich des Mentalen und der Vorstellung in denjenigen der Moralität und des Willens.

Die "Konzentration *ohne Anstrengung*", d. h., wo es nichts zu unterdrücken gibt und die Sammlung ebenso natürlich wird wie der Atmung und das Schlagen des Herzens, ist der Zustand des Bewusstseins - des Denkens, der Vorstellung, des Gefühls und des Willens - in vollkommener Ruhe, begleitet von völliger Entspannung der Nerven und der Muskeln des Körpers. Sie ist das *tiefe Schweigen* der Wünsche, der Sorgen, der Vorstellungen, der Erinnerung und des diskursiven Denkens.

Man könnte sagen, dass der ganze Mensch wie die Oberfläche ruhiger Wasser geworden ist, welche die Gegenwart des unermesslichen Sternenhimmels und seine unaussprechliche Harmonie spiegelt. Und die Wasser sind tief, *wie tief* sie sind! Und das Schweigen wächst, wächst immer mehr, *welch ein Schweigen!* Sein Anwachsen geschieht in regelmäßigen Wellen, welche eine nach der anderen Ihr ganzes Wesen durchströmen: eine Welle des Schweigens, gefolgt von einer anderen, tieferen Welle des Schweigens, dann eine noch tiefere Welle des Schweigens ---

Haben Sie schon einmal *das Schweigen getrunken*? Wenn ja, wissen Sie, was "Konzentration ohne Anstrengung" ist. Im Anfang sind es Augenblicke, dann Minuten, dann Viertelstunden, die das völlige Schweigen oder die "Konzentration ohne Anstrengung" währt. Im Laufe der Zeit wird das Schweigen oder die "Konzentration ohne Anstrengung" zum *immer gegenwärtigen* Grundelement im Leben der Seele. Es ist wie der ununterbrochen Gottesdienst in der Kirche Sacré-Coeur von Montmartre, währenddessen man in Paris arbeitet, Handel treibt, sich vergnügt, schläft, stirbt --- So ist es, als ob ein ununterbrochener Dienst des Schweigens sich in der Seele vollzieht und sich fortsetzt, selbst wenn man sich unterhält.

Wenn diese "Zone des Schweigens" sich einmal hergestellt hat, können Sie daraus schöpfen sowohl für die Ruhe wie für die Arbeit. Sie besitzen dann nicht nur die "Konzentration ohne Anstrengung", sondern auch die *Tätigkeit ohne Anstrengung*, und das ist genau das, was der zweite Teil unserer Formel sagen will: "Wandelt die Arbeit um in Spiel."

Die Veränderung der Arbeit, die von einer Fron zum *Spiel* wird, vollzieht sich infolge der Anwesenheit der "Zone des Schweigens", aus welcher man durch eine Art intimer verborgener Atmung jene Lieblichkeit und Frische schöpft, die der Arbeit eine Weihe gibt und sich in ein Spiel umwandelt. Denn die "Zone des Schweigens" bedeutet nicht allein, dass die Seele sich im Innersten in einem Zustand des Wohlbehagens befindet, sondern auch und vor allem, dass sie im Kontakt mit dem Himmel, d. h. der geistigen Welt, ist, die *mit ihr zusammenarbeitet*. Derjenige, der das Schweigen der Einsamkeit der "Konzentration ohne Anstrengung" findet, *ist niemals allein*. Er trägt niemals allein die Lasten, die er zu tragen hat; die Kräfte des Himmels, die Kräfte von oben nehmen fortan daran teil.

Alle praktische Esoterik ist auf folgende Regel gegründet: Man muss in sich selbst *eins sein* ("Konzentration ohne Anstrengung") und zugleich *einig sein* mit der geistigen Welt (die Zone des

Schweigens in seiner Seele haben), damit eine offenbarende oder verwirklichende geistige Erfahrung stattfinden kann. Mit anderen Worten: wenn man irgendeine Form echter Esoterik praktizieren will, sei es Mystik, Gnosis oder Magie, muss man "Gaukler" sein - konzentriert ohne Anstrengung, mit einer Leichtigkeit wirkend, als ob man spiele, und handelnd mit vollkommener Ruhe.³⁴

Blaise Pascal, Mémorial

Das Jahr der Gnade 1654. Montag, 23. November, Tag des heiligen Clemens, Papstes und Martyrers, und anderer im Martyrologium, Vigil des heiligen Chrysogonus, Martyrers, und anderer, von ungefähr zehn und einhalb Uhr bis ungefähr eine halbe Stunde nach Mitternacht, Feuer. Gott Abrahams, Gott Isaaks, Gott Jakobs, nicht der Philosophen und Gelehrten. Gewissheit. Gewissheit. Empfindung. Freude. Friede. Gott Jesu Christi. Deum meum et Deum vestrum. 'Dein Gott soll mein Gott sein.' Vergessen der Welt und aller Dinge, ausgenommen Gott. Er wird nur auf den Wegen gefunden, die im Evangelium gelehrt sind. Größe der menschlichen Seele. 'Gerechter Vater, die Welt hat Dich nicht erkannt, aber ich habe Dich erkannt.' Freude, Freude, Freude, Tränen der Freude.

Ich habe mich von ihm getrennt: Dereliquerunt me fontem aquae vivae.

'Mein Gott, wirst Du mich verlassen?' Möge ich nicht ewig von ihm getrennt werden. 'Dies ist das ewige Leben, dass sie Dich erkennen, den einzigen, wahren Gott, und den Du gesandt hast, Jesus Christus.' Jesus Christus. Ich habe mich von ihm getrennt; ich bin vor ihm geflohen, ich habe ihn verleugnet, gekreuzigt. Möge ich nie von ihm getrennt sein. Er wird nur auf den Wegen bewahrt, die im Evangelium gelehrt sind:

Vollkommene, innige Entsagung. Vollkommene Unterwerfung unter Jesus Christus und unter meinen geistlichen Führer. Ewig in der Freude für einen Tag der Plage auf Erden. Non obliviscar sermones tuos. Amen.³⁵

Rainer Maria Rilke, Ringe

Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen, / die sich über die Dinge ziehn. /
Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen, / aber versuchen will ich ihn.

Ich kreise um Gott, um den uralten Turm, / und ich kreise jahrtausendlang;
und ich weiß noch nicht: bin ich ein Falke, ein Sturm / oder ein großer Gesang.³⁶

³⁴ **Anonymus d'Outre-Tombe, Schlüssel zum Geheimnis der Welt. Meditationsübungen zum Tarot.** Hrsg. v. Gertrude und Thomas Sartory. Herder TB 1342. Verlag Herder Basel ¹1983. S. 27-32 (Kapitel: Der Gaukler - Das Arcanum der Mystik)

³⁵ **Otto Betz, Die Welt meditieren. Texte für ein Jahr.** Pfeiffer Verlag München ¹1966, ³1968, S. 176/177. Siehe auch: **Romano Guardini, Christliches Bewusstsein.**

³⁶ **Rainer Maria Rilke, Sämtliche Werke in zwölf Bänden, Band 1.** Hrsg. v. Rilke-Archiv. Insel Verlag Frankfurt ¹1955, 1975. S. 253

Rainer Maria Rilke, Die andere Seite der Natur

Seiner Gewohnheit nach mit einem Buch auf und abgehend, war er darauf gekommen, sich in die etwa schulterhohe Gabelung eines strauchartigen Baumes zu lehnen, und sofort fühlte er sich in dieser Haltung so angenehm unterstützt und so reichlich eingeruht, dass er so, ohne zu lesen, völlig eingelassen in die Natur, in einem beinahe unbewussten Anschauen verweilte. Nach und nach erwachte seine Aufmerksamkeit über einem nie gekannten Gefühl: es war, als ob aus dem Innern des Baumes fast unmerkliche Schwingungen in ihn übergingen; er legte sich das ohne Mühe dahin aus, dass ein weiter nicht sichtlicher, vielleicht den Hang flach herab streichender Wind im Holz zur Geltung kam, obwohl er zugeben musste, dass der Stamm zu stark schien, um von einem so geringen Wehen so nachdrücklich erregt zu sein. Was ihn überaus beschäftigte, war indessen nicht diese Erwägung oder eine ähnliche dieser Art, sondern mehr und mehr war er überrascht, ja ergriffen von der Wirkung, die jenes in ihn unaufhörlich Herüberdringende in ihm hervorbrachte: er meinte nie von leiseren Bewegungen erfüllt worden zu sein, sein Körper wurde gewissermaßen wie eine Seele behandelt und in den Stand gesetzt, einen Grad von Einfluss aufzunehmen, der bei der sonstigen Deutlichkeit leiblicher Verhältnisse eigentlich gar nicht hätte empfunden werden können. Dazu kam, dass er in den ersten Augenblicken den Sinn nicht richtig feststellen konnte, durch den er eine derartig feine und ausgebreitete Mitteilung empfing; auch war der Zustand, den sie in ihm herausbildete, so vollkommen und anhaltend, anders als alles andere, aber so wenig durch Steigerung über bisher Erfahrenes hinaus vorstellbar, dass er bei aller Köstlichkeit nicht daran denken konnte, ihn einen Genuss zu nennen. Gleichwohl, bestrebt, sich gerade im Leisesten immer Rechenschaft zu geben, fragte er sich dringend, was ihm da geschehe, und fand fast gleich einen Ausdruck, der ihn befriedigte, vor sich hinsagend: er sei auf die andere Seite der Natur geraten.³⁷

(Rilke schreibt von dieser Aufzeichnung, sie sei "in einem gewissen Sinne, die intimste, die ich je aufgeschrieben habe".)³⁸

Dschelal ad-Din Rumi, Diwan

Was soll ich tun, ihr Muslims? Ich kenne mich doch selber nicht.

Ich bin weder Christ noch Jude, noch Parse, noch Muslim.

Ich bin nicht vom Osten noch vom Westen, weder vom Land noch von der See, ich komme nicht aus dem Schoße der Natur noch aus himmlischen Welten.

Ich bin nicht aus Erde, Wasser, Luft oder Feuer, und entstamme nicht dem Licht oder Staub, nicht dem Seienden und Wesenhaften.

Ich komme nicht aus dem Irak noch aus dem Lande Khorasan.

Ich entstamme nicht dieser Welt noch der kommenden, nicht dem Paradies noch der Hölle.

Mein Ort ist da, wo kein Ort ist, meine Spur spurlos.

Nicht Körper bin ich noch Seele, denn ich gehöre der Seele des Geliebten.

Die Zweiheit habe ich verworfen; ich sah, dass beide eine Welt sind.

Ich suche und kenne und sehe und rufe nur einen.

Er ist der Erste und Letzte, ist außen und innen.

³⁷ Rainer Maria Rilke, *Erlebnis*. In: Rainer Maria Rilke, *Sämtliche Werke in zwölf Bänden, Band 11*. Hrsg. v. Rilke-Archiv. Insel Verlag Frankfurt ¹1955, 1975. S. 1036-1042

³⁸ Brief an Katharina Kippenberg vom 10.8.1918. In: *Ders., Werke 12*, S. 1477

Ich weiß nichts außer: "O Gott, Er".

Ich bin berauscht vom Trank der Liebe, die beiden Welten sind mir entschwunden.

Nur mit Zechen und Gelage bin ich befasst.

Wenn ich je in meinem Leben einen Augenblick ohne dich verbrachte, so bereue ich für immer diesen Augenblick.

Wenn ich je in dieser Welt nur einem dich gewinne, so trample ich auf beide Welten und tanze siegesfroh.

O Schamsi Täbriz, ich bin berauscht von dieser Welt, dass ich außer Rausch und Trunkenheit kein Wort zu sagen habe.³⁹

Nelly Sachs, Lange haben wir das Lauschen verlernt!

Lange haben wir das Lauschen verlernt! / Hatte Er uns gepflanzt einst zu lauschen / Wie Dünengras gepflanzt, am ewigen Meer, / Wollten wir wachsen auf feisten Triften, / Wie Salat im Hausgarten stehn. / Wenn wir auch Geschäfte haben, / Die weit fort führen, / Von Seinem Licht, / Wenn wir auch das Wasser aus Röhren trinken, / Und es erst sterbend naht / Unserem ewig dürstenden Mund - / Wenn wir auch auf einer Straße schreiten, / Darunter die Erde zum Schweigen gebracht wurde / Von einem Pflaster, / Verkaufen dürfen wir nicht unser Ohr, / O, nicht unser Ohr dürfen wir verkaufen. / Auch auf dem Markte, / Im Errechnen des Staubes, / Tat manch einer schnell einen Sprung / Auf der Sehnsucht Seil, / Weil er etwas hörte, / Aus dem Staube heraus tat er den Sprung / Und sättigte sein Ohr. / Presst, o presst an der Zerstörung Tag / An die Erde das lauschende Ohr, / Und ihr werdet hören, durch den Schlaf hindurch / Werdet ihr hören / Wie im Tode / Das Leben beginnt.⁴⁰

Rabbi Sussja, Die Frage der Fragen

Vor dem Ende sprach Rabbi Sussja: "In der kommenden Welt wird man mich nicht fragen: 'Warum bist du nicht Mose gewesen?' Man wird mich fragen: 'Warum bist du nicht Sussja gewesen?'"⁴¹

Pierre Teilhard de Chardin, Lobgesang des Alls

Niemals, niemals, wenn du leben und wachsen willst, kannst du zur Materie sagen: "Ich habe dich genug gesehen, ich habe die Runde deiner Geheimnisse gemacht - ich habe davon genommen, was für immer mein Denken nähren kann." - Selbst wenn du, hörst du, als der Weiseste der Weisen in deinem Gedächtnis das Bild all dessen trügest, was die Erde bevölkert oder unter den Wassern schwimmt, wäre dieses Wissen wie ein Nichts für deine Seele, weil alle abstrakte Kenntnis welches Sein ist, das Wissen nicht genügt: man muss sehen, berühren, im Gegenwärtigen leben, die Existenz heiß inmitten der Wirklichkeit selbst trinken.⁴²

³⁹ **Dschelal ad-Din Rumi** (islamischer Mystiker persischer Herkunft, lebte 1207-1273). **Mircea Eliade, Geschichte der religiösen Ideen. Quellentexte.** [Orig.: From Primitives to Zen. A Thematic Sourcebook of The History of Religions. Harper & Row New York 1977] Herder Verlag Freiburg 1981, S. 410-411

⁴⁰ **Nelly Sachs, Fahrt ins Staublose. Gedichte.** Suhrkamp Taschenbuch 1485. Suhrkamp Verlag Frankfurt ¹1961, 1992, S. 18-19

⁴¹ **Rabbi Meschullam Sussja von Hanipol**, gest. 1800, chassidischer Lehrer. In: **Martin Buber, Die Erzählungen der Chassidim.** Manesse Verlag Zürich 1949, S. 394

⁴² **Pierre Teilhard de Chardin, Lobgesang des Alls.** Walter-Verlag Olten 1964, S. 80-81. Originaltext: *Jamais*,

Nein, die Reinheit ist nicht in der Absonderung, sondern in einer tieferen Durchdringung des Universums. Sie ist in der Liebe zum unumschriebenen, einzigen Wesen, das alle Dinge von innen durchdringt und durchwirkt - weiter als der sterbliche Bereich, in dem die Personen und die Zahlen sich bewegen. -Sie ist in einer keuschen Berührung mit dem, was "dasselbe in allen" ist. Wie schön ist der Geist, da er sich erhebt, mit allen Reichtümern der Erde geschmückt! Bade dich in der Materie, Menschensohn. - Tauche in sie ein, dort, wo sie am gewalttätigsten und am tiefsten ist! Ringe in ihrem Strom und trinke ihre Flut! Sie hat ehemals dein Unbewusstsein gewiegt - sie wird dich bis zu Gott hin tragen!⁴³

Simone Weil, Übung reiner Aufmerksamkeit

Als ich im letzten Sommer mit Thibon das Griechische trieb, hatte ich das Vaterunser auf Griechisch Wort für Wort mit ihm durchgenommen. Wir hatten uns versprochen, es auswendig zu lernen. Ich glaube, er hat es nicht getan. Auch ich nicht, wenigstens damals nicht. Als ich aber einige Wochen später im Evangelium blätterte, kam es mir in den Sinn, dass ich es, da ich es mir versprochen hatte und es recht sei, auch tun sollte. Ich tat es. Da hat die unendliche Süßigkeit dieses griechischen Textes mich derart ergriffen, dass ich einige Tage lang nicht umhin konnte, ihn mir unaufhörlich zu wiederholen. Eine Woche später begann ich mit der Weinlese. Ich sprach das Vaterunser auf Griechisch jeden Tag vor der Arbeit, und im Weinberg habe ich es dann noch oftmals wiederholt.

Seitdem habe ich mir als einzige Übung die Verpflichtung auferlegt, es jeden Morgen ein Mal mit unbedingter Aufmerksamkeit zu sprechen. Wenn meine Aufmerksamkeit unter dem Sprechen abirrt oder einschläft, und sei es auch nur im allergeringsten Grade, so fange ich wieder von vorne an, bis ich ein Mal eine völlig reine Aufmerksamkeit erreicht habe. Dann kommt es wohl mitunter vor, dass ich es aus reinem Vergnügen noch einmal von vorn aufsahe, aber nur, wenn das Verlangen mich treibt.

Die Kraft dieser Übung ist außerordentlich und überrascht mich jedes Mal, denn, obgleich ich sie jeden Tag erfahre, übertrifft sie jedes Mal meine Erwartung.

Mitunter reißen schon die ersten Worte meinen Geist aus meinem Leibe und versetzen ihn an einen Ort außerhalb des Raumes, wo es weder eine Perspektive, noch einen Blickpunkt gibt.

jamais, si tu veux vivre et croître, tu ne pourras dire à la Matière: "Je t'ai assez vue, j'ai fait le tour de tes mystères, - j'en ai prélevé de quoi nourrir pour toujours ma pensée." - Quand même, entends-tu, comme le Sage des Sages, tu porterais dans ta mémoire l'image de tout ce qui peuple la Terre ou nage sous les eaux, cette Science serait come rien pour ton âme, parce que toute connaissance abstraite est de l'être fané; - parce que, pour comprendre le Monde, savoir ne suffit pas: il faut voir, toucher, vivre dans la présence, boire l'existence toute chaude au sein même de la Réalité. Hymne de l'Univers, (Le Christ dans la Matière). Éditions du Seuil, Paris 1961, p. 103-104)

⁴³ **Pierre Teilhard de Chardin, Lobgesang des Alls.** Walter Verlag Olten 1964, S. 81-82. Originaltext: *Non, la pureté n'est pas dans la séparation, mais dans une pénétration plus profonde de l'Univers. Elle est dans l'amour de l'unique Essence, incircoscrite, qui pénètre et travaille toutes choses, par le dedans, - plus loin que la zone mortelle où s'agitent les personnes et les nombres. - Elle est dans un chaste contact avec ce qui est "le même en tous". Oh, qu'il est beau l'Esprit s'élevant, tout paré des richesses de la Terre! Baigne-toi dans la Matière, fils de l'Homme. - Plonge-toi en elle, là où elle est la plus violente et la plus profonde! Lutte dans son courant et bois son flot! C'est elle qui a bercé jadis ton inconscience; - c'est elle qui te portera jusqu'à Dieu! Hymne de l'Univers, (Le Christ dans la Matière). Éditions du Seuil, Paris 1961, p. 104-105)*

Der Raum tut sich auf. Die Unendlichkeit des gewöhnlichen Raumes unserer Wahrnehmung weicht einer Unendlichkeit zweiten oder manchmal auch dritten Grades. Gleichzeitig erfüllt diese Unendlichkeit der Unendlichkeit sich allenthalben mit Schweigen, mit einem Schweigen, das nicht die Abwesenheit des Klages ist, sondern das der Gegenstand einer positiven Empfindung ist, sehr viel positiver als der eines Klages. Die Geräusche, wenn deren da sind, erreichen mich erst, nachdem sie durch dieses Schweigen hindurch gegangen sind.

Mitunter auch ist während dieses Sprechens oder zu anderen Augenblicken Christus in Person anwesend, jedoch mit einer unendlich viel wirklicheren, durchdringenderen, klareren und liebevolleren Gegenwart als jenes erste Mal, da er mich ergriffen hat.

Niemals hätte ich es über mich gebracht, Ihnen dies alles mitzuteilen, wenn nicht meine Abreise wäre. Und da ich mehr oder minder in dem Gedanken eines wahrscheinlichen Todes abfahre, so scheint mir, dass ich nicht das Recht habe, diese Dinge zu verschweigen. Denn schließlich handelt es sich bei alledem nicht um mich. Es handelt sich nur um Gott. Ich habe keinen Teil daran. Wenn man in Gott die Möglichkeit eines Irrtums annehmen könnte, so würde ich denken, dies alles sei mir versehentlich zugefallen. Vielleicht aber gefällt es Gott, die Abfälle, die mißratenen Stücke, die Ausschussware zu benützen.⁴⁴

Simone Weil, Aufmerksamkeit

Die Aufmerksamkeit ist eine Anstrengung, vielleicht die größte von allen, aber sie ist eine negative Anstrengung. Sie selbst ermüdet nicht. Wenn sich Ermüdungserscheinungen einstellen, wird die Aufmerksamkeit beinahe unmöglich, außer im Falle besonderer Geübtheit; dann ist es besser, nachzugeben, eine Entspannung zu suchen, und ein wenig später von neuem zu beginnen, sich loszulassen und wieder in die Gewalt zu nehmen, wie man ein- und ausatmet.

Zwanzig Minuten einer beharrlichen Aufmerksamkeit ohne Ermüdung sind von unendlich viel größerem Wert als drei Stunden jenes verbissenen Fleißes mit gerunzelten Brauen, der uns hinterher mit dem befriedigenden Gefühl der Pflichterfüllung sagen lässt: "Ich habe tüchtig gearbeitet." ...

Die Aufmerksamkeit besteht darin, das Denken auszusetzen, den Geist verfügbar, leer und für den Gegenstand offen zu halten, die verschiedenen bereits erworbenen Kenntnisse, die man zu benutzen genötigt ist, in sich dem Geist zwar nahe und erreichbar, doch auf einer tieferen Stufe zu erhalten, ohne dass sie ihn berühren. Der Geist soll hinsichtlich aller besonderen und schon ausgeformten Gedanken einem Mensch auf dem Berge gleichen, der vor sich hinblickt und gleichzeitig unter sich, doch ohne hinzublicken, viele Wälder und Ebenen bemerkt. Und vor allem soll der Geist leer sein, wartend, nichts suchend, aber bereit, den Gegenstand, der ihm eingegeben wird, in seiner nackten Wahrheit aufzunehmen. Jeder Irrtum ... kommt nur daher, dass der Geist sich voller Hast auf etwas stürzte und, so vorzeitig angefüllt, der Wahrheit nicht mehr zur Verfügung stand. Die Ursache ist immer, dass man aktiv sein wollte; dass man suchen wollte. ...

Die kostbarsten Güter soll man nicht suchen, sondern erwarten. Denn der Mensch kann sie aus eigenen Kräften nicht finden, und wenn er sich auf die Suche nach ihnen begibt, findet er statt ihrer falsche Güter, deren Falschheit er nicht zu erkennen vermag.⁴⁵

⁴⁴ **Simone Weil, Brief an Pater Jean-Marie Perrin (15. Mai 1942).** In: **Simone Weil, Zeugnis für das Gute. Traktate, Briefe, Aufzeichnungen.** Hrsg. v. Friedhelm Kemp. Walter Verlag Olten ¹1976. Deutscher Taschenbuch Verlag 1990, S. 95-96

⁴⁵ **Simone Weil, Die Gottesliebe und das Unglück (1941/42).** In: **Simone Weil, Zeugnis für das Gute.**

Simone Weil, Die Unglücklichen

Die Unglücklichen bedürfen keines anderen Dinges in dieser Welt als solcher Menschen, die fähig sind, ihnen ihre Aufmerksamkeit zuzuwenden. Die Fähigkeit, einem Unglücklichen seine Aufmerksamkeit zuzuwenden, ist etwas sehr Seltenes und sehr Schwieriges; sie ist beinahe ein Wunder; sie ist ein Wunder. Fast alle, die diese Fähigkeit zu besitzen glauben, besitzen sie nicht. Die Wärme des Gefühls, die Bereitschaft des Herzens, das Mitleid genügen hierzu nicht. In der frühen Gralssage heißt es von dem Gral, einem wunderbaren Stein, der durch die Kraft der konsekrierten Hostie jeden Hunger sättigt, dass er dem zu eigen gehört, der an den Hüter, einen von der schmerzlichsten Verwundung zu drei Vierteln gelähmten König, als erster die Frage stellt: "Welches Leiden quält dich?" Die Fülle der Nächstenliebe besteht einfach in der Fähigkeit, den Nächsten fragen zu können: "Welches Leiden quält dich?" Sie besteht in dem Bewusstsein, dass der Unglückliche existiert, nicht als Einzelteil einer Serie, nicht als ein Exemplar der sozialen Kategorie, welche die Aufschrift "Unglückliche" trägt, sondern als Mensch, der völlig unseresgleichen ist und dem das Unglück eines Tages einen unnachahmbaren Stempel aufgeprägt hat. Hierzu genügt es - aber das ist zugleich auch unerlässlich -, dass man versteht, einen besonderen Blick auf ihn zu richten. Dieser Blick ist vor allem ein aufmerksamer Blick, wobei die Seele sich jedes eigenen Inhalts entleert, um das Wesen, das sie betrachtet, so wie es ist, in seiner ganzen Wahrheit, in sich aufzunehmen. Eines solchen Blickes ist nur fähig, wer der Aufmerksamkeit fähig ist.⁴⁶

Traktate, Briefe, Aufzeichnungen. Hrsg. v. Friedhelm Kemp. Walter Verlag Olten ¹1976. Deutscher Taschenbuch Verlag 1990, S. 33-34

⁴⁶ Simone Weil, **Die Gottesliebe und das Unglück (1941-42)**. In: **op. cit.**, S. 52-53