

Konrad Pfaff

Einweisung des Anfängers
zum Weg ins Menschliche

Der schöne, schwere Weg des Ausdrucksfindens und die falschen Schritte an den gefährlichen Wegkehren - und wie es so oft dazu kommt, dass er sich von eigener Sprache, eigenem Ausdruck, eigener Selbsthilfe trennen lässt und für den Rest seines Lebens amputiert wird.

Wie solltest du deine Konflikte, Störungen, Probleme lösen, als dass du einmal wagst, mit dir allein zu sein?

Wie kannst du deine Schwächen, Vergiftungen, Wucherungen angehen, wenn du nicht dem Ratschlag folgst, zu wagen mit dir selbst allein zu sein.

Denn du bist nicht allein, denn du hast deine Sprachen, Formen, Bilder und Träume.

Sie werden dir helfen, selbst mit dir fertig zu werden ohne Scham und Reue, ohne Unterwerfung und Angst, ohne, dass du dich verkaufen musst. Das ist ein Versprechen: Auf diesem abenteuerlichen Weg kannst du nur gewinnen, nicht immer Sicherheit, doch Mut und Siegerbewusstsein, sogar in schwersten Situationen.

Wann bist du schon mal mit dir alleine? Wann sagst du Ich-Selbst zu dir?

Nur, wenn du mit dir zu reden beginnst, nur, wenn du dich begrüßt und dich dir offenbarst, mit Geheimnissen und Klarheiten.

Wann bist du mit dir allein, um mit dir ins Reine zu kommen? Nur, wenn du dich dir mitteilst, wenn du dich teilnehmen lässt an all den Vorgängen im Bewusstsein.

Dafür brauchst du Sprachen, Mitteilungen, Informationen, Wünsche und Erlebnisse erzählst du dir.

Wenn du allein mit dir bist und gib dir die Chance, sage etwas Gutes, male ein schönes Bild, singe ein Lied, forme eine Figur, schreie, brülle, klage an, wüte zornig. Alles ist gut, wenn du mit dir allein bist.

Fürchte dich nicht, alleine zu sein!

Bist du verlassen, vergessen, verkommen gelassen, dann hilft dir dein Bewusstsein, der Strom, der da fließt und der entdeckt werden kann.

Da entdeckst du eine Innenwelt, einen richtigen Zirkus von Spielen, Balancen, Clownereien, einen ganzen Zoo mit Affen, Löwen und Füchsen.

Es wird eine Abenteuerreise und du wirst sprechen lernen, dich ausdrücken und erfreuen an solchem Schaubernack mit Himmelsklängen. Derlei ist nicht nur für Dichter, Künstler, Schauspieler, Sänger, Komponisten, Tänzer ausgedacht, denn ein Gott gab nicht nur dem Dichter zu sagen, was er leidet, ersehnt und ihm glückt - sondern uns allen, uns allen ist diese Heilgabe geschenkt - ohne dass wir ein großes Werk oder Stück abliefern müssen!

Stell dich ins Offene und Weite mit deinem Bild und Wort! Schäme dich nie deines Ausdrucks, schäme dich nie deiner Offenbarung. Die Scham in Ausdruck und Aussage hat man dich nur gelehrt, damit du Angst hast und zu Kreuze kriechst.

Deine Scham, die dich verschließt, die dir Ehrlichkeit und Wahrhaftigkeit verbietet, vergiftet dich schlimm bis in den Tod.

Ein Gott und alle Götter haben sich dem Menschen nur offenbart, als Vorbild und Anreiz zur Nachfolge, sich auch zu offenbaren:

Also offenbare dich und du wirst erlöst und durch dich selbst geheilt!

Du darfst dir in deinem Lernen von Sprache und Ausdruck Hilfe holen in der Poesie der Welt, in dem Pathos des Mythos, in der Sensibilität der Verbundenheits-Mystik. Suche dir Hilfe in der authentischen Form selbstnaher Gefühle und Gedanken. Es gibt Schriften, die dein Erbe sind und die dir gehören in dem Prozess, deine Sprache zu finden. Es gibt Bilder, Bücher, Figuren, Klänge und Rhythmen die gebraucht, genützt werden wollen, nur für

deine Existenz, für dein Innewerden. Du darfst deine Intuition, dein Fühlen, Denken und Phantasieren immer neu auffrischen durch herrliches Erbe, durch wunderbare Neuheiten - genieße sie, gewinne deinen eigenen Ausdruck.

Bei der Suche nach eigenem authentischen Ausdruck deiner Gefühle und einer möglichst eigenen Sprache, vergiss auf dem Weg nicht von den großen Überlieferungen und den Meistern der Gegenwart zu lernen.

Vergiss nicht, dir manches zu entleihen an Bild, Wort, Klang und Gang und dir auszusondern aus dem großen Reichtum der Zeichen und Formen was dir passt und wessen Passform du in deinem Gefühlszustand brauchst. Hole dir einen Satz, einen Vers, einen Aphorismus, ein Mantra, eine Erzählphase und einverleibe sie dir. Einverleibe dir die Schönheiten, die auf dich gerade im Ausdruck zutreffen, und versuche sie zu ergänzen, zu paraphrasieren, weiter zu denken. Du bist nicht allein auf dem Weg zum Ausdruck, viele waren und sind unterwegs, du hast gute Hilfe und Helfer.

Mit Seufzern, Stöhnen, schwerem Atmen, Stoßgebeten, Anrufungen, Alltagsgestammel, heiligen Lauten sollten wir nicht zu streng umgehen. Sie sind nicht nur Ausdrucksformen der Erleichterung, der Sehnsucht und des Überlebenswillens, sondern auch soziale Bitten, Flehen um des Anderen Teilhabe. Oft werden sie zur Gewohnheit, erstarren, verkalken, verdorren zu Grimassen, die man leichthin abzuwehren beginnt. Oft halten sie sich im Bewusstsein und in der Sprache des Betroffenen als letztes Zeichen des Lebens.

„Was ohne Kraftanstrengung Himmel und Erde bewegt, in den unsichtbaren Dämonen und Göttern Mitleid erregt, die Beziehung zwischen Mann und Frau noch zärtlicher macht und die Herzen der wilden Krieger zur Sanftmut stimmt, das ist das Gedicht.“

*Kino Tsurayuki (882-945) Dichter, Schriftsteller, Kompilator
und Kalligraph*

„Gedicht“ steht als abkürzende Zusammenfassung für jede Sprache, jeden Ausdruck, jede Bewegung aus Gefühl, jede sprachlich formulierte geistige Beweglichkeit, die einigermaßen authentisch ist, d.h. der eigenen, selbstnahen Sprache Form wird.

Das ist die nicht überbewertbare Entdeckung der „poiesis“ als sozial-anthropologische Wesensbestimmung des Menschen, die seine schöpferische, selbstbefreiende Kraft bezeichnet.

Es ist oft das Schwätzen, das uns nicht reden lässt. Es ist oft das dumpfe Schweigen, das uns nicht still sein lässt.

Es ist die Talkshow, die uns nicht erzählen lässt, der Schlager, der uns nicht singen lässt. Und es sind oft die vielen Infos, die uns nicht denken und einfühlen lassen.

Und du nimmst Millionen Bits auf, um nicht selber einen Text schreiben zu müssen.

Die ganze spießige Öffentlichkeit in Medien, Pinten, Sportplätzen hindern dich, wahre Gefühle zu haben. Und die Heuchelei der Bildungsinstitutionen und der hohen Kulturangebote verletzt dein wahrhaftiges Fühlen.

Wir wurden lange und oft noch heute zu einer verbogenen Wahlanständigkeit erzogen, die in erster Linie darin bestand, uns selber zu bezweifeln und zu verneinen, denn das Ziel war die soziale Unauffälligkeit und das Nicht-Stören der Verhältnisse.

Scham und Heuchelei waren die tragenden Säulen dieser Sozialisation. Heraus kam das angepasste, in sich gekehrte Wesen. Sich zu äußern in dem sozialen Kontext von Familie bis Staat war unerwünscht. Gefühle konnte man nicht ganz verbieten, aber deren Ausdrucksverhalten schon. Nur solche Ausdrucksformen, die der Obrigkeit nützlich waren, wurden gezüchtet: Pflichtbewusst-

sein, Opferbereitschaft, Unterwerfungssicherheit und immer wieder das „Zu-Kreuzkriechen“. Alle anderen Gefühle wurden tabuisiert und sehr ungern toleriert. Die Schwächung des menschlichen Individuums war erstes Ziel, und das wurde über die Regulation seines Gefühls und Ausdrucksverhalten erreicht. Gedanken und Wille passten sich dem an.

Wenn du dich nicht einbringst in deine Umwelt und Umgebung, in eine „kleine Öffentlichkeit“ außerhalb der Medien-Macht-Öffentlichkeit, dann lebst du nicht deine Verbundenheit, hilfst du deiner kleinen Umgebung nicht auf.

Schreie öffentlich, wüte öffentlich, trauere öffentlich, gib deine Liebe öffentlich kund, veröffentliche dein Glück, dein Unglück. Schäme dich deiner Gefühle nicht, sei leise, sei laut, verbirg deine Klage nicht, sage deine Anklage laut - offen, öffentlich - in kleiner oder großer Umwelt. Störe die kalte Gleichgültigkeit durch Gefühle, verachte die böse Gefühllosigkeit, wüte gegen Hass und Versäumnis. Nenne den Mord Mord, den Totschlag Totschlag, das Verhungern und Verdursten beim Namen wider alle Rechtfertigungen, Entschuldigungen und Moral.

Es ist keine neue Information, dass die Öffentlichkeit der Gesellschaft von Medien der Macht, des Reichtums und des Erfolges besetzt wird und die Sprachen des ausdrucksstarken Menschen nur in kleinen Räumen zu hören sind. Da Macht und Medien politische Mittel zum Zwecke der Herrschaft sind, sind Sprache und Ausdruck meist diesem Kriterium unterworfen. Diese jedoch verfälscht alle Ausdrucksformen, Sprachen und Gefühle. Eine lärmende, falsche, unehrliche Welt empfangen in meinem Inneren und werde verfälscht, verdreht; verkommen in unechten Gefühlen, versinke im Morast unehrlicher Ausdrücke. Es beginnt ein höllischer Lärm, mich

im Inneren zu vergiften. Ich kenne mich nicht mehr aus, denn ich bin gar nicht mehr im Spiel.

Wo bleiben die Kräfte und Friedensanstöße all der zigtausend Dichter, Künstler, Musiker, Tänzer, Schauspieler in jeder Kultur der Erde, wo bleibt die Wirkung dieser geballten Ausdrucks- und Sprachkraft? Sie genügt nicht, Gesellschaft und Welt auch nur um Weniges zu ändern. War das von Anfang an so gedacht? Ist die ungeheure, zerstörerische und mörderische Energie des Menschen so um ein Unendliches mehr und stärker? So lange Sprach- und Ausdruckskraft sich bei den berufenen Berufen nur erhält und geduldet wird, genügt die Gegenkraft nimmermehr. Wird jedoch Wort, Geste, Tanz und Klang, Bild und Maske allen Menschen überantwortet als das beste Heilmittel, als bestes Schlangenhäutungsmittel, als Werkzeug und Waffe dann, dann.

Sprachen gibt es, die klirrende Waffen für Ruhm, Mord und Totschlag sind. Ausdrucksformen gibt es, die aufreizende Symbole der Zerstörung und Vernichtung sind. Sprachen gibt es, die dich nur täuschen wollen: werben und gewinnen, unterwerfen und gefügig machen. Formen und Zeichen gibt es, die dich krank machen in Fanatismus und Dogmatismus.

Worte gibt es, die dir alle Sicherheit und Zukunft versprechen, wenn du dich nicht verkaufst.

Und es gibt Worte, Formen, Klänge, Gesten und Schauspiele, die dich nur stärken, erfreuen, ermutigen wollen, selber zu sein. Lerne also fleißig zu unterscheiden.

Geschlagene nur Verlierer, nur Erleider, nur getroffen vom sinnenleerten Schicksal spüren nun das Leid und Elend der Welt genauer und tiefer. Erschreckt vom eigenen Weh ist kein Weh mehr gleichgültig. Sieger, Erfolgreiche, Versicherte werden unsensibel, es sei denn, es trifft sie der Misserfolg, die Verluste und das Ungesicherte

in einem Teil ihres Lebens. Sie werden sensibel und suchen sich Sprachen der Teilhabe.

Hast du deine Sprache, deinen eigenen Ausdruck, deine Selbsthilfe, deine Fähigkeit der Selbstheilung vergessen, weil die Gesellschaft dich für fast alles versorgt mit ihrer Professionalisierung. Jedes Helfen wird zum Beruf: das Lehren, die Sorge, die Pflege, Hege, Begleitung. Alles hat seinen Beruf, sachlich rational, methodisch gut aufgebaut. Gerätst du in Krankheit, in Behinderungen, Armut, Hilflosigkeit, Depressionen, Schwermut, Hysterie, Angst - für alles kommt ein Beruf auf. Du bist im Zustand von Demenz, allein bist du nicht, ein Beruf steht dir bei.

Haben uns irgendwann im Laufe menschlicher Evolution, Vor-, Früh- und Weltgeschichte, die Priester, Schamanen, Meister, Künstler, Sänger, Dichter und Tänzer in diesen ureigenen Kompetenzen depossediert?

Geschah uns nicht nur Hilfe und Heilung, Ordnung und Lebensbewältigung durch sie, die sicher begabter, kraftvoller, talentierter, genialer waren als wir, sondern auch eine fortschreitende Amputation unsere Ausdruckskräfte der Seele?

So war's und der Differenzierungs-, Arbeitsteilungs- und Professionalisierungsprozess wurde nicht nur technologisch und wirtschaftlich, politisch, sondern eben auch in den ursprünglicheren Schichten der geistigen Ausdrucksbeweglichkeit vollzogen.

Seit zwei-, dreihundert Jahren arbeitet die Zivilgesellschaft immer neue wichtige und gute Berufe aus, differenziert sie, entwickelt sie, stattet sie rational-methodensicher aus. Das hilft vielen auf, nicht nur Kranken, Behinderten, Hilflosen, auch Lernwilligen, Wachsenden und Suchenden. Doch Helfen ist stets - ob man mag und will - auch ein Stück Herrschen. Für den Hilflosen ist das ein Angewiesensein. Das Helfen macht ihm Hilflosig-

keit bewusst. Das Bilden, Dichten, Komponieren macht dem Ausdruckshilflosen, dem Ausdrucksarmen noch einmal recht seine Schwäche bewusst, seine krankhaft bittere Behinderung in der Sprache.

Dieser Widerstreit zwischen sachlicher Hilfe - distanziert und methodisch - und der Fähigkeit sich selbst einen Weg lang zu helfen - ist unaufhebbar. Die Rationalität der westlichen Zivilisation geht diesen Weg unbeirrbar, da er technologisch und wirtschaftlich bislang ein Siegeslauf war. Er ist kaum zu stoppen, kaum umkehrbar, nur hie und da korrigierbar. Doch der Herrschaftszwang der Ratio in seiner Technifizierbarkeit und im Triumph des angewandten Geistes erweist sich allzu oft als Zerstörungs-, wenn nicht als Selbstzerstörungszwang! Wenn die Herrschaft über Natur, Energie, Kosmos und Klima zum Größenwahn der Omnipotenz im Machtdrang des Reichtums wird, der nicht mehr genossen werden kann, dann dann ...

Von der Sicht des Professionellen gibt es nur eine Frage, die nach dem „Sachlich-Richtigen“. Sie ist zuerst eine nach einer sprachlichen Analyse, doch kommt schnell die nach der sachlich richtigen Methode hinzu und dann nach der sachlich richtigen Didaktik, d. h. Vermittlung. Das „sachlich Richtige“ ist definiert durch die Ratio der Wissenschaft. Das mag oft willkürlich erscheinen, doch sie hat die Legitimation des Herrschenden. Wo Wissen ein Stück Welt okkupiert, ist die Vorarbeit für eine extensive Professionalisierung getan. Und kein Stück Welt, weder die Quarks noch die Trauer, der Witz nicht die Halbleiter nicht, weder das Gehirn noch der After der Tiere und des Menschen, weder die Gletscher noch die Tundra entziehen sich dem angestammten Herrschaftsbereich der Wissenschaft. Sie hat die Machtrolle der Religion geerbt. Sie hat alle Legitimationskräfte als Monopol in der Gesellschaft gewonnen. In ihrem Gefolge geschieht und läuft die Professionalisierung ab.

Vom Gesichtspunkt des Betroffenen, sei es der Konsument, Nutznießer, Patient, Klient, Delinquent, der Hilflose, Bedürftige, Kranke oder Behinderte, sieht es anders aus. Zuerst ist er einmal im Sog der einzigen Hoffnung spendenden Legitimationskraft. Wenn einer helfen kann, dann der wissenschaftliche Profi, der Aus- und Weitergebildete, der aktuell das Sachlich-Richtige mit Vollmacht vertritt. Er ist der Gott, der helfen, retten kann. Skepsis mischt sich hinein, Ungeduld und Unruhe. Doch das hindert das Objekt nie und nimmer an der Auslieferung. Erst als es den Pluralismus widerstreitender Forschung und Methoden erfährt, wird ihm seine Rolle bewusst. Erst als es wählen, entscheiden darf, wird ihm die gottgewollte Herrschaft von Wissenschaft und Profi obskur.

Von einem möglichen gesellschaftlichen Entwicklungsweg außerhalb des Monopols der Wissenschaft können wir hier absehen. Die Frage nach einem alternativen, antirationalen Weg stellen wir auch nicht. Die Frage nach dem Mischungsverhältnis der Erkenntniswege, der Erfahrungs- und Erlebensgewinne darf man stellen. Da ist die Frage nach den definierten Grenzen der Wissenschaft gegenwärtig. Im historischen Prozess lässt sich Um- und Neudefinition vornehmen. Wissenschaft selber ist in Bewegung und das Sachlich-Richtige erscheint öfter als unrichtig, und damit ist ein fortschreitender Erkenntniszuwachs möglich. Wissenschaft ist nicht nur ein veränderlich vergängliches Kulturstück, sondern ihr Wahrheitszuwachs ist durch ihre Relativität in allen Bereichen und Methoden festgemacht.

So wie alle Ergebnisse der Wissenschaft relativ sind und oft nicht als solche gehandhabt werden, so sind alle Handlungen der Professionellen relativ, d. h. immer bezogen auf - also relational und stets wandelbar und nie

fixiert. Das ist oft nur ein Ideal von Professionellem. Denn Talent, Begabung, Können und Kompetenz werden in der Gesellschaft gebündelt, bezahlt im Professionellen Markt. Bald gibt es kein nutz- und zweckvolles Tun, das nicht sachlich perfektioniert zum Professionellen wird. Die Effizienz der Gesellschaft, des Systems aller Bereiche wird immer mehr verstärkt. Es kommt dem Konsumenten, Informierten, Käufer, Kranken, Hilflosen zugute. Er wird sachlich behandelt, wird ein Objekt rational bestens ausgeklügelter Methoden. Sicher, es kommt ihm zugute. Sicher hat er die bessere Chance zur Lebensqualität. So weit so gut. Es gibt noch einen anderen Aspekt; der aber flößt uns Angst ein. Es ist ein Aspekt einer Verkümmern, eine Art Abwarten der Passivität bei allen, die auf der Seite der Kunden, Kranken und Hilflosen stehen.

Es ist eine Art Amputation, die bei all dem rationalperfekten Professionalisierungsprozess vor sich geht. Eine tragische Dialektik zeigt sich in allem Erfinden, Anwenden, Werben, Verkaufen, wie im Heilen, Helfen, Pflegen. Je mehr der Klient und Konsument davon erfährt, umso unfähiger wird er oft, sich zu helfen, wird unfähig all die Kompetenzen, die der gut meinende Profi hat, bei sich zu entdecken. Es muss nicht so sein, es ist allzu oft so. Wenn im methodisch sachlichen Professionalisierungsprozess diese Tragik gesehen wird, wenn die Amputationsvorgänge erfasst werden, kann diese ungeheure Nebenwirkung einbezogen werden in die vernünftige Überlegung als Teil der Profi-Ausbildung jeder Art. Ja, bald ist die Erfahrung da, dass dies eine neue Verantwortung für Ingenieur, Architekt, Biochemiker oder Astrophysiker wird. Die Wissenschaft, als die Vorläuferin aller Professionalisierung selber reines Profitum, wird diesen Auffangversuch aller harter Betroffenheit des Menschen bedenken. Dies unterblieb zu lange schon.

Die Ansammlungen des Sachlich-Richtigen, die Monopolstellung der eingeeengten Ratio hat uns in der weltführenden Zivilisation das Gefühl der Verbundenheit und Verwandtschaft mit allem Leben, mit dem All materiellen Seins, das Gemeinsame aller Menschen in der Teilhabe, die Solidarität mit allen Gattungen auf der Erde und das Gefühl der Selbigkeit in allen Wesen genommen, gestohlen und entfremdet. So spüren wir uns unverknüpft und unverbunden, unumfasst. Wir sind auf dies eigenartig böse isolierende Gefühl noch stolz, weil wir damit unsere Einzigartigkeit dümmlich verblendet betonen und die Verwandtschaft mit dem Individualisierungsprozess in der Evolution und somit die Verwandtschaft aller Einzigartigen leugnen.

Was wir brauchen, ist ein Lebensgefühl der allerweitesten Verbundenheit und Verwandtschaft mit allem Leben und Sein. Wir dürfen schleunigst Abschied nehmen von dem „Hersein“ über Natur, Kosmos, Mikrokosmos und allem pflanzlichen, tierischen und menschlichen Leben. Das „Hersein“ führt nicht nur in Ausplünderung, Zerstörung und Vernichtung, sondern bewirkt die Selbstzerstörung der Menschheit. Noch ist Korrektur möglich. Das Sachlich-Richtige für die Erhaltung des Lebens auf dieser Erde ist die Realisierung der Solidarität mit allem. Das beinhaltet jedoch eine neue vernünftige Betrachtung der Auswirkungen und Folgeerscheinungen von Wissenschaft und Technologie. Das Zeitalter des angewandten Geistes haben wir bei aller sachlichen Professionalität noch nicht mit Herz und Beseeltheit im Begriff.

Die Sehnsucht des Menschen nach Einheit und dem Ganzen des Lebens ist in seiner Geschichte nie ausgelöscht worden. Sie war der umfassende Liebesdrang der Weltkraft: Eros. Doch diese mythisch-poetische Sehnsucht, tief in den Seelen verankert, brachte in der Härte der Macht- und Tötungsweltgeschichte zuerst nur Kollekt-

tivismustraumata, Autoritätswahn und Massenverführungsschrecknisse. Konkretisiert ergaben sich aus einer tief gefühlten Sehnsucht dumpfer Art Solidaritätsgefühle schrecklicher Art, weil sie des Bösen, des Feindes bedurften und dies zu nutzen gedachten: weltgeschichtliche Tragödien am laufenden Band.

Eine mystische Sehnsucht nach Einheit und Ganzheit macht sich auf den Weg - im Westen jedenfalls - und gebiert Zentralismus, Dogmatismus, Rechthaberei und Machtbosheit. Sehnsucht ungeklärter Art, gebiert alle Formen des Ethnozentrismus, Nationalismus, Rassismus, Fundamentalismus.

Schnell ist diese Art unaufgeklärter Sehnsucht ohne Korrektur der Vernunft die Geburtsstätte aller politischen böartigen Irrwege in den politischen Wirrnissen und sozialen Ungerechtigkeiten des 19. und 20. Jahrhunderts. So erleben wir eine Menge von sogenannten Ismen als teuflische Irrwege. Die Sehnsucht dahinter ist kaum noch zu erkennen. Mitten im Kapitalismus, Kolonialismus, Imperialismus aller Mächte ist sie zerstückelt, zertreten und böse missbraucht. Nichts blieb übrig von der Sehnsucht nach Umfassung, nach Teilhabe am Strom des Lebendigen, in der Ehrfurcht und Liebe zu allem Leben. Wo blieb die Teilnahme am Lebensdrang und der Lebenslust aller? Die Verbundenheit mit Menschheit, Natur, Erde, Kosmos - wie sollen, wie können wir sie noch einmal erwerben?

Dafür müsste sich Sehnsucht, élan vital und Künste des Ausdrucks und alle Sprachen der Wissenschaft zusammenschließen. Ist das zu viel verlangt, dass jeder abgedankt von seinem Omnipotenzglauben?

Buddha für dich!

Dies ist der Sinn des Weges des Anfängers auf dem Weg des „Erhabenen“:

„Sich selbst zu finden, um sich selbst verlieren zu können.“
Ergreife erwachend dein Selbst, und übe dann das Loslassen dieses großen Selbst! Erwache ins achtsame Selbstbewusstsein; und lasse es los als einen vergänglichen Traum des Lebens¹

Wenn du gehst, dann geh einfach nur, wenn du isst, dann iss einfach nur, wenn du liest, dann lies einfach, wenn du lachst, dann lache nur, wenn du liebst, dann jedoch verdoppelt sich gemeinsam das Leben und die Liebe, die du gibst, bekommst du Fülle des Lebens und wirst ein Segen. Unser Sein auf dem Prüfstand des Erwachens: nicht nach Zahlen bemessen, nicht nach erfahrenen Zeiten, nicht nach Ansammlung von Wissen, nicht nach träger Unlust bemessen, nicht nach den Versäumnissen, nur nach Intensität des Lebens.

Geh ganz in jeder einzelnen Handlung auf, als wäre sie deine letzte. Und das zweimal achtzig Jahre, oder zehn oder ... einzeln allein – und das zehn, zwanzig, dreißig Mal zwei, geteilt durch zwei, zusammen allein, verlassen, verstorben. Oh, weh, welch Quadratur des Kreises, wenn ich es allein täte, wenn wir es allein täten, doch so im Vertrauen solidarisch mit allen Unglücklichen, mit allen Verfolgten, Gejagten, Ermordeten. Als Segen jedoch vielleicht gelingt es.

„Du denkst, du hast Zeit - da liegt der Haken!“

Weder die Liebesbeziehung noch die spirituelle Verbundenheit, weder die Freude der Gemeinsamkeit, weder Arbeit noch Überlebenskampf darf uns vermitteln: die Zeit verfließen zu lassen in allem Überfluss des Nichtigen.

Eher: „Kaufen wir die Zeit aus“ nutzen sie, „carpe diem“ und füllen sie und fühlen uns ein in sie, vertrauen dem Segen des Lebens, der den Tod in sich trägt. Ich lerne schon lange den Tod zu bedenken, das Sterben zu erfahren, so dass ich tiefer und süßer leben darf.

„Lerne das Empfänglichsein, nicht das Reagieren!“

Und das in Beziehungen o weh, nicht leicht. In Begegnung, nie, nie, gar zu schwer, im Dialog, welche Last reagierender Rechthaberei. Nicht reagieren gleichgültig. Und das „Nicht-Reagieren“, auf die Dauer kein „Reaktionär“ sein, auf Jahrzehnte „Empfangsamkeit“ üben. Reagiere nicht, denn du fällst sofort in eine Falle. Bleib empfänglich für den Anderen und überwinde dich als Reaktionär. Denn ich falle auf jedes dumme, ungeschickte beleidigende Wort herein und es ist gar nicht so gemeint, doch ich reagiere, reagiere ...

„Ganz gleich, wie beschwerlich das Gestern war, stets kannst du im Heute von neuem beginnen.“

Aha, das ist was fürs Alter, doch für jedes Alter, für alle Beziehungen, Liebeslasten, für Kindheitslasten, Einbildungen, für schweres Schicksal, an dem gelitten wird, für Niederlagen, Verluste, Tode gesagt.

Aha, so „ganz gleich wie beschwerlich“ - das ist fast eine objektive von Ferne gesehene Wahrheit, die sich aus der Nähe oder gar im eigenen Tohuwabohu der Seele mir nicht ganz so gleich schwer erscheint. Sein „Eigen“ ist dann oft so schwer im Gestern, dass kein Heute beginnt und er immer neu bei jedem Versuch zurück fällt. Ich lerne sehr schwer und beschwerlich, dass mich weder das Gestern noch das Morgen im Heute behindert. Doch ich lerne das Heute: als Frieden, Liebe, Sinneslust.

„Wenn ihr euch nicht umeinander kümmert, wer wird sich dann um euch kümmern?“

Na also, das gilt nun wahrlich für uns, für uns, für euch ...
und das schon dreißig Jahre lang.

Und wie allen Liebenden müsste doch das Sichumeinanderkümmern leicht fallen und die Zeiten beherrschen und ohne Kummer sei das Sichkümmern. Na, so leicht wieder auch nicht, denn beide sollen, dürfen sich um andere kümmern. Sie können das, weil sie gelernt haben, sich um sich selbst zu kümmern ohne Kummer. So sind sie anderen ein Segen!

Wer schon etwas mehr Vergangenheit hat als du und ich, und das auch noch bei Doppelbuckeln, der soll dies Wort doch schnell befolgen: abstreifen sich häuten verwandeln vergessen erinnern! Und alles Doppelte muss jetzt geteilt werden, denn sonst könnten die 80, 120, 160, 200 Jahre eine Last werden und wir nur zur Last fallen.

Drum würde ein Bund schon mehr zum Segen der Solidarität mit allem Leben helfen, die Jahre zu teilen, das Sehen zu verstärken, das Hören zu doppeln...

„Die Er wachten leben in einem Zustand fortwährenden Staunens.“

Staunen mit Bewunderung gepaart, Lob mit Dank, davon kann es nicht genug geben.

In einer Gefährtschaft lebt jeder davon! Er wach t sein, Aufmerken, Achtsamkeit, Konzentration sind die Elemente der Wirklichkeit eines erwachten Lebens.

Wohlwollendes Tun, Friedfertigkeit - und nicht in jene selbstverständlichen Reaktionen der Gleichgültigkeit und des Wegschauens und der elenden Nörgelei fallen.

Dann lernen wir und staunen über eigene Dummheit, eigene wunderliche Engtäler und überraschende Ängste. Staune dann auch über Schrecken und Verzweiflung! Genau so wie eine Schlange ihre Haut abstreift, müssen wir immer wieder von neuem unsere Vergangenheit abstreifen."

„Urteile nicht hart über dich selbst. Ohne Erbarmen mit uns selbst sind wir außerstande, die Welt zu lieben.“

So sind wir, zuerst jeder mit sich selber barmherzig, tolerant, milde urteilend. Verständnis mit Schwächen und Fehlern, die wir in uns selber entdecken, bringen uns weiter. Wer mit sich selbst gnädig ist, kann mit dem anderen und mit allen anderen gnädig verfahren. Doch, die wir so unsere Vergangenheit auf dem Buckel haben, können nicht so leicht Abschied nehmen von allen Fehlerfixierungen, Meckereien, Tadelungen, kritischen Rundumschlägen, Unzufriedenheiten mit sich selber und per Injektion mit dem anderen und allen anderen.

„Je rückhaltloser wir unsere Energie hingeben, desto mehr strömt sie zu uns zurück.“

Oh Trost wider alle Ängste der Abnutzung, der Verausgabung, der Erschöpfung!

In der Physik und in der Natur mag es nicht so sein, und der dritte thermodynamische Satz sagt es auch nicht, doch bei der Hingabe, im Lager der Liebe, in den Winden des Geistes, in den Stürmen der Begeisterung herrscht der immer neue Dank für den Wiedergewinn von Kraft und Mut, für die Vermehrung durch Ausgabe, für den Reichtum durch Teilung.

„Es gibt nur einen Zeitpunkt, wo es unerlässlich ist zu erwachen. Und der ist jetzt.“

Im Jetzt ist die Herausforderung. Im Jetzt nur gibst du Antwort. Im Jetzt bist du der Anfänger deines Erwachens. Erwachen zu sich selbst muss Anfang und Dauererfolg sein.

Oft jammert es uns, sehen wir wie der eine, dann beide und viele, viele sich davor drücken, fliehen möchten, dann wieder in Wut geraten über Versäumnisse, die Wand hochklettern möchten, aufgeben, Schuld geben, verlassen, anklagen. Erwachen ist eine Quallust, geteilt

durch zwei verdoppelt sie sich, geteilt durch sieben ver-
siebenfacht sie sich.

*„Vergangene Liebe ist bloße Erinnerung. Künftige Liebe
ist ein Hirngespinnst. Nur im Hier und Jetzt können wir wirk-
lich lieben.“*

So ein unverschämt einfordernder Spruch für zwei alte
Menschen, für junge auch, für zwei mit Vergangenheit -
belastet - und mit nicht viel Zukunft. Zwischen Erinnerung
und Hirngespinnst das tägliche Erwachen der Liebe und
tägliche Einschlafen. Welch Spannung, welch Unruhe im
offenen Herzen, das nie sicher vor vergoldeten Erinne-
rungen und Illusionen ist. In jedem Alter gilt, nicht den
idyllisch-romantischen Erinnerungen nachzujagen und
sich einlullen zu lassen von Erwartungen des Übermorn-
gens.

*„Selbst Verlust und Verrat können uns Erwachen brin-
gen.“*

So so, nun denn, wachsend wach auch in den Miseren,
Schicksalsschlägen, in Niederlagen durch Verrat, Verlust,
Flucht und Tod.

Nun denn, auch daraus entsteht nicht einfach Störung
und Konflikt, sondern Erwachen, Aufmerksamkeit, lie-
bende Verbundenheit. Alles, was wirklich gelebt, durch-
gestanden, erlitten, erglaubt wird, bringt dir erliebt den
Zuwachs von Leben!

Und wenn einer gequält erwacht, liebt er das Erwachen
auch des anderen.

*„Das Glück stellt sich ein, wenn dein Werk und deine
Worte für dich und andere von Nutzen sind.“*

Das Glück gemeinsamer, weckender Worte, Sätze, Er-
kenntnisse und Bücher ist ein Glück der Teilhabe, die

weiter ausstrahlt. Es ist das Glück des einsamgemeinsamen Schöpferischen.

Es ist eine Entdeckung gemeinsamer Suche und auch die gemeinsame Niederlage, die gemeinsame Qual und Enttäuschung ist noch Glück und dir von Nutzen und anderen auch!

„Wir sind nicht unabhängige Einzelne, sondern voneinander abhängige Viele.“

Wechselseitige Abhängigkeit bejahen ist eine Vorbedingung des erwachenden Wachsens. Unabhängigkeit ziemt uns nur im kargen Rahmen, der uns gesetzt ist.

Ich spüre mich vom Du abhängig und das Du vom Ich spürt sich gestärkt und beide erfahren Ergänzenbarkeit und Komplementarität. Eine kleine „immer neue und weitere Ergänzung zum gänzlichen Sein finden wir im Wir.

Es gibt so viele Abhängigkeiten, so viel fremdbestimmte schlechte Abhängigkeit, so viel Versklavung durch Abhängigkeit - so müssen wir uns glücklich schätzen, in der wechselseitigen Abhängigkeit eines Bundes von Gleichen verbunden zu sein!

„Das Leben ist so schwer - wie könnten wir da anders sein als wohlgesinnt?“

So wie zwei sich wohlwollen, wohlgesonnen sind und sich zusammen wohl befinden, so kann doch schweres Dasein im Schicksalsrahmen die Teilhabe nur anfeuern und aufflammen lassen. Auch das Unglück, das wir erleiden, ist unserem und anderer Erwachen und Wachsein wohlgesonnen.

So darf Liebe leichthin und mitvoll ausstrahlen und Öffentlichkeit erwärmen.

Bedenke jedoch auch, wie viel Bitternis, Leidkrampf dich böse macht, wenn du nicht aufpasst und nur reagierst und nicht empfänglich solidarisch bist!

„Das Zeitlose entdeckt man im Jetzt.“

Das ist für alle Dauer der Jahre die reine Wahrheit: Wir suchen den Himmel nicht im Jenseits, das Ewige nicht im Zeitlichen, das Unendliche in endlichen Aufgaben, das Zeitlose - nicht im Ewigkeitswahn, sondern in diesem Jetzt.

So vergänglich, so sterblich, so klein und gering, unmerkbar verlöschend, so vergeblich Vergänglichkeit.

Darin auf den Augenblick und die Dauer der Momente und alle Wiederholung einholend auf allen Wegen die „Macht und die Herrlichkeit“ zu entdecken.

„Selbst unsere Wut lässt sich mit gütigem Herzen umfassen.“

Das gilt für die eigene Wut und für die Wut des anderen. Bei beiden darf ich die Energie der Wut umwandeln in Teilhabe. Ich teile Wut mit und empfangen deine Wut, ohne dass ich gleich böse reagiere. Ich falle nicht in die Falle der Wut, sondern kann sei sein lassen. Manchmal erschrecke ich vor deiner Wut, dann weiß ich eben, wie stark die Teilnahme meines Gegenübers ist. Wut erschreckt mein Herz als eigene und andere, doch sehe ich sie an, belichte sie und versuche sie zu begütigen, nachdem ich sie sanft gewähren ließ.

„Suche keine Vollkommenheit in einer sich wandelnden Welt. Vervollkomme statt dessen deine Liebe.“

Vollkommenheit ist kein Wort für wirkliche Liebe, reales, waches Leben. Vollkommenheit ist kein Zeichen für den den Weg beschreitenden Menschen.

Vollkommenheit blendet eine sich wandelnde Beziehung zu sehr, ein sich veränderndes Erwachen.

Allein Vervollkommnung: schrittweise ist unsere Sache schon!

Eine halt so relative Vervollkommnung möge uns manchmal beschert werden. Es gibt so viel zu tun, zu lernen, zu lieben und zu kämpfen in der erkannten ver-

heißungsvollen Unvollkommenheit; da geht eben der Weg lang, weit über dieses dümmliche Illusionswort der „Vollkommenheit“ - dieses oft nichtsnutzige Ideal hinaus!

„Großzügigkeit bringt Freude, Aufrichtigkeit bringt Frieden.“

Ja, hänge dein Herz großherzig ins Weite. Großzügig, weitherzig wirst du dich und andere überall erfreuen können. Redlichkeit im Streit, Liebe im Kampf, Freude in der Anstrengung wird den Frieden in dir, in der Beziehung, Arbeit und Konsum festigen. Nur meine Angst hindert mich an der Großzügigkeit. Nur meine Enge vertreibt mich aus der glanzvollen Weite. Nur meine Beschränktheit schaut nach den Sicherungen, die mich nicht großzügig und weitherzig sein lassen. Wie eng wir gerade in der nahen Bindung, in der vertrauten Zweisamkeit sind - das hält eine jede Liebe nur schwer aus: eng, genau, träge, bürokratisch.

„Bist du arm, dann lebe weise.“

Hast du Reichtümer, dann lebe weise.“

Nicht deine Stellung im Leben, sondern dein Herz ist es, das Segnungen bringt.“

Ja, so eine Spruchweisheit ist gut zu lesen, so einfach lächerlich jedoch im Alltagskampf. Na, so leicht lebt sich's weise dann doch nicht.

Armut durch weises Leben Reichtum durch weises Leben. Erlösen, sein lassen, Unbedeutsamkeit verleihen - so einfach ist es nicht.

Ja, ja das Herz ist es, worauf es ankommt, jedoch ein bisschen mehr vom Leben wäre schon ganz gut, ein bisschen mehr Stellung im Dasein, Anerkennung, Erwartungserfüllung erwarten wir neben dem gesegnet, segnenden Herzen doch!

„Glaub nicht blind, was andere sagen - auch dem Buddha nicht. Finde selbst heraus, was Zufriedenheit, Klarheit und Ruhe bringt. Eben dies ist der Pfad, dem du folgen sollst.“

Selbsttherausfinden, Selbstsuchen, Selbsterfahren, Selbstleiden, Schlüsselworte für unseren Weg und gleichzeitig für alles Irren, Quälen, für alle Holzwege. Eitles Rechthaben verdoppelt das in Klage, teile verliebt durch zwei, schon ist der Pfad kürzer, schon fällst du nicht so leicht in alle Fallen, schon fällt es leichter die Geister zu unterscheiden, zu prüfen! Glaub dir auch nicht blind noch deinen Beteuerungen und Rechtfertigungen.

„Gefragt, ob er ein Gott oder ein Mensch sei, erwiderte Buddha „Ich bin erwacht“.“

Zu zweit erwachen, zur Solidarität mit vielen: Jahrelang braucht man dazu Kraft, und es hört auch in der Verdoppelung der Kräfte und der Achtsamkeit und Liebe nicht auf dieses Fanal: Erwachen, erwachen, erwachsen aus dem Nur-Funktionieren, aus dem Nur-Ego. Doch meine „Natürlichkeit“ verachte ich nicht, meine Natur ist doch die Unterlage alles Erwachens des Bewusstseins.

So antworten wir: Ohne Erwachen sind wir weder Gott noch Mensch. Erwacht jedoch beides!

Die alte Tradition überliefert uns vom „Erhabenen“, dass er über zehn Fragen weder nachdenken noch antworten wollte. Diesen zehn höchstbewerteten Fragen seiner Umgebung und der menschheitlichen Kulturen und Religionen gab er keine Antwort, weil es keinen existentiellen Nutzwert gab. Fragen nach Unendlichkeit, Ewigkeit, Himmel und Hölle, Vollkommenheit, Ziel, Erlösung, Auferstehung, Unsterblichkeit, Gott, Göttern, Gefahr der Vertröstung und der Spekulation ohne Nährwert. Er gab keine Antwort, Buddha stellte sich dem Leben und nicht der philosophisch-theologischen Spekulation. Die Erde

war sein Ort und das Ende. Er blieb gerne Anfänger und nahe dem „Nichts“. Für unser Erwachen und Entfalten sind Spekulationen unwichtig, nur die Verbundenheit in Liebe zählt.

„In der Traumhaftigkeit und in der Vergänglichkeit das Wesen des menschlichen Daseins zu erkennen, durch ständig tätiges Bewusstsein das Unfassbare des endgültigen Vergehens fassbar zu machen - darin lag Bashōs Anliegen.

Aus der Einführung von G.S. Dombrady zu Bashō: Auf schmalen Pfaden durchs Hinterland, Mainz 1985 (entstanden 1689) Kyoto 1702 Erstdruck.

„Traumhaftigkeit“ bedeutet den Aspekt des Menschen im Ausdruck, in Phantasie, im Bild und in allen Sprachen seines Seins. Diese Symbol- und Zeichenwelt, diese Seelensignale und Geistbotschaften, diese Körperlinguistik ist der ständige Bewusstseinsstrom, dessen Erleben der Bewältigungsversuch seines Vergehens, Verlöschens ist. Durch den Kosmos aller Sprachen versöhnt er sich mit Leben und Tod. Gebunden sind oft seine Hände zur Tat, doch nicht seine Aussage, sein Auszeichnen und seine Aussprache.

„An manchen Tagen kommen wir uns wie Fremde vor. Wenn unser Herz sich öffnet, werden wir einsehen, dass wir genau hierhergehören.“

Genau wohin?

Genau in die heimliche Heimat? Genau in die nahe Fremde? Genau genommen bleibt einem nur ein Herz, ob es mehr des liebenden Menschen oder das eigene Herz, das sich öffnet, um der stetigen Fremde zu entkommen. Da jedoch das Öffnen des Herzens nicht immer leicht vonstatten geht, ist die Fremde schwer lastend stets gegenwärtig und umfasst eine ganze Welt. Offenen Herzens wachsen uns Flügel!

Zitate sind aus: Jack Kornfield, Buddhas kleines Weisungsbuch, Knauer, München 1994

Einem Maler Ostasiens wird auferlegt, immer wieder das gleiche (wenn nicht sogar dasselbe) Motiv - Kiefer, Bambus oder eine Landschaft zu malen, um sich tiefer hineinzufinden; oder zenbuddhistisch ausgedrückt:

„sich selbst“ zu finden, um dieses „Sichselbst zu verlieren“.
Aus der Einführung von G.S. Dombrady zu Bashō Auf schmalen Pfaden durch s Hinterland, entstanden 1689, Erstdruck: Kyoto 1702, Mainz 1985

Seinen Ausdruck in Malen, Sprache und Musik zu finden - da wird der Prozess des Sichhineinfindens und Hineinfühlens wichtiger als jeder Gegenstand und als jedes Ergebnis. Durch immer geringere Unterscheidungen am Tun finden wir uns immer klarer. Das Wunder des Heilweges besteht im Finden des authentischen Ausdrucks. Sein Loslassen und Verwandeln führt weiter ins unbekanntes Land des Seins: ins Nichts.

Textbearbeitung, Layout: Beatrix Classen