

Nachdenktext zum Winter 2008

Gebrauchsanweisung:

Zettel ausdrucken, klein zusammenfalten und so lange in der Hosentasche herumtragen, bis der Zeitpunkt gekommen ist, ihn in Ruhe lesen zu können. Vielleicht in einem Wartezimmer, zum Einschlafen, auf dem Klo oder in der Straßenbahn ...



Liebe Freunde und Freundinnen!

Klarheit zu finden war für mich immer ein Thema des Winters. Was kann schon klarer sein als die Luft an einem wolkenlos frostigen Morgenhimmel? Der Stillstand im Wachstum gibt uns Zeit, uns zu besinnen. Bis die Säfte wieder so richtig sprießen, sollten wir genau wissen, wohin unsere Reise geht – in diesem Jahr!

Haben wir einmal eine Entscheidung getroffen, wie wir uns im Leben weiter entwickeln wollen, so ist ein sehr wichtiger Schritt in die Zukunft getan. Wie viel Energie aus dieser Entscheidung für uns erwächst, hängt wesentlich davon ab, wie klar unser Entschluss formuliert ist und wie ehrlich wir daran gehen, ihn auch genauso umzusetzen. Zappeln wir mit allen möglichen Varianten hin und her, so war er nicht klar genug umrissen und kann nun auch nicht zielstrebig verfolgt werden. Lassen wir uns durch materielle und andere Versuchungen von unserem Vorhaben abbringen? Ist es uns vielleicht noch nicht klar, in welche Lebenszusammenhänge wir eingewoben sind und verfolgen deshalb nur egozentrische Ziele? Wie ehrlich sind wir zu uns, wie fest steht unsere Integrität?

Einen Sinn kann man dann in dem Handeln eines Menschen erkennen, wenn sich eine Richtung erkennen lässt, in dem, was der Handelnde tut. Wie erlange ich ausreichende Klarheit, um selbst die Richtung meines Weges zu erkennen? – durch „Nachdenken“ oder durch „Fingerspitzengefühl“?

Wo bitte geht's zum Sinn?

Klarheit und Integrität – Gedanken zum Winter 2008

Vorwort:

Von wegen Klarheit! Du Träumer! Zu spät! Ich habe den Zug verpasst! (Alle die mich kennen, können sich jetzt zumindest ein Schmunzeln nicht verkneifen.) Nun sitze ich auf einem Bahnsteig im Mannheimer Hauptbahnhof und kann eine Stunde auf die nächste Verbindung warten. Und das nur, weil ich im Bahnhofscafé 2 Minuten zu spät auf die Uhr geschaut habe. Jetzt verpasse ich den Beginn der Tagung zu der ich unterwegs bin.

Peinlich! Ich rufe die netten Leute an, die mich vom Bahnhof anholen wollen, versichere mich zuvor, dass es auch wirklich keine andere Verbindung gibt, die mich rettet, und erbege mich dann in mein Schicksal.

Gegenüber auf dem Bahnsteig fällt mir eine Gruppe nicht mehr ganz junger Männer in schwarzem Leder-Outfit auf. Der Rücken ist bedruckt mit einem weißen Emblem: Eisernes Kreuz, eine Faust, ein MC für Motorrad-Club? Als ich interessiert hinüberschaue ernte ich einen finsternen Blick, breitbeiniges Auftreten, Hände in die Hüften, Schulter angehoben. „Diesen Leuten solltest Du aus dem Wege gehen“, sagt meine innere Stimme zu mir. Ich wende mich wieder meinen Notizen zu. Doch was sehe ich? Eine alte weißhaarige Dame mit Rollkofferchen streift die Rockerbrüder und spricht sie an. Es scheinen neugierige, kritische Fragen zu sein, die sie da stellt. Eine merkwürdige Bewegung geht durch die eben noch so steife Gang. Ein Gespräch entwickelt sich, zu dessen Abschluss die alte Dame einen der ledernden Männer liebevoll kreisförmig über den Rücken streicht, als wollte sie sich mütterlich für ihr Benehmen bei dem langhaarigen und zwei Köpfe größeren Mann entschuldigen.

Klarheit strahlt die Weißhaarige für mich aus, ohne dass ich ein Wort verstanden habe. Alle gespielte Finsternis ist aus der Gruppe gewichen, weicher sind die Körperhaltungen – ein Stück mehr Integrität?

Ach ja – was ich noch sagen wollte: Meine Verträumtheit bescherte mir eine Stunde Auszeit, einen Zwischenraum, um Menschen wahrzunehmen und um die Grundgedanken zu folgendem Text zu verfassen und mich u. a. mit der Frage zu beschäftigen, ob Klarheit wohl allein durch ein waches Bewusstsein zu erreichen ist, oder ob es dazu auch des Träumens bedarf?

Können wir Klarheit gewinnen, indem wir die Vergangenheit studieren – uns damit beschäftigen, was andere denken oder gedacht haben? Können wir Klarheit gewinnen, indem wir studieren, was heute nach dem „Stand der Dinge“ allgemein als „wahr“ betrachtet wird? Sicherlich sollte ich das alles nicht aus dem Auge lassen, um davon lernen zu können, doch meine Wahrheit finde ich so nicht! Ich kann doch so nicht Klarheit darüber gewinnen, wohin mein Weg mich führt – wohin ich mich entscheide, zu gehen. Warum ich meine eigene Wahrheit habe? Nun ich habe im Leben eigentlich nie jemanden mit der gleichen Wahrheit getroffen. Man bemüht sich, Parallelen zu finden – das beruhigt. Man versucht zu überzeugen – meist vergeblich. Wenn ich das Gefühl hätte, keine eigene Wahrheit zu haben, so würde ich intensiv danach suchen, um Klarheit zu erlangen. Und natürlich hört diese Suche niemals auf, denn je mehr Klarheit ich finde, desto mehr gibt es zu suchen. Und das ist prima!

Wenn ich meinen Weg im Leben bewusst (und nicht ferngesteuert) gehen will, so muss ich selbst urteilen und entscheiden, so muss ich mir selbst klar werden über die entscheidenden Schritte, die ich zu gehen habe. Niemand – kann das für mich tun. Ich muss meine Klarheit in meiner Entscheidung selber (er)finden, wenn ich der Welt meine Fähigkeiten zur Verfügung stellen will. (Sie braucht sie dringend!). Denn meine verborgenen Fähigkeiten entdecke ich nur, wenn ich lerne, (selbst) zu entscheiden. Oft ist es schwer zu unterscheiden, ob wir wirklich den eigenen Weg gefunden haben

oder ob wir vielleicht „nur“ einer alten Prägung folgen, die uns eingepflegt wurde. Wie schön ist es, wenn wir dann immer wieder neu entdecken können, was wir selbst Besonderes leisten können für unser Zusammenleben auf dem uns nährenden Planeten.

Können wir Klarheit gewinnen, indem wir wach und aufmerksam alles verfolgen, was um uns herum geschieht? – indem wir daraus Erkenntnisse ziehen und diese mit Verstand und Logik in unser Weltbild einbauen? Mir ist es sehr wichtig, das zu tun, es hilft mir, mein Leben zu organisieren, Entscheidungen zu treffen, Ziele zu formulieren. Dennoch darf das Verstandesbewusstsein nicht mein ganzes Handeln bestimmen. Es ist sehr zu empfehlen „noch einmal darüber zu schlafen“, bevor wichtige Entscheidungen gefällt werden. Im Schlaf und im Halbwachzustand erreichen uns Botschaften, die (ob bewusst oder nicht) unser Handeln im Wachzustand wesentlich mitbestimmen. Wenn ich dies weiß, so lasse ich es bewusst zu „die Seele baumeln zu lassen“, Tagträume geschehen zu lassen, bevor ich mich in besonderen Angelegenheiten auf eine Verhaltensweise festlege. Oft entscheide ich intuitiv, ohne dafür eine verstandesmäßige Begründung vorstellen zu können. Es ist dies für mich auch nicht belastend, wenn das „gute Gefühl“ zu der Sache stimmt. So kann ich mich gut auf neue Situationen einstellen und es fällt mir leicht unkonventionelle Lösungen zu entwickeln.

Sich mit schon gedachten Gedanken zu beschäftigen ist sinnvoll – zur allgemeinen Orientierung im Leben. Es ist eine Wendung nach rückwärts – in die Vergangenheit. Sich aufmerksam mit der Gegenwart auseinanderzusetzen ist wichtig, um zu erkennen, wo wir gebraucht werden. Wollen wir unsere Gedanken und unsere Intuition einsetzen, um Lösungen für die Zukunft zu entwickeln, dann müssen wir uns nach vorne orientieren. Den eigenen Gedanken, den eigenen Weg, die eigene Idee zu finden, ist existenziell notwendig für das geistige Wesen, das in uns schlummert – um es aufzuwecken, um selbst bewusst zu denken, zu fühlen und zu handeln. Dann kann mir Stückchen für Stückchen klarer werden, wer ich bin, was ich denken will, wie ich handeln will.

Erst wenn ich eine Ahnung davon habe, was für mich richtig ist, kann ich auch echt, kann ich integer sein. Ansonsten spiele ich nur eine Rolle, die mir andere zugewiesen haben. Integrität verleiht mir Kraft, verleiht meinem Tun eine Wirkung, die weiter lebt – auch wenn ich körperlich nicht mehr da bin. Integrität kann sich nur auf dem Boden meiner Klarheit ausdrücken, auch wenn sich diese meine Klarheit noch verändert, noch weiterentwickelt. Klarheit darf subjektiv sein, sonst wäre sie mir fremd, wäre sie mir niemals wirklich zugänglich.

Durch unsere Integrität ermöglichen wir unseren geistigen Helfern, dass sie uns unterstützen können. Woher sollten sie auch sonst wissen, was zu tun ist?

„Schau dir den Himmel an“, sagt jemand zu mir, „wie klar er heute ist!“ Ich schaue den Himmel an und sehe nichts – nichts als Klarheit.

Um Klarheit zu gewinnen brauchen wir Zeiten, in denen wir nicht handeln müssen. Wir brauchen Pausen, wir brauchen Zwischenräume, um zur Ruhe zu kommen, um

wahr-zu-nehmen, um eine kurze Zeit der Stille zu erleben – eine konzentrierte Stille, eine „verträumte“ Stille. Dann – kann es sein, dass unsere rettende Idee landet – auf der Landebahn unserer Stille. Ideen warten auf solche Gelegenheiten!

Wieder schaue ich in den klaren Himmel und denke: „Wie unglaublich endlos ist dieser Raum! Ich kann ihn nicht begreifen! Bin ich mutig genug, den Versuch zu wagen, mir wirklich vorzustellen, was dort oben um uns ist? Nein! Dorthin gelangen nur unsere Träume.“

Wenn ich nicht wüsste, dass dieser Himmel uns zuverlässig das gibt, was wir zum Leben brauchen (z. B. Luft, Wasser, Wärme), ich würde mich unsagbar vor ihm fürchten. Kleine Veränderungen unserer „himmlischen“ Lebensbedingungen würden alles Leben verlöschen lassen. Wie fürsorglich, wie achtsam und liebevoll geht „er“ mit uns um. Und ich stehe hier „unten“ auf der Erde, die nicht minder geheimnisvoll ist, und habe fast keine Ahnung aus welchem Grund.

Aber warum sollte ich – was ich nicht verstehen und begreifen kann – so einfach als selbstverständlich hinnehmen. Warum sollte ich nicht unendlich dankbar sein, für das, was mich leben lässt? Warum sollte ich mich für „vernünftig“ halten, wenn ich diese Tatsachen aus meiner Wahrnehmung ausblenden würde und einfach so tun würde, als bestünde die Welt nur aus dem kleinen Raum, den ich täglich bereise, den ich anfassen und „begreifen“ kann.

So weit mein Vermögen reicht, soll jeder Schritt, den ich gehe, liebevoll und achtsam sein. Er soll mein eigener sein. Dazu habe ich mich entschlossen. Himmel und Erde danken es mir – so denke und erfahre ich!

Jeder meiner Schritte soll liebevoll und achtsam sein – erinnere mich daran! – denn sie berühren den Sinn meines Seins. Jeder meiner Atemzüge soll liebevoll und achtsam sein – auch wenn sie oft schwer sind – denn sie verbinden mich mit dem, was mich hervorgebracht hat.

Nachwort:

Ich schau mir den Himmel an, während ich im Garten stehe und Pferdemit auf das Kürbisbeet schaufele. Das Farbenspiel am Abendhimmel hat mich herausgelockt, denn hier bin ich ihm näher. Die Sonne leuchtet durch mich hindurch, so scheint es mir, und erfüllt mich mit einem unbeschreiblichen Gefühl. Da fällt es mir leicht, einmal die schwere Last des Alltags abzulegen. Schon dafür allein bräuchte ich Dich, Du Sonne, wärst Du nicht sowieso unser aller Lebensquell. Du hilfst mir, mein Angespantsein zu lösen, hilfst mir zu sein wie Luft und Wasser – leicht und ungebunden. Es fließen lassen und doch fest auf der Erde stehen, getragen und geliebt. Morgen – beginnt der Frühling.

*Maat et mit!
Euer*

Herbert Antweiler

www.karamulis.de

Balenbach, den 19. März 2008