

# TEXTE ZUM PERSÖNLICHEN WACHSTUM

## INHALT

Alain, Glück .....	3
Anonym, Afrikanisches Märchen .....	3
Anonym, Der Regenmacher .....	3
Anonym, Geh tiefer! .....	4
Baalschemtow, Die kleine Hand .....	4
Ingeborg Bachmann, An die Sonne .....	5
Gottfried Benn, Reisen .....	5
George Braque, Regel .....	6
Bert Brecht, Weise am Weisen ist die Haltung .....	6
Bert Brecht, Das Wiedersehen .....	6
Bert Brecht, Herr K. fährt Auto .....	6
Bert Brecht, Herr Keuner und die Flut .....	6
Fjedor M. Dostojewski, Die Brüder Karamasow .....	7
Max Ehrmann, Wünschenswertes - Desiderata .....	7
Erich Fried, Die Warner .....	8
Erich Fried, Was es ist .....	8
Erich Fromm, Geburt .....	8
Mahatma Ghandi, Innere Stimme .....	8
Willi Habermann, Miteinander Hände spielen .....	9
Bert Hellinger, Dank am Morgen des Lebens .....	9
Heraklit, Fragmente .....	10
Hermann Hesse, Stufen .....	10
Rabbi Hillel, Wenn nicht jetzt .....	10
Juan Ramon Jiménez, Geh' langsam .....	11
Juan Ramon Jiménez, Nocturno .....	11

Carl Gustav Jung, Befreiung .....	11
Carl Gustav Jung, Numinoses .....	12
Carl Gustav Jung, Projektionen .....	12
Carl Gustav Jung, Schatten .....	12
Carl Gustav Jung, Selbstbesinnung .....	13
Carl Gustav Jung, Zeit des Übergangs .....	13
Kabbala, Gerechte .....	14
Marie Luise Kaschnitz, Was wir noch können .....	14
Sam Keen, Leib .....	14
Kohelet, Alles hat seine Zeit .....	14
James Krüss, Der Garten des Herrn Ming .....	15
Anthony de Mello, Erleuchtung .....	15
Anthony de Mello, Größe .....	15
Anthony de Mello, Manifestation .....	16
Friedrich Nietzsche, Von den drei Verwandlungen .....	16
Friedrich Nietzsche, Von der Nächstenliebe .....	17
Huub Oosterhuis, Leg mein Gesicht frei .....	18
Günter W. Remmert, Lohnende Gespräche .....	18
Rainer Maria Rilke, Es winkt zu Fühlung fast aus allen Dingen .....	19
Rainer Maria Rilke, Kindheit .....	19
Rainer Maria Rilke, Sonette an Orpheus, Erster Teil, IX .....	19
Rainer Maria Rilke, Sonette an Orpheus, Zweiter Teil, XIV .....	20
Nelly Sachs, Einer wird den Ball nehmen .....	20
Aus dem Sanskrit, Gruß an die Morgendämmerung .....	20
Dorothee Sölle, Geben .....	20
Rabbi Sussja, Geh aus deinem Land .....	20
Kurt Schwitters, Plötzlich .....	21
Angelus Silesius, Cherubinischer Wandersmann .....	21
Peter Sloterdijk, Bombenmeditation .....	22
Lao Tse, Tao te king 21 .....	22
Lao Tse, Tao te king 28 .....	23
Lao Tse, Tao te king 30 .....	23
Lao Tse, Tao te king 36 .....	23
Lao Tse, Tao te king 68 .....	23
Rudolf Otto Wiemer, An die Zitterpappel .....	24
Rudolf Otto Wiemer, Chance der Bärenraupe .....	24
Rudolf Otto Wiemer, Wort des Angeklagten .....	24
Strephon Williams, Aphorismen für die Reise .....	25
Strephon Williams, Grundsätzliches und Definitionen .....	25

**Alain, Glück**

Glücklich sein ist schwer; was kein Grund ist, es nicht zu versuchen.

Wer seine ganze Aufmerksamkeit auf eine schwierige Arbeit verwendet, ist vollkommen glücklich.

Glück ist nicht etwa erst eine Frucht des Friedens, sondern bereits der Friede selbst.

Die Dinge warten nur auf einen Blick von Ihnen, um sich Ihrer anzunehmen und Sie zu tragen.

Man müsste lernen, freundlich und gut zu sich zu sein.

Sowohl Mann wie Frau sollten ständig daran denken, dass das schönste Geschenk, das einer dem anderen machen kann, das eigene Glück ist.<sup>1</sup>

**Anonym, Afrikanisches Märchen**

Durch eine Oase ging ein finsterer Mann, Ben Sadok. Er war so gallig in seinem Charakter, dass er nichts Gesundes und Schönes sehen konnte, ohne es zu verderben. Am Rand der Oase stand ein junger Palmbaum im besten Wachstum. Der stach dem finsteren Mann in die Augen. Da nahm er einen schweren Stein und legte ihn der jungen Palme mitten in die Krone. Mit einem bösen Lachen ging er nach dieser Heldentat weiter. Die junge Palme schüttelte sich und bog sich und versuchte, die Last abzuschütteln. Vergebens. So fest saß der Stein in ihrer Krone. Da krallte sich der Baum tiefer in den Boden und stemmte sich gegen die steinerne Last. Er senkte seine Wurzeln so tief, dass sie die verborgene Wasserader der Oase erreichten, und stemmte den Stein so hoch, dass die Krone über jeden Schatten hinausreichte. Wasser aus der Tiefe und Sonnenglut aus der Höhe machten eine königlich Palme aus dem jungen Baum.

Nach Jahren kam Ben Sadok wieder, um sich an dem Krüppelbaum zu freuen, den er verdorben. Er suchte vergebens. Da senkte die stolze Palme ihre Krone, zeigte den Stein und sagte: "Ben Sadok, ich muss dir danken, deine Last hat mich stark gemacht."<sup>2</sup>

**Anonym, Der Regenmacher**

In einem Dorf hatte es lange nicht geregnet. Alle Pflanzen verdorrten, die Erde riss vor Trockenheit und selbst in dem einen tiefen Brunnen dauerte es immer länger, bis sich an seinem Grund eine Pfütze Grundwasser angesammelt hatte, aus der man schöpfen konnte. Die Bauern hatten schon viel versucht, Abhilfe zu schaffen, aber es half alles nichts. Selbst die Gebete und Prozessionen waren vergebens: der Himmel blieb verschlossen. In der großen Not wandte sich der Älteste des Dorfes an einen Regenmacher. Solchermaßen eingeladen, kam er. Er schaute sich kurz im Dorf um, dann bat er um eine Hütte am Dorfrand und um Brot und Wasser für fünf Tage. Als ihm dies gewährt wurde, schickte er die Leute zu ihrer täglichen Arbeit. Nichts Besonderes geschah. Alles im Dorf nahm wieder seinen normalen Lauf. Als die Dorfbewohner gerade begannen, ihren Gast zu vergessen, begann es am vierten Tag zu regnen. Die Menschen streckten ihre Arme und Gesichter zum Himmel und tranken den langersehnten Schauer.

---

<sup>1</sup> **Alain (Emile-Auguste Chartier), Die Pflicht glücklich zu sein.** [Orig.: Propos sur le bonheur. Gallimard Paris <sup>1</sup>1928] Suhrkamp Verlag Frankfurt 1982, S. 224

<sup>2</sup> Längere Fassung von **Pet Partisch** in: **Manfred Eichhorn ua., Wieviele Farben hat die Sehnsucht? Ein Märchenbuch.** Lucy Körner Verlag Fellbach <sup>4</sup>1987, S. 79-84

Völlig durchnässt zogen sie jubelnd vor die Hütte ihres Gastes am Dorfrand. Sie wollten den feiern, dem sie das alles verdankten, und ihn natürlich auch nach dem Geheimnis des Regenmachens fragen.

Zu ihrer Verwunderung erklärte er ihnen jedoch: *"Ich kann gar keinen Regen machen. Als ich in euer Dorf kam, war, das, was mich vor allem berührte, eure äußere und innere Unordnung. Sie war so groß, dass sie drohte, mich selber zu verwirren. So ging ich in meine Hütte und brachte mich zuerst einmal selber in Ordnung. Als ich in Ordnung kam, bemerkte ich, dass auch ihr in Ordnung kamt. Und als ihr in Ordnung kamt, kam auch die Natur in Ordnung. Als die Natur in Ordnung war, hat es geregnet."*

### **Anonym, Geh tiefer!**

Seit Jahren hackte ein Mann Unterholz am Waldrand ab. Er verkaufte es und lebte vom bescheidenen Erlös. Eines Tages kam ein Einsiedler aus dem Wald und der Mann fragte ihn um einen Rat für sein Leben. Der Einsiedler riet ihm: "Geh tiefer!". Der Mann ging daraufhin tiefer in den Wald und fand mächtige und hohe Bäume, die er fällen konnte und als Bauholz verkaufte. Als es ihm besser ging, erinnerte er sich wieder an den Rat des Einsiedlers: "Geh tiefer!". Und so ging er ein zweites Mal tiefer in den Wald. Jetzt fand er unvermutet eine Silbergrube. Durch Versuch und Irrtum lernte er alles Nötige, um sie abzubauen, und wurde so wohlhabend. Eines Tages fiel ihm von neuem der Einsiedler ein: "Geh tiefer!". Und so wagte er es, obwohl er äußerlich schon alles hatte, was er brauchte, noch weiter vorzudringen in das Dunkel des geheimnisvollen Waldes. Bald fand er wunderbare Edelsteine. Er nahm sie in die Hand, freute sich an ihnen und wanderte noch weiter. Mit einem Mal stand er wieder am Waldrand. Da nahm er selbstverständlich seine Axt, hackte das Unterholz ab und verkaufte es an seine Mitmenschen.<sup>3</sup>

### **Baalschemtow, Die kleine Hand**

Durch Rabbi Nachman von Bratzlaw ist uns dieser Spruch seines Urgroßvaters, des Baalschemtow, überliefert: "Die Welt ist voller gewaltiger Lichter und Geheimnisse, und der Mensch verstellt sie sich mit seiner kleinen Hand."<sup>4</sup>

---

<sup>3</sup> Willigis Jäger, **Suche nach dem Sinn des Lebens. Bewusstseinswandel durch den Weg nach innen. Vorträge, Ansprachen, Erfahrungsberichte.** Verlag Via Nova Petersberg <sup>1</sup>1991, S. 51

<sup>4</sup> **Rabbi Israel Ben Elieser**, genannt **Baalschemtow** (Begründer des Chassidismus, 1700-1760). **Martin Buber, Die Erzählungen der Chassidim.** Manesse Verlag Zürich 1949, S. 161

**Ingeborg Bachmann, An die Sonne**

Schöner als der beachtliche Mond und sein geadeltes Licht,  
Schöner als die Sterne, die berühmten Orden der Nacht,  
Viel schöner als der feurige Auftritt eines Kometen  
Und zu weit Schönrem berufen als jedes andre Gestirn,  
weil dein und mein Leben jeden Tag an ihr hängt, ist die Sonne.

Schöne Sonne, die aufgeht, ihr Werk nicht vergessen hat  
Und beendet, am schönsten im Sommer, wenn ein Tag  
An den Küsten verdampft und ohne Kraft gespiegelt die Segel  
Über dein Aug ziehn, bis du müde wirst und das letzte verkürzt.

Ohne die Sonne nimmt auch die Kunst wieder den Schleier,  
Du erscheinst mir nicht mehr, und die See und der Sand,  
Von Schatten gepeitscht, fliehen unter mein Lid.

Schönes Licht, das uns warm hält, bewahrt und wunderbar sorgt,  
Dass ich wieder sehe und dass ich dich wiederseh!

Nichts Schönres unter der Sonne als unter der Sonne zu sein ...

Nichts Schönres als den Stab im Wasser zu sehn und den Vogel oben,  
der seinen Flug überlegt, und unten die Fische im Schwarm,

Gefärbt, geformt, in die Welt gekommen mit einer Sendung von Licht,  
Und den Umkreis zu sehn, das Geviert eines Felds, das Tausendeck meines Lands  
Und das Kleid, das du angetan hast. Und dein Kleid, glockig und blau!

Schönes Blau, in dem die Pfauen spazieren und sich verneigen,  
Blau der Fernen, der Zonen des Glücks mit den Wettern für mein Gefühl,  
Blauer Zufall am Horizont! Und meine begeisterten Augen  
Weiten sich wieder und blinken und brennen sich wund.

Schöne Sonne, der vom Staub noch die größte Bewundrung gebührt,  
Drum werde ich nicht wegen dem Mond und den Sternen und nicht,  
Weil die Nacht mit Kometen prahlt und in mir einen Narren sucht,  
Sondern deinetwegen und bald endlos und wie um nichts sonst  
Klage führen über den unabwendbaren Verlust meiner Augen.<sup>5</sup>

**Gottfried Benn, Reisen**

Meinen Sie Zürich zum Beispiel / sei eine tiefere Stadt,  
/ wo man Wunder und Weihnen / immer als Inhalt hat?

Meinen Sie, aus Habana, / weiß und hibiskusrot,  
/ bräuche ein ewiges Manna / für Ihre Wüstennot?

Bahnhofstraßen und Ruen, / Boulevards, Lidos, Laan -  
/ selbst auf den Fifth Avenuen / fällt Sie die Leere an -

Ach, vergeblich das Fahren! / Spät erst erfahren Sie sich:  
/ bleiben und stille bewahren / das sich umgrenzende Ich.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Ingeborg Bachmann, **Anrufung des großen Bären. (Gedichte)** In: Ingeborg Bachmann, **Werke 1**. Piper Verlag München <sup>1</sup>1978, <sup>2</sup>1982, S. 136-137

<sup>6</sup> Gottfried Benn, **Das Hauptwerk**. 1. Band. Hrsg. v. Marguerite Schlüter. Limes Verlag Wiesbaden &

**George Braque, Regel**

Ich liebe die Regel, welche die Ergriffenheit berichtigt.

Ich liebe die Ergriffenheit, welche die Regel berichtigt.

**Bert Brecht, Weise am Weisen ist die Haltung**

Zu Herrn K. kam ein Philosophieprofessor und erzählte ihm von seiner Weisheit. Nach einer Weile sagte Herr K. zu ihm: "Du sitzt unbequem, du redest unbequem, du denkst unbequem." Der Philosophieprofessor wurde zornig und sagte: "Nicht über mich wollte ich etwas wissen, sondern über den Inhalt dessen, was ich sagte." "Es hat keinen Inhalt", sagte Herr K. "Ich sehe dich täppisch gehen, und es ist kein Ziel, das du, während ich dich gehen sehe, erreichst. Du redest dunkel, und es ist keine Helle, die du während des Redens schaffst. Sehend deine Haltung, interessiert mich dein Ziel nicht."<sup>7</sup>

**Bert Brecht, Das Wiedersehen**

Ein Mann, der Herrn K. lange nicht gesehen hatte, begrüßte ihn mit den Worten: "Sie haben sich gar nicht verändert." "Oh!" sagte Herr K. und erbleichte.

**Bert Brecht, Herr K. fährt Auto**

Herr K. hatte gelernt, Auto zu fahren, fuhr aber zunächst noch nicht sehr gut. "Ich habe erst gelernt, ein Auto zu fahren", entschuldigte er sich. "Man muss aber zweie fahren können, nämlich auch noch das Auto vor dem eigenen. Nur wenn man beobachtet, welches die Fahrverhältnisse für das Auto sind, das vor einem fährt, und seine Hindernisse beurteilt, weiß man, wie man in Bezug auf dieses Auto verfahren muss.

**Bert Brecht, Herr Keuner und die Flut**

Herr Keuner ging durch ein Tal, als er plötzlich bemerkte, dass seine Füße in Wasser gingen. Da erkannte er, dass sein Tal in Wirklichkeit ein Meeresarm war und dass die Zeit der Flut herannahte. Er blieb sofort stehen, um sich nach einem Kahn umzusehen, und solange er auf einen Kahn hoffte, blieb er stehen. Als aber kein Kahn in Sicht kam, gab er diese Hoffnung auf und hoffte, dass das Wasser nicht mehr steigen möchte. Erst als ihm das Wasser bis ans Kinn ging, gab er auch diese Hoffnung auf und schwamm. Er hatte erkannt, dass er selber ein Kahn war.

---

München 1980, S. 327

<sup>7</sup> Bert Brecht, **Geschichten vom Herrn Keuner**. In: Bert Brecht, **Gesammelte Werke in 20 Bänden**. Band 12, Prosa 2. Suhrkamp Verlag Frankfurt <sup>1</sup>1967, Werkausgabe Edition Suhrkamp 1977, S. 375. Nächste Zitate: S. 383, 397, 402

**Fjedor M. Dostojewski, Die Brüder Karamasow**

"Mütterchen, du mein Blutströpfchen", spricht er (er begann damals so freundliche Worte zu reden, völlig unerwartete), "du mein liebes, mein frohes Blutströpfchen, wisse du, dass in Wahrheit jeder vor allen für alle und für alles schuldig ist. Ich weiß nicht, wie ich dir das erklären soll, ich fühle aber, dass dem so ist, bis zur Qual fühle ich es. Und wie haben wir denn damals nur so gelebt, einander gezürnt und gar nichts gewusst?" So pflegte er sich denn auch des Morgens zu erheben: jeden Tag mehr in Rührung, mehr in Freude, und ganz zitternd vor Liebe.

Es kommt, so kam es vor, der Arzt gefahren, ein Greis, ein Deutscher, Doktor Eisenschmidt: "Nun, wie denn, Doktor, werde ich noch ein Täglein auf der Welt leben?" so scherzte er dann wohl mit ihm. "Nicht nur einen Tag, viele Tage werden Sie leben", antwortete dann wohl der Doktor, "und Monate und Jahre werden Sie noch leben!" "Wofür denn Jahre, wofür denn Monate?" rief er dann wohl aus; "was soll man da die Tage zählen, wo doch ein einziger Tag genug ist für den Menschen, um das ganze Glück zu erfahren. Meine Lieben, warum zanken wir denn einander, warum prahlen wir denn einer vor dem andern, und warum können wir nicht die Beleidigungen vergessen, die uns wurden? Lasst uns gleich in den Garten gehen, lasst uns lustwandeln und mutwillig sein, lasst uns einander lieben und loben und küssen und unser Leben segnen!" "Kein Bewohner ist er für diese Welt, Ihr Sohn!" flüsterte der Doktor der Mutter zu ...<sup>8</sup>

**Max Ehrmann, Wünschenswertes - Desiderata**

Gehe gelassen mitten durch Lärm und Hast dieser Zeit und sei dir bewusst, was für ein Frieden in der Stille sein kann. Versuche mit allen Menschen so weit wie möglich gut auszukommen, jedoch ohne dass du dich selbst verrätst. Sage deine Wahrheit ruhig und klar und höre den anderen zu, denn auch die Törichten und Unwissenden haben ihre Rechte. Meide laute und aggressive Menschen; denn sie sind eine Verwirrung für deinen Geist. Schau nicht neidisch auf andere, sonst könntest du eitel und bitter werden; denn es wird immer Menschen geben, die mehr oder weniger sind und haben als du. Freue dich darüber, was du erreicht hast, ebenso über deine Pläne. Bleibe an deiner Entwicklung interessiert, bleibe aber bescheiden. Das Wachstum ist ein wirklicher Besitz in dem wechselnden Glück der Zeit. Sei sorgfältig in deinen Geschäftsangelegenheiten; denn die Welt ist voller Hinterhältigkeit, aber lasse dich dadurch nicht blind machen für Menschen mit Tugenden. Viele Menschen kämpfen für hohe Ideale und überall ist das Leben voller Heldentum. Sei du selbst. Besonders täusche keine Zuneigung vor. Sei auch nicht zynisch über die Liebe; denn angesichts der Trockenheit und Enttäuschung des Lebens ist die Liebe wichtig wie das grüne Gras. Nimm den Rat der Alten freundlich auf und gib dankbar deine Dinge der Jugend weiter. Die gewachsene Kraft des Geistes bewahrt dich, wenn Du plötzlich in Unglück gerätst, aber quäle dich nicht mit Trugbildern. Viele Ängste werden durch Müdigkeit und Einsamkeit geboren. Neben einer guten Disziplin sei gütig mit dir selbst. Du bist ein Kind des Universums, nicht weniger als die Bäume und Sterne. Du hast das Recht, da zu sein. Ob es Dir klar ist oder nicht, das Universum entwickelt sich ohne Zweifel so wie es soll.

---

<sup>8</sup> **F. M. Dostojewski, Die Brüder Karamasow.** Roman. Aus dem Russischen von Karl Nötzel. Erster Band. Frankfurt 1986, (Sechstes Buch: Ein russischer Mönch, II. Aus dem Leben des Staretz Sossima, a) Von dem frühverstorbenen Bruder des Staretz Sossima), S. 495-496

Deshalb lebe in Frieden mit Gott, was immer du denkst oder du dir vorstellst, wer er sei, und was immer deine Bestrebungen auch sind in dem lauten Durcheinander des Lebens. Halte Frieden mit deiner Seele. Bei all der Belastung, dem Kampf und den zerbrochenen Träumen ist es doch eine wunderbare Welt. Sei sorgfältig. Versuche mit aller Kraft, glücklich zu sein.<sup>9</sup>

### **Erich Fried, Die Warner**

Wenn Leute dir sagen: / "Kümmere dich nicht / soviel / um dich selbst" / dann sieh dir / die Leute an / die dir das sagen: / An ihnen kannst du erkennen / wie das ist / wenn einer / sich nicht genug / um sich selbst / gekümmert hat<sup>10</sup>

### **Erich Fried, Was es ist**

Es ist Unsinn / sagt die Vernunft / Es ist was es ist / sagt die Liebe  
Es ist Unglück / sagt die Berechnung / Es ist nichts als Schmerz / sagt die Angst  
Es ist aussichtslos / sagt die Einsicht / Es ist was es ist / sagt die Liebe  
Es ist lächerlich / sagt der Stolz / Es ist leichtsinnig / sagt die Vorsicht  
Es ist unmöglich / sagt die Erfahrung / Es ist was es ist / sagt die Liebe<sup>11</sup>

### **Erich Fromm, Geburt**

Die Geburt ist nicht ein augenblickliches Ereignis, sondern ein dauernder Vorgang. Das Ziel des Lebens ist es, ganz geboren zu werden, und seine Tragödie, dass die meisten von uns sterben, bevor sie ganz geboren sind. Zu leben bedeutet, jede Minute geboren zu werden. Der Tod tritt ein, wenn die Geburt aufhört.<sup>12</sup>

### **Mahatma Ghandi, Innere Stimme**

Der einzige Tyrann, den ich in dieser Welt anerkenne, ist die leise innere Stimme.<sup>13</sup>

---

<sup>9</sup> **Max Ehrmann, Desiderata - Die Lebensregel von Baltimore.** Pattloch Verlag 1998

<sup>10</sup> **Erich Fried, Um Klarheit. Gedichte gegen das Vergessen.** Wagenbach Verlag Berlin 1985, S. 11

<sup>11</sup> **Erich Fried, Es ist was es ist. Liebesgedichte Angstgedichte Zorngedichte.** Wagenbach Verlag Berlin 1983, S. 43

<sup>12</sup> Zitiert als Motto in: **Maxie Wander, Leben wär' eine prima Alternative.** Buchverlag Der Morgen Berlin (DDR) <sup>1</sup>1979, Luchterhand Verlag Darmstadt <sup>1</sup>1980, <sup>21</sup>1985, S. 5

<sup>13</sup> **Mahatma Ghandi, Ausgewählte Texte.** [Orig.: The Words of Ghandi. Newmarket Press New York 1982] Hrsg. v. Richard Attenborough. Goldmann Verlag München <sup>1</sup>1983, <sup>9</sup>1989, S. 23

**Willi Habermann, Miteinander Hände spielen**

Hände finden, / Hände drücken, / fingern, tasten: Kuppen, Ballen, / Hügelrücken fünfgewellt der Hand, / Tellermulde, Schale: so-viel-Täler-rundig, / und der Hände Seiten, Lenden, schön erfreuen, / zärtlich schmeichelnd und umfangend. / Fingerfeine Glätte, Fingerkehlen - / fingersattelweiche Wärme, / Hand umspielen und verlieren. / Tändeln, bündeln, rändeln, brändeln - / händeln / nach dem "Sakrament der Phantasie". / Hände ohne Ende, ihr Beliebende, / spielt ein Einspielspiel für Liebende.<sup>14</sup>

**Bert Hellinger, Dank am Morgen des Lebens<sup>15</sup>**

<p>Liebe Mama / liebe Mutti, ich nehme es von dir, alles, das Ganze, mit allem Drum und Dran, und zum vollen Preis, den es dich gekostet hat und den es mich kostet.</p> <p>Ich mache was daraus, dir zur Freude (und zum Andenken). Es soll nicht umsonst gewesen sein.</p> <p>Ich halte es fest und in Ehren und wenn ich darf, gebe ich es weiter, so wie du.</p> <p>Und ich nehme dich als meine Mutter, und du darfst mich haben als dein Kind.</p> <p>Du bist für mich die Richtige, und ich bin dein richtiges Kind.</p> <p>Du bist die Große, ich der (die) Kleine. Du gibst, ich nehme - liebe Mama.</p> <p>Ich freue mich, dass du den Papa genommen hast. Ihr seid die Richtigen für mich. Nur Ihr!</p>	<p>Lieber Papa / lieber Vati, ich nehme es auch von dir, alles, das Ganze, mit allem Drum und Dran, und zum vollen Preis, den es dich gekostet hat und den es mich kostet.</p> <p>Ich mache was daraus, dir zur Freude (und zum Andenken). Es soll nicht umsonst gewesen sein.</p> <p>Ich halte es fest und in Ehren und wenn ich darf, gebe ich es weiter, so wie du.</p> <p>Und ich nehme dich als meinen Vater, und du darfst mich haben als dein Kind.</p> <p>Du bist für mich der Richtige, und ich bin dein richtiges Kind.</p> <p>Du bist der Große, ich der (die) Kleine. Du gibst, ich nehme - lieber Papa.</p> <p>Ich freue mich, dass du die Mama genommen hast. Ihr seid die Richtigen für mich. Nur Ihr!</p>
--	---

<sup>14</sup> **Willi Habermann, Fisch ohne Netz. Ein schwäbischer Franziskus-Zyklus und andere Gedichte.** Schwabenverlag Ostfildern 1988, S. 66

<sup>15</sup> **Bert Hellinger, Verdichtetes. Sinnsprüche. Kleine Geschichten. Sätze der Kraft.** Carl Auer Systeme Verlag Heidelberg <sup>1</sup>1996. S. 90-91

**Heraklit, Fragmente**

Wir steigen in denselben Fluss und doch nicht in denselben; wir sind es, und wir sind es nicht. (15)

Unsichtbare Harmonie ist stärker als sichtbare. (28)

Kampf ist der Vater von allem, der König von allem; die einen macht er zu Göttern, die andern zu Menschen, die einen zu Sklaven, die andern zu Freien. (29)

Die Sybille, die mit rasendem Munde Ungelachtes und Ungeschminktes und Ungesalbtes kündigt, reicht, vom Gotte erfüllt, mit ihrer Stimme durch tausend Jahre. (38)

Der Herrscher, dem das Orakel in Delphi gehört, verkündet nichts und verbirgt nichts, sondern er deutet nur an. (39)

Eins, das allein weise, will nicht und will doch mit Zeus' Name genannt werden. (42)

Gott ist Tag und Nacht, Winter und Sommer, Krieg und Frieden, Sättigung und Hunger; er wandelt sich aber gerade wie <das Feuer>, das, wenn es mit Räucherwerk vermischt wird, nach dem Duft eines jeden so oder so benannt wird. (45)

Ich erforschte mich selbst. (85)

Der Seele Grenzen kannst du nicht ausfindig machen, wenn du auch alle Wege absuchtest; so tiefgründig ist ihr Wesen. (84)

Die Natur liebt es, sich zu verbergen. (98)<sup>16</sup>

**Hermann Hesse, Stufen**

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend / Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe, / Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend / Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern. / Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe / Bereit zum Abschied sein und Neubeginne, / Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern / In andre, neue Bindungen zu geben. / Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, / Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.

Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten, / An keinem wie an einer Heimat hängen. / Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen, / Es will uns Stuf' um Stufe heben, weiten. / Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise / Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen; / Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise, / Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.

Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde / Uns neuen Räumen jung entgegenenden, / Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ... / Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde.<sup>17</sup>

**Rabbi Hillel, Wenn nicht jetzt**

Wenn *ich* nicht für mich bin, wer ist es dann? / Wenn ich *nur* für mich bin, wer bin ich dann? / Wenn nicht *jetzt*, wann dann?<sup>18</sup>

<sup>16</sup> **Heraklit**, vorsokratischer griechischer Philosoph, lebte 535 - 475 in Ephesos. **Wilhelm Capelle (Hrsg.), Die Vorsokratiker**. Kröner Verlag Stuttgart 1968, S. 126-157. () = Nummer des Fragments

<sup>17</sup> **Hermann Hesse, Gesammelte Werke in 12 Bänden. 1. Band**. Suhrkamp-Taschenbuch 1600. Suhrkamp Verlag Frankfurt 1970, 1987, S. 119

<sup>18</sup> **Rabbi Hillel** (jüdischer Rabbi, Zeitgenosse Jesu von Nazaret) nach **Mischna Aboth I/14** (Babylonischer Talmud, Der Traktat Aboth, Sprüche der Väter)

**Juan Ramon Jiménez, Geh' langsam**

Lauf' nicht, geh' langsam / Du musst nur auf dich zugehen! /  
Geh' langsam, lauf' nicht, /  
denn das Kind deines Ich, das ewig neugeborene / kann dir nicht folgen!<sup>19</sup>

**Juan Ramon Jiménez, Nocturno**

Wohin auch meine Seele / segelt, wandert oder fliegt, alles, alles, / gehört ihr. Welche Stille /  
allenthalben, immer; / jetzt auf dem hohen Bug, / der das dunkle Blau in zwei Silberhälften teilt,  
/ in die Tiefe sinkend oder in den Himmel steigend! Oh, wie gelassen die Seele, / wenn sie -  
gleich einer reinen / und einsamen Königin - / ihr unendliches Reich in Besitz nimmt!

**Carl Gustav Jung, Befreiung**

Das Ziel des Inders ist nicht moralische Vollkommenheit, sondern der Status des Nirdvanda. Er will sich von der Natur befreien und dementsprechend auch in der Meditation in den Zustand der Bildlosigkeit und Leere gelangen. Ich dagegen möchte in der lebendigen Anschauung der Natur und der psychischen Bilder verharren. Ich möchte weder von den Menschen befreit sein, noch von mir, noch von der Natur; denn das alles sind für mich unbeschreibliche Wunder. Die Natur, die Seele und das Leben erscheinen mir wie die entfaltete Gottheit, und was könnte ich mir mehr wünschen? Der höchste Sinn des Seins kann für mich nur darin bestehen, dass es *ist*, und nicht darin, dass es nicht oder nicht mehr ist.

Es gibt für mich keine Befreiung à tout prix [um jeden Preis]. Ich kann von nichts befreit werden, das ich nicht besitze, begangen oder erlebt habe. Wirkliche Befreiung ist nur möglich, wenn ich das getan habe, was ich tun konnte, wenn ich mich völlig hingeeben und völlig Anteil genommen habe. Entziehe ich mich der Anteilnahme, so amputiere ich gewissermaßen den entsprechenden Seelenteil. Es kann natürlich der Fall eintreten, dass mir die Anteilnahme zu schwer fällt, und es gibt gute Gründe dafür, dass ich mich nicht völlig hingeeben kann. Aber dann bin ich zum Bekenntnis des "non possumus"[wir können nicht] gezwungen und zu der Einsicht, dass ich vielleicht etwas Wesentliches unterlassen und eine Aufgabe nicht vollbracht habe. Ein solch eindrückliches Wissen um meine Untauglichkeit ersetzt den Mangel an positiver Tat.

Ein Mensch, der nicht durch die Hölle seiner Leidenschaften gegangen ist, hat sie auch nie überwunden. Sie sind dann im Haus nebendran, und ohne dass er es sich versieht, kann eine Flamme herausschlagen und auf sein eigenes Haus übergreifen. Insofern man zu viel aufgibt, zurück lässt und quasi vergisst, besteht die Möglichkeit und die Gefahr, dass das Aufgegebene und Zurückgelassene mit doppelter Gewalt zurückkommt.<sup>20</sup>

---

<sup>19</sup> **Juan Ramon Jiménez, Herz, stirb oder singe. Gedichte.** detebe-Klassiker 20388. Diogenes Verlag Zürich <sup>1</sup>1958, 1977, S. 67. Weiteres Zitat: S. 47

<sup>20</sup> (Hrsg.:) **Aniela Jaffé, Erinnerungen, Träume, Gedanken von C. G. Jung.** [Originalausgabe: New York 1961] Walter Verlag Olten 1971, Sonderausgabe 1984, S. 280

**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.<sup>21</sup>

**Carl Gustav Jung, Projektionen**

Man blicke auf all die unglaubliche Grausamkeit in unserer so genannten zivilisierten Welt; es stammt alles aus menschlichem Wesen und aus dessen geistigem Zustand! Man schaue auf die teuflischen Mittel der Zerstörung! Sie sind erfunden von vollständig harmlosen Gentlemen, von vernünftigen, angesehenen Bürgern, die all das sind, was wir wünschen. Und wenn die ganze Sache in die Luft fliegt und eine unbeschreibliche Hölle der Zerstörung aufreißt, so scheint niemand dafür verantwortlich gewesen zu sein.

Es geschieht einfach, und doch ist alles von Menschen gemacht. Aber da jedermann blindlings davon überzeugt ist, dass er nichts ist als sein sehr bescheidenes und unwichtiges Bewusstsein, welches ordentlich seine Pflichten erfüllt und einen mäßigen Lebensunterhalt verdient, merkt niemand, dass diese ganze rational organisierte Masse, die man Staat oder Nation nennt, angetrieben wird von einer anscheinend unpersönlichen, unsichtbaren, aber furchtbaren Macht, die von niemandem und nichts aufgehalten werden kann.

Diese schreckliche Macht wird meist erklärt als Furcht vor der benachbarten Nation, von der man annimmt, sie sei von einem böswilligen Teufel besessen. Da niemand fähig ist zu erkennen, wo und wie stark er selbst besessen und unbewusst ist, projiziert man einfach den eigenen Zustand auf den Nachbarn, und so wird es zu einer heiligen Pflicht, die größten Kanonen und das giftigste Gas zu haben. Das Schlimmste dabei ist, dass man ganz recht hat. Alle Nachbarn werden beherrscht von einer unkontrollierten und unkontrollierbaren Angst, genau wie man selbst. In Irrenanstalten ist es eine wohlbekannt Tatsache, dass Patienten, die an Angst leiden, weit gefährlicher sind, als solche, die von Zorn oder Hass getrieben sind.<sup>22</sup>

**Carl Gustav Jung, Schatten** <sup>23</sup>

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", der Seele alles Lebendigen, beginnt, wo ich untrennbar dieses und jenes

---

<sup>21</sup> Carl Gustav Jung, Brief an P. W. Martin vom 28. 08. 1945

<sup>22</sup> Carl Gustav Jung, Psychologie und Religion. In: Carl Gustav Jung, Grundwerk in neun Bänden, hrsg. v. Helmut Barz ua.. Band 4, Walter Verlag Olten 1984, S. 54-55

<sup>23</sup> 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

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.

### **Carl Gustav Jung, Selbstbesinnung**

Alle Lücken, wo wirkliches Wissen fehlt, werden immer noch mit Projektionen ausgefüllt. Wir sind immer noch beinahe sicher, dass wir wissen, was andere Leute denken, oder was ihr wahrer Charakter ist. Wir sind überzeugt, dass gewisse Leute alle jene schlechten Eigenschaften haben, die wir in uns selbst nicht finden, oder dass sie alle jene Laster leben, die natürlich niemals unsere eigenen sein könnten. Wir müssen immer noch äußerst vorsichtig sein, um nicht unseren eigenen Schatten allzu schamlos zu projizieren, und sind immer noch überschwemmt von projizierten Illusionen. Wenn man sich jemanden vorstellt, der tapfer genug ist, diese Projektionen allesamt zurückzuziehen, dann ergibt sich ein Individuum, das sich eines beträchtlichen Schattens bewusst ist. Ein solcher Mensch hat sich neue Probleme und Konflikte aufgeladen. Er ist sich selbst eine ernste Aufgabe geworden, da er jetzt nicht mehr sagen kann, dass die *anderen* dies oder jenes tun, dass *sie* im Fehler sind, und dass man gegen *sie* kämpfen muss. Er lebt in dem Hause der "Selbstbesinnung", der inneren Sammlung. Solch ein Mensch weiß, dass, was immer in der Welt verkehrt ist, auch in ihm selber ist, und wenn er nur lernt, mit seinem eigenen Schatten fertig zu werden, dann hat er etwas Wirkliches für die Welt getan. Es ist ihm dann gelungen, wenigstens einen aller kleinsten Teil der ungelösten riesenhaften Fragen unserer Tage zu beantworten.<sup>24</sup>

### **Carl Gustav Jung, Zeit des Übergangs**<sup>25</sup>

Frage an C. G. Jung: "Welche Empfehlungen würden Sie für diese Zeit des Überganges geben, die sich nun ankündigt und Ihnen auch voller Schwierigkeiten scheint?"

C. G. Jung: "Eine größere Offenheit des Geistes gegenüber dem Unbewussten, eine vermehrte Aufmerksamkeit gegenüber den Träumen, ein klarerer Sinn für die Einheit von Physischem und Psychischem, für ihre Unzertrennbarkeit, ein lebendigerer größerer Durst nach Selbsterkenntnis. ... Wesentlich ist, dass man existiert, und das ist seltener als man glaubt. Eine tägliche Aufgabe zu haben und sie zu erfüllen; daneben aufmerksam das beachten, was in uns innen und auch außen vorgeht. Sich bewusst werden über alle Formen des Lebens, über alle dessen Ausdrucksweisen. Die großen Gesetze beobachten, aber auch den weniger bekannten Aspekten der Persönlichkeit freien Lauf lassen. Diesbezüglich ist das Zeichnen z.B. und die Phantasien und Phantasmen, die es zum Ausdruck bringt, eine sehr kostbare Hilfe."

---

<sup>24</sup> **Carl Gustav Jung, Psychologie und Religion.** In: **Carl Gustav Jung, Grundwerk in neun Bänden**, hrsg. v. Helmut Barz ua.. Band 4, Walter Verlag Olten 1984, S. 86

<sup>25</sup> **C. G. Jung im Gespräch. Interviews, Reden, Begegnungen.** Hrsg. v. Robert Hinshaw & Lela Fischli. [Orig.: C. G. Jung Speaking. Princeton, New Jersey, USA 1977] Daimon Verlag Zürich 1986, S. 285

**Kabbala, Gerechte**

Denn darum werden die Gerechten so genannt, weil sie alle inneren Dinge an ihrem Ort im Inneren und alles Äußere an seinen Ort im Äußeren stellen, und nichts tritt aus den ihm gesetzten Grenzen, und darum heißen sie Gerechte.<sup>26</sup>

**Marie Luise Kaschnitz, Was wir noch können**

Was ist, was sein wird, was womöglich sein wird, und dass wir solche Dinge wahrnehmen und beklagen, Grausamkeiten noch wahrnehmen und beklagen, Ungerechtigkeiten noch wahrnehmen und beklagen, während es doch denkbar wäre, eine Zeit denkbar wäre, in der wir umherkriechen empfindungslos, in der uns nichts mehr angeht, unter die Haut geht, neben uns schreit ein Sterbender und wir wenden den Kopf nicht, neben uns wird ein Kind gegen eine Mauer geschleudert und wir erschrecken nicht. Demgegenüber scheint auf jeder noch so bescheidenen Anteilnahme, jedem noch so billigen Erbarmen der Schimmer eines goldenen Zeitalters zu liegen. Wir können noch sehen, wir können noch hören, wir können noch leiden, noch lieben.<sup>27</sup>

**Sam Keen, Leib**

You are nobody / till some body / loves you.  
To be embodied is to experience everything.<sup>28</sup>

**Kohelet, Alles hat seine Zeit<sup>29</sup>**

Ein jegliches hat seine Zeit, und alles Vorhaben unter dem Himmel hat seine Stunde:  
geboren werden hat seine Zeit, sterben hat seine Zeit;  
pflanzen hat seine Zeit, ausreißen, was gepflanzt ist, hat seine Zeit;  
töten hat seine Zeit, heilen hat seine Zeit;  
abbrechen hat seine Zeit, bauen hat seine Zeit;  
weinen hat seine Zeit, lachen hat seine Zeit;  
klagen hat seine Zeit, tanzen hat seine Zeit;  
Steine wegwerfen hat seine Zeit, Steine sammeln hat seine Zeit;  
herzen hat seine Zeit, aufhören zu herzen hat seine Zeit;  
suchen hat seine Zeit, verlieren hat seine Zeit;  
behalten hat seine Zeit, wegwerfen hat seine Zeit;  
zerreißen hat seine Zeit, zunähen hat seine Zeit;  
schweigen hat seine Zeit, reden hat seine Zeit;

---

<sup>26</sup> **Josef Gikatilla, Scha'are Zedek** (dtsch. Pforten der Gerechtigkeit). Dieser Kabbalist des 13. Jahrhunderts wird zitiert in: **Gershom Scholem, Von der mystischen Gestalt der Gottheit. Studien zu Grundbegriffen der Kabbala.** Rhein Verlag Zürich <sup>1</sup>1962. Suhrkamp Taschenbuch Wissenschaft 209. Suhrkamp Verlag Frankfurt 1977, S. 99

<sup>27</sup> **Marie Luise Kaschnitz, Steht noch dahin.** Suhrkamp Verlag Frankfurt 1978, S. 81

<sup>28</sup> **Sam Keen, Beginnings Without End.** Harper & Row San Francisco 1977, p. 81

<sup>29</sup> **Kohelet (Prediger Salomons),** Kap. 3, 1-8

lieben hat seine Zeit, hassen hat seine Zeit;  
Streit hat seine Zeit, Friede hat seine Zeit.

### **James Krüss, Der Garten des Herrn Ming**

Im stillen Gartenreiche / Des alten Gärtners Ming,  
Da schwimmt in einem Teiche / Ein Wasserrosending.  
Den alten Ming aus China / Entzückt sie ungemein.  
Er nennt sie Catharina, / Chinesisch: Ca-ta-rain.  
Mit einer Pluderhose / Und sehr verliebtem Sinn  
Hockt er sich bei der Rose / Am Rand des Teiches hin.  
Er singt ein Lied und fächelt / Der Rose Kühlung zu.  
Die Rose aber lächelt / Nur für den Goldfisch Wu.  
Sie liebt das goldne Fischchen, / Das oft vorüberschießt  
Und auf den Blättertischchen / Den Rosenduft genießt.  
Doch Wu, der Goldfisch-Knabe, / Der lockre Bube, gibt  
Ihr weder Gruß noch Gabe, / Weil er ein Hühnchen liebt.  
Er liebt Schu-Schu, das kleine / Goldrote Hühnerding.  
Jedoch Schu-Schu, die Feine, / Liebt nur den Gärtner Ming.  
So liebt Herr Ming Cathrina, / Cathrina liebt den Wu,  
Wu liebt Schu-Schu aus China, / Den Gärtner liebt Schu-Schu.  
Man liebt sich sanft und leise. / Doch keiner liebt zurück.  
Und niemand in dem Kreise / Hat in der Liebe Glück.  
Sie leben und sie warten, / Sind traurig und verliebt  
In diesem kleinen Garten, / Von dem es viele gibt.<sup>30</sup>

### **Anthony de Mello, Erleuchtung**

Der Meister befürwortete beides: Gelehrsamkeit und Weisheit. "Gelehrsamkeit", sagte er auf eine Frage, "erwirbt man durch Bücherlesen oder indem man Vorlesungen besucht." "Und die Weisheit?" "Indem du das Buch liest, das du selber bist." Er fügte noch hinzu: "Das ist durchaus keine einfache Aufgabe, denn stündlich kommt eine Neuauflage des Buches heraus!"<sup>31</sup>

### **Anthony de Mello, Größe**

"Das Problem mit dieser Welt ist", sagte der Meister seufzend, "dass die Menschen sich weigern, erwachsen zu werden." "Wann kann man von einem Menschen sagen, er sei erwachsen?" fragte ein Schüler. "An dem Tag, an dem man ihm keine Lüge mehr aufzutischen braucht."

---

<sup>30</sup> **James Krüss, Der wohltemperierte Leierkasten. 12 mal 12 Gedichte für Kinder, Eltern und andere Leute.** Mit einem Nachwort von Erich Kästner. C. Bertelsmann Verlag München 1961, Überarbeitete Neuauflage 1989, S. 23

<sup>31</sup> **Anthony de Mello, Eine Minute Weisheit.** [Orig.: One Minute Wisdom. Gujarat Sahitya Prakash, Anand, India] Herder Verlag Freiburg <sup>1</sup>1986, <sup>2</sup>1987, S. 95. Nächste Zitate: S. 95, 96

**Anthony de Mello, Manifestation**

Wenn ein neuer Schüler zum Meister kam, wurde er gewöhnlich folgendem Verhör unterworfen: "Weißt du, wer der einzige Mensch ist, der dich im ganzen Leben nie verlassen wird?" "Wer ist es?" "Du." "Und kennst du die Antwort auf jede Frage, die dir je einfallen könnte?" "Wie lautet sie?" "Du." "Und kannst du die Lösung aller deiner Probleme ahnen?" "Ich gebe es auf." "Du."

**Friedrich Nietzsche, Von den drei Verwandlungen**

Drei Verwandlungen nenne ich euch des Geistes: wie der Geist zum Kamele wird, und zum Löwen das Kamel, und zum Kinde zuletzt der Löwe.

Vieles Schwere gibt es dem Geiste, dem starken, tragsamen Geiste, dem Ehrfurcht innewohnt: nach dem Schweren und Schwersten verlangt seine Stärke.

Was ist schwer? so fragt der tragsame Geist, so kniet er nieder, dem Kamele gleich, und will gut beladen sein.

Was ist das Schwerste, ihr Helden? so fragt der tragsame Geist, dass ich es auf mich nehme und meiner Stärke froh werde.

Ist es nicht das: sich erniedrigen, um seinem Hochmut wehe zu tun? Seine Torheit leuchten lassen, um seiner Weisheit zu spotten?

Oder ist es das: von unserer Sache scheiden, wenn sie ihren Sieg feiert? Auf hohe Berge steigen, um den Versucher zu versuchen?

Oder ist es das: sich von Eicheln und Gras der Erkenntnis nähren und um der Wahrheit willen an der Seele Hunger leiden?

Oder ist es das: krank sein und die Tröster heimschicken und mit Tauben Freundschaft schließen, die niemals hörten, was du willst?

Oder ist es das: in schmutziges Wasser steigen, wenn es das Wasser der Wahrheit ist, und kalte Frösche und heiße Kröten nicht von sich weisen?

Oder ist es das: die lieben, die uns verachten, und dem Gespenste die Hand reichen, wenn es uns fürchten machen will?

All dies Schwerste nimmt der tragsame Geist auf sich: dem Kamele gleich, das beladen in die Wüste eilt, also eilt er in seine Wüste.

Aber in der einsamsten Wüste geschieht die zweite Verwandlung: zum Löwen wird hier der Geist, Freiheit will er sich erbeuten und Herr sein in seiner eignen Wüste.

Seinen letzten Herrn sucht er sich hier: feind will er ihm werden und seinem letzten Gott, um Sieg will er mit dem großen Drachen ringen.

Welches ist der große Drache, den der Geist nicht mehr Herr und Gott heißen mag? "Du-sollst" heißt der große Drache. Aber der Geist des Löwen sagt "ich will".

"Du-sollst" liegt ihm am Wege, goldfunkelnd, ein Schuppentier, und auf jeder Schuppe glänzt golden "Du-sollst!"

Tausendjährige Werte glänzen an diesen Schuppen, und also spricht der mächtigste aller Drachen: "Aller Wert der Dinge - der glänzt an mir."

"Aller Wert ward schon geschaffen, und aller geschaffene Wert - das bin ich. Wahrlich, es soll kein 'Ich will' mehr geben!" Also spricht der Drache.

Meine Brüder, wozu bedarf es des Löwen im Geiste? Was genügt nicht das lastbare Tier, das entsagt und ehrfürchtig ist?

Neue Werte schaffen - das vermag auch der Löwe noch nicht: aber Freiheit sich schaffen

zu neuem Schaffen - das vermag die Macht des Löwen.

Freiheit sich schaffen und ein heiliges Nein auch vor der Pflicht: dazu, meine Brüder, bedarf es des Löwen.

Recht sich nehmen zu neuen Werten - das ist das furchtbarste Nehmen für einen tragsamen und ehrfürchtigen Geist. Wahrlich, ein Rauben ist es ihm und eines raubenden Tieres Sache.

Als sein Heiligstes liebte er einst das "Du-sollst": Nun muss er Wahn und Willkür auch noch im Heiligsten finden, dass er sich Freiheit raube von seiner Liebe: des Löwen bedarf es zu diesem Raube.

Aber sagt, meine Brüder, was vermag noch das Kind, das auch der Löwe nicht vermochte? Was muss der raubende Löwe auch noch zum Kinde werden?

Unschuld ist das Kind und Vergessen, ein Neubeginnen, ein Spiel, ein aus sich rollendes Rad, eine erste Bewegung, ein heiliges Ja-sagen.

Ja, zum Spiele des Schaffens, meine Brüder, bedarf es eines heiligen Ja-sagens: seinen Willen will nun der Geist, seine Welt gewinnt sich der Weltverlorene.

Drei Verwandlungen nannte ich euch des Geistes: wie der Geist zum Kamele ward, und zum Löwen das Kamel, und der Löwe zuletzt zum Kinde. Also sprach Zarathustra.<sup>32</sup>

### **Friedrich Nietzsche, Von der Nächstenliebe**

Ihr drängt euch um den Nächsten und habt schöne Worte dafür. Aber ich sage euch: eure Nächstenliebe ist eure schlechte Liebe zu euch selber.

Ihr flüchtet zum Nächsten vor euch selber und möchtet euch daraus eine Tugend machen: aber ich durchschaue euer "Selbstloses".

Das Du ist älter als das Ich, das Du ist heilig gesprochen, aber noch nicht das Ich: so drängt sich der Mensch hin zum Nächsten.

Rate ich euch zur Nächstenliebe? Lieber noch rate ich euch zur Nächsten-Flucht und zur Fernsten-Liebe!

Höher als die Liebe zum Nächsten ist die Liebe zum Fernsten und Künftigen; höher noch als die Liebe zu Menschen ist die Liebe zu Sachen und Gespenstern.

Dies Gespenst, das vor dir herläuft, mein Bruder, ist schöner als du; warum gibst du ihm nicht dein Fleisch und deine Knochen? Aber du fürchtest dich und läufst zu deinem Nächsten. ... Nicht den Nächsten lehre ich euch, sondern den Freund. Der Freund sei euch das Fest der Erde und ein Vorgefühl des Übermenschen.

Ich lehre euch den Freund und sein übervolles Herz. Aber man muss verstehn, ein Schwamm zu sein, wenn man von übervollen Herzen geliebt sein will.

Ich lehre euch den Freund, in dem die Welt fertig dasteht, eine Schale des Guten - den schaffenden Freund, der immer eine fertige Welt zu verschenken hat.

Und wie ihm die Welt auseinanderrollte, so rollt sie ihm wieder in Ringen zusammen, als das Werden des Guten durch das Böse, als das Werden der Zwecke aus dem Zufalle.

Die Zukunft und das Fernste sei dir die Ursache deines Heute: in deinem Freunde sollst

---

<sup>32</sup> **Friedrich Nietzsche, Also sprach Zarathustra.** In: Ders., Werke II, hrsg. v. Karl Schlechta. Hanser Verlag München Frankfurt <sup>6</sup>1969, Ullstein Buch Nr. 2908, Ullstein Verlag Frankfurt 1972, S. 567-568. Nächstes Zitat: S. 598-599

du den Übermenschen als deine Ursache lieben.

Meine Brüder, zur Nächstenliebe rate ich euch nicht; ich rate euch zur Fernsten-Liebe.  
Also sprach Zarathustra.

### **Huub Oosterhuis, Leg mein Gesicht frei**

Leg mein Gesicht frei, mach mich schön. / Wer mich entlarvt hat, wird mich finden. / Ich hab' Gesichter, mehr als zwei, / Augen, die tasten vor im Blinden, / Herzen aus Angst, die vor Angst vergehn. / Leg mein Gesicht frei, mach mich schön.

Leg mein Gesicht frei, mach mich schön. / Wer sich entlarvt sieht, wird gefunden / und wird ganz neu sich selbst verstehn, / wird leben, offen, unumwunden, / und nirgends hin verloren gehn. / Leg mein Gesicht frei, mach mich schön.<sup>33</sup>

### **Günter W. Remmert, Lohnende Gespräche**

Mit meinen Wunden: Was hat mich alles schon verletzt? Was kann ich tun, um euch, meine Wunden, zu heilen? Und wenn eine Wunde nicht heilbar ist, wie kann ich mit ihr leben? Wozu habe ich diese Verletzung eigentlich bekommen? Wohinein kann sie sich verwandeln, wenn ich gar bereit bin, sie zu umarmen?

Mit meinem Körper: Lebe ich wirklich in und mit dir oder nicht vielmehr gegen dich und auf deine (und meine) Kosten? Inwiefern missbrauche ich dich? Wie kann ich mit dir Freundschaft schließen? Wie kann ich aufhören, einen Körper zu haben, und anfangen, ein Leib zu sein? Wie kann ich die Köstlichkeit genießen, leibhaftig zu leben?

Mit meinem inneren Meister: Existierst du wirklich? Wann bin ich dir schon einmal begegnet? Wie und wo kann ich dich aufsuchen? Was hast du mir zu sagen? Wie kann ich dir besser zuhören?

Mit meinen Traumgestalten: Warum ängstigt ihr mich? Warum kommt ihr gerade in dieser Form und zu dieser Zeit? Worauf macht ihr mich aufmerksam? Was mich da im Traum verfolgt, was will da zu mir hin?

Mit den Menschen, die ich liebe: Wie kann ich euch mit offenen Augen anschauen und für euch sorgen? Wie kann ich euch das größte Geschenk machen, das ich zu vergeben habe, nämlich das eigene Glück?

Mit meinem Vater: Wie kann ich dich achten und als meinen richtigen Vater anerkennen?

Mit meiner Mutter: Wie kann ich mein Leben von Dir nehmen mit allem, was dazugehört? Wie kann ich dich achten und verlassen?

Mit meinen Kindern: Wie vermeide ich es, euch zu entmutigen? Wie kann ich euch lieben, ohne euch abhängig zu machen? Wie kann ich den Balanceakt bewältigen, euch gleichzeitig frei und behütet aufwachsen lassen?

Mit meinen Leidenschaften: Wofür kann ich mich ganz einsetzen?

Mit meinen Aggressionen: Wie kann ich eure Energien sinnvoll einsetzen? Wie kann ich ohnmächtige Wut in mächtigen Zorn (wie ein reinigendes Gewitter) verwandeln? Wie kann ich der Selbst- (oder Fremd-)zerstörung ein Ende setzen und lernen, früher Nein zu sagen?

Mit meiner Sexualität: Da es nur zwei erogene Zonen gibt, die Haut und das Herz, wie

<sup>33</sup> **Huub Oosterhuis, Auf halben Weg.** Herder Verlag Freiburg 1975, S. 86

kann ich mit Haut und Herz lieben? Wie kann ich mich dem Menschen, den ich liebe, hingeben?

Mit meinen Lehrern: Worin kann ich von euch profitieren? Aber zeigt mir auch eure Grenzen!

Mit meinem Tod: Was kann ich tun, um mein Leben vollständig zu leben?

Mit meiner Geburt: Wozu bin gerade ich überhaupt geboren worden? Stehe ich im Kontakt mit meiner Eigenart und mit meiner Lebensaufgabe?

Mit meinem Ich: Was ist meine Einmaligkeit und Besonderheit? Und du, mein Ich, wer bist du wirklich?

### **Rainer Maria Rilke, Es winkt zu Fühlung fast aus allen Dingen**

Es winkt zu Fühlung fast aus allen Dingen, / Aus jeder Wendung weht es her: Gedenk! / Ein Tag, an dem wir fremd vorübergingen, / entschließt in künftigen sich zum Geschenk.

Wer rechnet unseren Ertrag? Wer trennt / uns von den alten, den vergangnen Jahren? / Was haben wir seit Anbeginn erfahren, / als dass sich eins im anderen erkennt?

Als dass an uns Gleichgültiges erwärmt? / O Haus, o Wiesenhang, o Abendlicht, / auf einmal bringst du's beinah zum Gesicht / und stehst an uns, umarmend und umarmt.

Durch alle Wesen reicht der *eine* Raum: / Weltinnenraum. / Die Vögel fliegen still durch uns hindurch. O, der ich wachsen will, / ich seh= hinaus, und *in* mir wächst der Baum.

Ich Sorge mich, und in mir steht das Haus. / Ich hüte mich, und in mir ist die Hut. / Geliebter, der ich wurde: an mir ruht / der schönen Schöpfung Bild und weint sich aus.<sup>34</sup>

### **Rainer Maria Rilke, Kindheit**

Mir ist zumute wie einem, der Sie an Ihre Kindheit erinnern soll. Nein, nicht nur an Ihre: an alles, was je Kindheit war. Erinnerungen an Ihnen aufzuwecken, die nicht die Ihren sind, die älter sind als Sie; Beziehungen sind wieder herzustellen und Zusammenhänge zu erneuern, die weit vor Ihnen liegen.

### **Rainer Maria Rilke, Sonette an Orpheus, Erster Teil, IX**

Nur wer die Leier schon hob / auch unter Schatten, / darf das unendliche Lob / ahnend erstatten.

Nur wer mit Toten vom Mohn / aß, von dem ihren, / wird nicht den leisesten Ton / wieder verlieren.

Mag auch die Spiegelung im Teich / oft uns verschwimmen: / *Wisse das Bild.*

Erst in dem Doppelbereich / werden die Stimmen / ewig und mild.

---

<sup>34</sup> **Rainer Maria Rilke, Sämtliche Werke in zwölf Bänden.** Hrsg. vom Rilke-Archiv. Insel Werkausgabe Band 3. Insel Verlag Frankfurt <sup>1</sup>1955-1966, <sup>1</sup>1975, S. 92-93. Folgende Zitate: S. 207-208, S. 736, S. 760

**Rainer Maria Rilke, Sonette an Orpheus, Zweiter Teil, XIV**

Siehe die Blumen, diese dem Irdischen treuen, / denen wir Schicksal vom Rande des Schicksals leihn, - / aber wer weiß es! Wenn sie ihr Welken bereuen, / ist es an uns, ihre Reue zu sein. Alles will schweben. Da gehn wir umher wie Beschwerer, / legen auf alles uns selbst, vom Gewichte entzückt; / o was sind wir den Dingen für zehrende Lehrer, / weil ihnen ewige Kindheit glückt.

Nähme sie einer ins innige Schlafen und schliefe / tief mit den Dingen -: o wie käme er leicht, / anders zum anderen Tag, aus der gemeinsamen Tiefe.

Oder er bliebe vielleicht; und sie blühten und priesen / ihn, den bekehrten, der nun den ihrigen gleicht, / allen den stillen Geschwistern im Winde der Wiesen.

**Nelly Sachs, Einer wird den Ball nehmen**

Einer / wird den Ball / aus der Hand der furchtbar / Spielenden nehmen. / Sterne / haben ihr eigenes Feuergesetz / und ihre Fruchtbarkeit / ist das Licht / und Schnitter und Ernteleute / sind nicht von hier. / Weit draußen / sind ihre Speicher gelagert / auch Stroh / hat einen Augenblick Leuchtkraft / bemalt Einsamkeit. / Einer wird kommen / und ihnen das Grün der Frühlingsknospe / an den Gebetsmantel nähen / und als Zeichen gesetzt / an die Stirn des Jahrhunderts / die Seidenlocke des Kindes. / Hier ist / Amen zu sagen / diese Krönung der Worte die / ins Verborgene zieht / und / Frieden / du großes Augenlid / das alle Unruhe verschließt / mit deinem himmlischen Wimpernkranz / Du leiseste aller Geburten.<sup>35</sup>

**Aus dem Sanskrit, Gruß an die Morgendämmerung**

Achte gut auf diesen Tag, / denn er ist das Leben; / das einzige Leben, das ist.

In seinem kurzen Ablauf liegt alle Wahrheit deines Daseins: / das Glück des Wachsens, / die Energie der Tat / und die Schönheit der Kraft. / Das Gestern ist nur ein Traum / und das Morgen nur eine Vision. / Das Heute recht gelebt / macht jedes Gestern zu einem Traum des Glücks / und jedes Morgen zu einer Vision der Hoffnung. / Darum achte gut auf diesen Tag.

**Dorothee Sölle, Geben**

Nehmen und Geben sind seliger als Haben und Behalten.<sup>36</sup>

**Rabbi Sussja, Geh aus deinem Land**

Rabbi Sussja lehrte: "Gott sprach zu Abraham: 'Geh aus deinem Land, aus deinem Geburtsort, aus dem Haus deines Vaters in das Land, das ich dir zeigen werde.' Gott spricht zum Menschen: Zuvorderst geh aus deinem Land - aus der Trübung, die du selber dir angetan hast. Sodann aus deinem Geburtsort - aus der Trübung, die deine Mutter dir angetan hat. Danach aus deinem Vaterhaus - aus der Trübung, die dein Vater dir angetan hat. Nun erst vermagst du in das Land gehen, das ich dir zeigen werde."<sup>37</sup>

<sup>35</sup> **Nelly Sachs, Ausgewählte Gedichte.** Edition Suhrkamp 18, Suhrkamp Verlag Frankfurt 1963, S. 58-59

<sup>36</sup> **Dorothee Sölle, Sympathie. Theologisch-politische Traktate.** Kreuz Verlag Stuttgart <sup>1</sup>1978, <sup>2</sup>1979, S. 48

<sup>37</sup> **Rabbi Meschullam Sussja von Hanipol,** gest. 1800, chassidischer Lehrer. In: **Martin Buber, Die**

**Kurt Schwitters, Plötzlich**

Plötzlich findet man, während man noch zu suchen glaubt. Das eben macht die Übung.

**Angelus Silesius, Cherubinischer Wandersmann**

Ich weiß nicht, was ich bin, ich bin nicht, was ich weiß:  
 Ein Ding und nicht ein Ding, ein Stüpfchen und ein Kreis. (I,5)  
 Nichts ist, das dich bewegt, du selber bist das Rad,  
 Das aus sich selbst läuft und keine Ruhe hat. (I,37)  
 Zeit ist wie Ewigkeit und Ewigkeit wie Zeit,  
 So du nur selber nicht machst einen Unterscheid. (I, 47)  
 Wird Christus tausendmal zu Bethlehem geboren  
 Und nicht in dir, du bleibst noch ewiglich verloren. (I, 61)  
 Das Kreuz auf Golgatha kann dich nicht von dem Bösen,  
 Wo es nicht auch in dir wird aufgericht't, erlösen. (I,62)  
 Halt an, wo läufst du hin? Der Himmel ist in dir;  
 suchst du Gott anderswo, du fehlst ihn für und für. (I, 82)  
 Ich bin nicht außer Gott und Gott nicht außer mir,  
 Ich bin sein Glanz und Licht, und er ist meine Zier. (I, 106)  
 Ich selbst muss Sonne sein, ich muss mit meinen Strahlen  
 Das farbenlose Meer der ganzen Gottheit malen. (I, 115)  
 Der Himmel ist in dir und auch der Höllen Qual:  
 Was du erkiest und willst, das hast du überall. (I, 145)  
 Die Ros' ist ohn' Warum, sie blühet, weil sie blühet,  
 Sie acht't nicht ihrer selbst, fragt nicht, ob man sie siehet. (I, 289)  
 Die Rose, welche hier dein äußeres Auge sieht,  
 Die hat von Ewigkeit in Gott also geblüht. (I, 108)  
 Mensch, wird das Paradies in dir nicht erstlich sein,  
 So glaube mir gewiß: du kommest nimmer drein. (I, 295)  
 Der Mensch, der seinen Geist nicht über sich erhebt,  
 Der ist nicht wert, dass er im Menschenstande lebt. (II, 22)  
 Mensch, werde wesentlich! denn wann die Welt vergeht,  
 So fällt der Zufall weg, das Wesen, das besteht. (II, 30)  
 Ein grundgelassner Mensch ist ewig frei und ein:  
 Kann auch ein Unterschied an ihm und Gotte sein? (II, 141)  
 Wie ist mein Gott gestalt'? Geh schau dich selber an,  
 wer sich in Gott beschaut, schaut Gott wahrhaftig an. (II, 157)<sup>38</sup>

---

**Erzählungen der Chassidim.** Manesse Verlag Zürich 1949, S. 385

<sup>38</sup> **Angelus Silesius** (Bürgerlicher Name: Johannes Scheffler, lebte 1624-1777 in Breslau), **Der cherubinische Wandersmann.** Hrsg. v. Erich Brock. Classen Verlag Zürich <sup>1</sup>1946, Diogenes Verlag Zürich 1979, Diogenes-Klassiker-Taschenbuch 20644. **Angelus Silesius, Cherubinischer Wandersmann.** Kritische Ausgabe hrsg. v. L. Gnädinger, Reclam Verlag Stuttgart 1987

**Peter Sloterdijk, Bombenmeditation**

Die Bombe ist keine Spur böser als die Wirklichkeit und um kein Haar destruktiver als wir. Sie ist nur unsere Entfaltung, eine materielle Darstellung unseres Wesens. Sie ist bereits als Vollkommenes verkörpert, während wir im Verhältnis zu ihr noch gespalten sind. Angesichts einer solchen Maschine sind nicht strategische Erwägungen am Platz, sondern ein großes Hinhorchen. Die Bombe fordert von uns weder Kampf noch Resignation, sondern Selbsterfahrung. Wir sind sie. In ihr vollendet sich das westliche "Subjekt". Unsere äußerste Bewaffnung macht uns wehrlos bis zur Schwäche, schwach bis zur Vernunft, vernünftig bis zur Angst. Die einzige Frage bleibt, ob wir den äußeren Weg wählen oder den inneren - ob die Einsicht aus der Besinnung kommen wird oder aus den Feuerbällen über der Erde.

Die äußeren Wege, so "gut" sie gemeint sein mögen, vereinigen sich, wir haben es erlebt, allesamt doch immer wieder in dem unwiderstehlichen Hauptstrom zur Aufrüstung. Alle "inneren" Wege, auch wenn sie furchtbar unrealistisch erscheinen, fließen in der einzigen Tendenz zusammen, die die wirkliche Befriedung fördert. Der moderne Weltprozeß führte zu einem Punkt, von dem an das Äußerlichste, die Politik, und das Innerlichste, die Meditation, dieselbe Sprache sprechen; beide kreisen um den Grundsatz, dass nur "*Entspannung*" noch weiterhilft. Alle Geheimnisse liegen in der Kunst des Nachgebens, des Nichtwiderstehens. Meditation und Abrüstung entdecken eine strategische Gemeinsamkeit. Wenn das nicht ein ironisches Resultat der Modernität ist! Große Politik ist heute letztlich Meditation über die Bombe, und tiefe Meditation sucht in uns den bombenbauenden Impuls auf. Sie arbeitet sanft an allem, was sich im Innern als Kruste einer sogenannten Identität verfestigt hat, sie löst den Panzer auf, hinter dem ein Ich sitzt, das sich als Verteidiger seiner Grundwerte empfindet. ("Wir haben die besseren Werte" - sagen die Aufrüstungsstrategen!)<sup>39</sup>

**Lao Tse, Tao te king 21**

Des großen LEBENS Inhalt folgt ganz dem SINN. / Der SINN bewirkt die Dinge so chaotisch, so dunkel. / Chaotisch, dunkel sind in ihm Bilder. Dunkel, chaotisch sind in ihm Dinge. / Unergründlich finster ist in ihm Same. / Dieser Same ist ganz wahr. In ihm ist Zuverlässigkeit. / Von alters bis heute sind die Namen nicht zu entbehren, um zu überschauen alle Dinge. Woher weiß ich aller Dinge Art? / Eben durch sie.<sup>40</sup>

---

<sup>39</sup> Peter Sloterdijk, **Kritik der zynischen Vernunft**. Erster Band. Suhrkamp Verlag Frankfurt 1983, S. 259-260

<sup>40</sup> Lao Tse, **Tao te king. Das Buch vom Sinn und Leben**. Übersetzt und mit einem Kommentar von Richard Wilhelm. Diederichs Verlag Köln <sup>1</sup>1978, 1984. Hieraus auch die folgenden Zitate.

**Lao Tse, Tao te king 28**

Wer seine Mannheit kennt und sein Frausein wahr, der ist die Schlucht der Welt. / Ist er die Schlucht der Welt, so verläßt ihn nicht das strömende LEBEN, und er wird wieder wie ein Kind. / Wer seine Reinheit kennt und seine Schwäche wahr, ist Vorbild für die Welt. Ist Vorbild er der Welt, so weicht von ihm nicht das strömende LEBEN, und er kehrt wieder zum Ungewordenen um. / Wer seine Ehre kennt und seine Schmach bewahrt, der ist das Tal der Welt. Ist er das Tal der Welt, so hat er Genüge am strömenden LEBEN, und er kehrt zurück zu Einfalt. / Ist die Einfalt zerstreut, so gibt es "brauchbare" Menschen. Übt der Berufene sie aus, so wird er Herr der Beamten. / Darum: Großartige Gestaltung bedarf nicht des Beschneidens.

**Lao Tse, Tao te king 30**

Wer im rechten SINN einem Menschenherrscher hilft, vergewaltigt nicht durch Waffen die Welt, denn die Handlungen kommen auf das eigene Haupt zurück. / Wo die Heere gewelt haben, wachsen Disteln und Dornen. Hinter den Kämpfen her kommen immer Hungerjahre. Darum sucht der Tüchtige nur Entscheidung, nichts weiter; er wagt nicht, durch Gewalt zu erobern. / Entscheidung, ohne sich zu brüsten, Entscheidung, ohne sich zu rühmen, / Entscheidung, ohne stolz zu sein, Entscheidung, weil's nicht anders geht, / Entscheidung, ferne von Gewalt.

**Lao Tse, Tao te king 36**

Was du zusammendrücken willst, das mußt du erst richtig sich ausdehnen lassen.  
Was du schwächen willst, das mußt du erst richtig stark werden lassen.  
Was du vernichten willst, das mußt du erst richtig aufblühen lassen.  
Wem du nehmen willst, dem mußt du erst richtig geben.  
Das heißt Klarheit über das Unsichtbare. Das Weiche siegt über das Harte.  
Das Schwache siegt über das Starke. Den Fisch darf man nicht der Tiefe entnehmen.  
Des Reiches Förderungsmittel darf man nicht den Leuten zeigen.

**Lao Tse, Tao te king 68**

Wer gut zu führen weiß, ist nicht kriegerisch.  
Wer gut zu kämpfen weiß, ist nicht zornig.  
Wer gut die Feinde zu besiegen weiß, kämpft nicht mit ihnen.  
Wer gut die Menschen zu gebrauchen weiß, der hält sich unten.  
Das ist das LEBEN, das nicht streitet;  
das ist die Kraft, die Menschen zu gebrauchen;  
das ist der Pol, der bis zum Himmel reicht.

**Rudolf Otto Wiemer, An die Zitterpappel**

Gut, / dass du da bist. / Dein Grün zittert / mittags im Licht. / Zittert nachts / ohne Mond, ohne Wind. / Du birgst das Nest der Krähe, / des Kummervogels. / Du hütetest das Wasser, das / rasch davonfließt. / Immer höher wächst du, / immer vollere Krone. / Wächst über das Dach des Vaters, / der lange tot ist, / der sagte, sooft ihm bang war: / "Gut, dass du da bist, Baum. Du / zitterst und wächst, / zitterst und wächst zugleich."<sup>41</sup>

**Rudolf Otto Wiemer, Chance der Bärenraupe**

Keine Chance. Sechs Meter Asphalt. / Zwanzig Autos in einer Minute. / Fünf Laster. Ein Schlepper. Ein Pferdefuhrwerk.

Die Bärenraupe weiß nichts von Autos. / Sie weiß nicht, wie breit der Asphalt ist. / Weiß nichts von Fußgängern, Radfahrern, Mopeds.

Die Bärenraupe weiß nur, dass jenseits / Grün wächst. Herrliches Grün, vermutlich freißbar. / Sie hat Lust auf Grün. Man müßte hinüber.

Keine Chance. Sechs Meter Asphalt. / Sie geht los. Geht los auf Stummelfüßen/ Zwanzig Autos in einer Minute.

Geht los ohne Hast. Ohne Furcht. Ohne Taktik. / Fünf Laster. Ein Schlepper. Ein Pferdefuhrwerk. / Geht los und geht und geht und geht und kommt an.

**Rudolf Otto Wiemer, Wort des Angeklagten**

Hier müßte stehn der, welcher mich zeugte, / er hatte von Kain und Abel gehört. / Meine Mutter müßte hier stehn, sie wusste / dass Hutab, dass fromme Masche nicht ausreicht. / Der Vater des Vaters müßte hier stehn und / dessen Vater, sie waren jähzornige Leute. / Und Onkel Franz, der den Strick nahm. Und Tante / Loni, der ich Schnaps aus der Schenke besorgte. / Und Hempel, der Lehrer, der mich ungerecht schlug. / Und Schulz, der mich nicht schlug. Und Hauptmann von / Trott, der sagte: Kapiert, Befehl ist Befehl. / Der Stabsarzt: Ausrotten. Der Pfarrer: Gott mit uns. / Ich bin der letzte, mich beißen die Hunde. / Einmal muss Schluss sein. Der Vater soll nicht / sich umdrehn im Grab, und nicht dessen Vater. / Ich stehe für alle. Ich nehme das Urteil an.<sup>42</sup>

---

<sup>41</sup> **Rudolf Otto Wiemer, Chance der Bärenraupe. Ausgewählte Gedichte.** Kerle Verlag Freiburg-Heidelberg 1980, S. 44. Nächstes Zitat: S. 56

<sup>42</sup> **Rudolf Otto Wiemer, Wortwechsel. Gedichte.** Wolfgang Fietkau Verlag Berlin <sup>2</sup>1979, S. 14

### **Strephon Williams, Aphorismen für die Reise**

Wenn wir dem Guten nicht widerstehen, werden wir auch dem Bösen nicht widerstehen.

Sogar Gefühle müssen sich im Handeln ausdrücken und bestätigen.

Verlange keine Visionen, wenn du nicht bereit bist, die Konsequenzen daraus zu ziehen.

Tun ist die Ekstase des Seins.

Wer den Krieg in seinem Inneren beendet, lebt in Frieden.

Wir wählen unser Schicksal selbst und nennen dies Bestimmung.

Das einzige Heilmittel gegen den Idealismus ist die Realität.

Bedaure nichts, was du nicht ändern kannst.

Ich bin zum Sterben geboren, doch ich sterbe, um zu leben.<sup>43</sup>

### **Strephon Williams, Grundsätzliches und Definitionen**

Bewusstsein ist wache Aufmerksamkeit plus angemessenes, situationsadäquates Tun.

Fragen führen zur Bewusstwerdung, Antworten ohne Fragen zum Stillstand.

Das Bewusstsein ist die Voraussetzung für das Erwecken der Kräfte des Unbewussten.

Um zur Ganzheit zu finden, muss jeder Teil unserer Persönlichkeit, und sei er noch so unscheinbar, akzeptiert werden.

Integration verlangt die Verschmelzung aller Lebensaspekte zu einem vielfältigen Ganzen.

Wahre Reife hängt entscheidend davon ab, ob die eigene innere Autorität auch auf äußere Dinge einwirken kann.

Der beste Lehrer ist man selbst.

Grundsätzlich kann uns niemand etwas lehren, was wir nicht schon wissen.

Kein Guru und kein Lehrer kann für einen anderen Menschen antworten.

Ein Lehrer unterrichtet nur sich selbst.

Ein Therapeut gibt nur den Anstoß, den Impuls zur Selbstheilung.

---

<sup>43</sup> **Strephon Williams, Durch Traumarbeit zum eigenen Selbst. Kreative Nutzung der Träume.** [Orig.: Jungian-Senoi Dreamwork Manual. Berkeley 1980] Ansata Verlag Interlaken <sup>1</sup>1984, <sup>2</sup>1987, S. 65. Nächstes Zitat: S. 79