



Eins Und Sein

Der 23. Newsletter
Anfang August 2008

Liebe Freunde und Interessenten,

neulich sah ich auf einem der mehr dem kulturellen Leben verpflichteten Fernsehsender ein Interview mit dem Österreichischen Dichter Peter Handke. Ich habe wenige Interviews mit Schriftstellern erlebt, wo die persönliche Eitelkeit eine so marginale Rolle gespielt und der Befragte seine inneren Bewegungen und Motive so unverstellt und bewegend offen gelegt hat.

Im Verlauf des Gesprächs bezeichnete Handke es als »das Drama der Dramen«, dass ein Mensch, der sich doch eigentlich selbst liebt, mit dem Gedanken umgehe, seinem Leben selbst ein Ende zu setzen. Er verwies dabei auf die großen und kleinen Kriege in der Geschichte der Menschheit und meinte, der wirklich große Krieg sei der im Inneren, sei der gegen einen selber.

So ist es. Unversöhnt zu sein mit sich selbst ist nun einmal das Merkmal der Bewohner der fortschrittsorientierten Zivilisationen. Man steckt voller Selbstzweifel und tut zugleich vor sich selber und erst recht vor den anderen so, als sei alles paletti, wie man in Österreich sagt. Es ist Selbstdoping...

Ich möchte noch mehr von dem Handke-Interview erzählen. Er und sein Gesprächspartner spazieren, von den Kameramännern begleitet, durch eine frühlingssgrüne Waldlandschaft im Umland von Paris. Handke erwähnt ein früheres Naturerleben, das ihm eine entgrenzende Erfahrung geschenkt hatte und beschreibt es:

»Jetzt bin ich mich los und zugleich lebe ich!«

Welch ein genauer Satz! Er bezeichnet auf konzentrierteste Weise das gewohnte selbstquälerische Kreisen um die eigene Person und den plötzlichen Durchbruch zu dieser neuen Dimensi-



on des Bewusstseins, wo das Ich durchlässig geworden ist und sich, sprachlos, als aufgehoben im Sein erlebt. Jetzt bin ich mich los und zugleich lebe ich... Die Seinserfahrung verändert den Blick auf die Welt. Handke erzählt von seiner Empfänglichkeit für »die kleinen Weltgeräusche«, kritisiert ironisch die Wissenschaftler auf der Jagd nach den kleinsten Partikeln, die aber das Geheimnis der »Freudenatome« noch nicht entdeckt hätten: Er sagt: »Ich verlasse mich auf nichts als auf die Liebe und die Freude«, und fordert seinen Gesprächspartner schließlich auf: »Jetzt lass uns ein bisschen schweigen...«

Die kleinen Weltgeräusche

Ich kenne, was Handke meint. Mein Vater nahm mich als 15-16jährigen oft mit in den Wald. Wir saßen, ein paar hundert Meter voneinander entfernt, jeder auf seinem Hochsitz. Das begann im Sommer so gegen 16 Uhr und endete meist lange nach Sonnenuntergang.

Ich erinnere mich gut an meine anfängliche Ungeduld, an meine Erwartung, wann denn nun endlich die Tiere aus der Tiefe des Waldes heraustreten würden, damit ich etwas zu sehen bekam. Zuerst ging ich überhaupt nur mit, weil ich allein auf meinem Hochsitz heimlich Zigaretten rauchen konnte.

Eines Sommerabends wurde ich eingefangen von der Wirklichkeit. Ich »sah« auf einmal die rohen Bretter, mit denen der Hochsitz verschalt war. Ich »sah« vor mir die Zweige einer

Buche, die gerippten Blätter im jungen Grün. Der Gesang des Buchfinks bekam eine fast schmerzhaft Präsenz, bis er in der zunehmenden Dämmerung verstummte.

Dann merkte ich, wie sich der Atem dessen, was um mich herum war, veränderte. Da war ein Hauch und doch kein Hauch. Es herrschte eine Stille und doch keine Stille, denn sie erschien von etwas Ungreifbarem erfüllt, wie verdichtet, wie atemlos. Dann, auf einmal, waren die Tiere vor mir auf der Wiese, als wären sie schon

In unseren Gärten wächst eine noch leicht chaotische Mischung aus Blumen, Gemüse, Beeren und Obst



immer da gewesen. Ein mümmelnder Feldhase, eine Ricke mit ihrem Kitz, alle in ihren Alltagsgeschäften.

Und für mich ein langes Ausatmen in die aufsteigende Nacht hinein. Sterne, Kühle, feines Spielen des Windes in den Blättern. Die kleinen Weltgeräusche eben, die das ganze Universum enthalten.

Den Abstieg nachher vom Hochsitz empfand ich einerseits als Erleichterung – endlich nach Hause ins Warme... Andererseits blieb ein Stachel zurück: Als hätte ich durch meinen selbstsüchtigen Abgang die vollkommene Ordnung gestört.

Umstritten sein

Nochmals zu Peter Handke. Manche mögen ihn, andere nicht, er gilt für viele als umstrittener Autor. Umstritten! Ein Wort, das ich über diese und jene Personen in den Medien recht häufig lese wie auch höre. In der Regel mit Tadel im Tonfall, so als sei es ir-

gendwie anrühlich, umstritten zu sein, also nicht nur allgemeinen Beifall einzuheimen.

Dabei wäre es doch bloß natürlich, mit dem was man so denkt und tut sowohl auf Zustimmung wie auch auf Ablehnung zu stoßen. Und finden wir nicht jene Zeitgenossen anmaßend mit ihrem Anspruch, von allen geliebt und gefeiert werden zu wollen?

Genauer besehen ist in dieser Sache eine Haltung verbreitet, die man durchaus als widersprüchlich bezeichnen darf. Man selber möchte von allen geliebt werden und fürchtet nichts mehr, als umstritten zu sein. Zugleich beruft man sich auf Individualität, nämlich auf jeden Fall anders zu sein als die anderen.

Man benickt beifällig Behauptungen wie jene vom Zeitalter der Individualität, in dem wir angeblich leben, und belohnt zugleich Leute wie jenen Popstar, der neulich erklärte, nichts sei ihm wichtiger als dem Publikum

zu dienen, und nachlassende Zustimmung verstehe er als Hinweis, nicht ganz auf die Wünsche seines Publikums eingegangen zu sein. Das passt doch nicht zueinander!

Ich meine, wir leben keineswegs in einem Zeitalter, das Individualität befördert, sondern in einem, das sie am liebsten gar nicht erst zur Entfaltung kommen lässt. Ohne Umweg und ohne Selbstreflexion hinein in Produktion und Konsum, das will doch das herrschende Denksystem der Epoche.

Die Aussage des Popstars betrachte ich in diesem Zusammenhang als zutreffende Beschreibung der inneren Befindlichkeit von uns, von unseren Freunden, Bekannten, Nachbarn, Kollegen, Konkurrenten, Gegnern. Sie ist ein Kürzel für den Zustand der Entfremdung von den wirklich individuellen Antrieben und Zielen.

Diese stecken konzentriert in den vier Lebensfragen: Was heißt es, geboren werden? Was ist Leben? Was ist Liebe? Was ist Tod? Das sind die Fragen, die man vor sich selber verbirgt, solange man von allen geliebt werden, allen gefallen und nicht umstritten sein will. Setzt man sich diesen Fragen aus, entsteht nicht nur fruchtbare Reibung: Man beginnt für sich selber und für den Nächsten zu arbeiten. Es ist der Weg zu wahrer Individualität.

Herzliche Grüße in den Spätsommer
Burkhardt

*Blick von einem der Stockhorn-Wanderwege
auf den Niesen im Vordergrund und dahin-*



Informationen zur EUS AG und zum Verein Eins uns Sein

Liebe Freunde,
Inzwischen ist der neue Gruppenraum fertig, auch die letzten Bodenbretter sind verlegt, und er ist schön geworden. Dieser Tage hat auch das neue Training begonnen. Es ist eine stattliche Gruppe, die sich auf dem Balzenberg zusammengefunden hat.

Das freut mich mindestens so wie der neue Raum. Es lässt mich heute mal ganz ketzerisch mit moderner Konsumhaltung fragen: Was gibt es denn wohl auf dem Balzenberg zu holen, dass die Leute dahin gehen? Hier mein Versuch einer nicht so direkten Antwort...

Als ich an neulich abends mit einem guten Freund unterwegs war, sagte er einen Satz, der mich seither beschäftigt hat: »Ich glaube, wir können nur dann glücklich werden, wenn wir für etwas verantwortlich sind.«

Anschließend haben wir uns lange über den Hunger der Welt unterhalten. Dabei sprachen wir vor allem über den Hunger in unserer westlichen Welt, wo doch alle genug zu essen haben.

Ich meine also den inneren Hunger, der zum Beispiel spürbar wird, wenn die Benzinpreise steigen und wir langsam Angst bekommen, dass es für uns nicht mehr reicht, dass wir zu kurz kommen könnten.

Oder den Hunger in unserer modernen Vergnügungswelt, in der wir unter 1000 Möglichkeiten wählen können,

und haben wir gewählt, das nagende Gefühl zurück bleibt, die übrigen 999 versäumt zu haben.

Mitten in diese Konsumwelt hinein also dieser mutige Satz: »Ich glaube, wir können nur dann glücklich werden, wenn wir für etwas verantwortlich sind.« Es geht in diesem Satz ja um Nahrung, um satt werden.

Um einen Blick auf die möglichen Ursachen dieses Hungers zu werfen möchte ich eine andere, vielleicht für unsere Zeit gar nicht so untypische Begegnung, schildern, die ich gerade gestern hatte und die mich auch recht bewegt:

Ich hatte ein Gespräch mit einem 32-jährigen Mann, der im Studium für eine zweite Ausbildung steht. Er wohnt mit seiner Frau, sie verdient zur Zeit das Geld.

Nun erwarten die beiden seit 10 Wochen ihr erstes Kind. Das kleine Herz des Kindes klopft, und in den Köpfen der Eltern arbeitet es heftig, wie man die beste Lösung für die neue Situation findet. Drei Monate Mutterschaftsurlaub gibt es in der Schweiz, für Väter drei Tage. Das im Mutterleib erst zehn



Zwiebelblüten

Wochen alte Kind ist also jetzt schon für zwei Tage in der Woche in der Kinderkrippe angemeldet...

Die Frau überlegt, ob sie ihre Arbeit auf 80% reduzieren kann. Der Mann will sein Studium fortsetzen, hat jüngst eine 25%-Stelle bekommen und will nebenher bei der Betreuung des Kindes helfen, da die Mutter ja viel arbeitet.

Ist doch alles ganz wunderbar überlegt, oder? Auf meine recht sanfte Nachfrage, was der Vater sich denn eigentlich wünscht, kommt erst mal sein lautes Ausschnafen und dann: Eine tiefe Beziehung zu seinem Kind, damit er später einmal nicht bereuen muss...

Und was wünscht sich das Kind? Wird es gefragt?

Die Gespräche mit dem Freund und dem jungen Vater zeigen auf ihre Art, was auf dem Balzenberg zu »holen«, oder, besser gesagt, zu »finden« ist. Der schöne neue Gruppenraum, der gelungene Sitzplatz im Garten, die herrliche Landschaft – dies alles trägt fraglos zur inneren Arbeit bei.

Doch im Vordergrund steht nicht Wellness, sondern diese feinere Nahrung gegen den inneren Hunger. Diese Nahrung, die uns auch das Glück verstehen lässt, für etwas verantwortlich zu sein.

Alles Gute und herzliche Grüsse,
Goykand
Jochen Matthäus
Hubelhüsistrasse 55
CH-3147 Mittelhäusern
goykand@bluewin.ch
0041-31-8420610

Die Seins-Woche

Diese stille und intensive Meditationswoche ist offen für die Teilnehmer der Trainingsjahre sowie nach Rücksprache auch für neue Teilnehmer, vorausgesetzt, sie bringen Meditationserfahrung mit, Bereitschaft für Stille.

Für eine Woche ziehen wir uns auf uns selber zurück in eine Struktur aus Retreat und Begegnung, aus Alltag und Stille, aus Energiearbeit und Heilung.

Dies alles dient der Erfahrung von Nicht-Tun, von Loslassen in das Sein hinein, dem Freilegen von Essenz. Denn Leben ist nur wirklich in diesem Augenblick. Und dieser Augenblick ist in jedem Augenblick neu.

Worauf kommt es also an? Auf die Antworten aus unserer innersten Freiheit, auf unsere Spontaneität und Kreativität.

Tao:
no miracle bigger
than no miracle,
no secret deeper
than no secret.
Don't teach the Tao
how to tao!
Tao is like an innocent child
penetrating the clouds
of the knower

15. bis 21. September 2008
Noch wenige Plätze frei

Nahrung

Manche alltäglichen Zusammenhänge geben zu denken, schaut man genauer hin.

Einige von uns haben Gärten oder zumindest ein paar Pflanzen in der Wohnung oder auf dem Balkon.

Was geschieht in einem Garten? Nun, allerlei Pflanzen und Kräuter, seien es Salate, Gemüse oder Blumen, wachsen dort. Die Pflanzen wachsen aus einer Substanz, die wir Erde nennen. Dazu ziehen sie Nährstoffe in Form von Mineralien und Wasser aus der Erde, verwandeln sie unter Mithilfe des Sonnenlichts und bauen sie in ihre Körper ein.

Von Pflanzen nähren sich viele Tiere. Insekten fressen ihre Blätter oder trinken ihre Säfte. Andere Tiere fressen ganze Pflanzen und werden von wieder anderen Tieren gefressen.

Wenn wir Menschen Salate und Gemüse ernten, in die Küche tragen, zubereiten und essen, decken wir damit Teile unseres Bedarfs an Nahrung.

Aus dem Atem und der Bewegung in die Stille. Chinesenmeditation (am besten morgens) und Instant Enlightenment (am besten abends) eignen sich vorzüglich für die Grup-

Dies ist ein so alltägliches Geschehen, dass wir nicht länger darüber nachdenken.

Und doch enthält dieser alltägliche und vertraute Vorgang einen Schlüssel zur Antwort auf die Frage, warum wir hier sind, warum wir leben und wozu.

Denn lenken wir den Blick auf die Stufen der Nahrungsketten lenken, wird offenkundig, wie buchstäblich alles von etwas anderem genährt wird und selbst auch Nahrung für etwas darstellt. Das Universum als Ganzes ist erfüllt von Regelkreisen, von »Nahrungsketten« und Prozessen der Energieumwandlung, wobei die umgewandelten Energien wieder andere Prozesse nähren.

Noch etwas. Im Physikunterricht haben wir den von Kelvin und Clausius aufgestellten 2. Hauptsatz der Thermodynamik gelernt. Dieser sogenannte Entropiesatz besagt, dass in allen physikalischen Prozessen die Unordnung zunimmt - mit jeder Umwandlung landet die ursprüngliche Energie auf einer niedrigeren Stufe, und dieser Prozess ist nicht umkehrbar. Im Er-

penarbeit. Die Herz.Heilung kann auch allein oder zu zweit praktiziert werden.

Preis: je Euro 18.-/SFR 28.-

Von den »Fluganleitungen« wurde soeben

gebnis geht also das physikalische Universum seinem Tod entgegen.

Der Entropiesatz gilt aber nicht, betrachten wir die Biosphäre für sich allein. Hier findet negative Entropie statt. Von der Energie einer Sonne genährt, die der Entropie unterworfen ist, organisieren sich die Bausteine des Lebens immer komplexeren Systemen. Ein gutes Beispiel ist die Photosynthese.

Immer komplexere Systeme bedeutet, in der Kette von den einfachsten bis zu den höchst entwickelten Lebensformen stellen die Glieder immer höher organisierte - höher schwingende - Nahrung für das nächste Glied dar, bis wir mit dem Menschen schließlich die Ebene erreichen, auf der neben pflanzlicher und tierischer Nahrung auch geistige Nahrung hinzu kommen muss - wenn wir gedeihen wollen.

Jetzt die interessante Frage: endet jene Kette, in der jedes Glied Nahrung für ein nächstes ist, bei uns Menschen? Dient alles uns, damit wir als die am höchsten entwickelte Lebensform existieren können und

beginnt mit uns wieder die Entropie, die Zunahme der Unordnung?

Oder stellt unser Dasein selber wieder Nahrung für etwas? Auf der physikalischen Ebene ist klar: Nach dem Tod zerfallen wir wieder in die Elemente, aus denen der Körper zusammengesetzt sind. Erde zu Erde, Asche zu Asche. Die Mineralien verteilen sich, werden wieder von Pflanzen aufgenommen.

Aber wie verhält es sich mit Bewusstsein? Das ist ja auch ein Stoff. Hört dieser Stoff einfach auf zu existieren, wenn die physische Grundlage entzogen ist? Oder ist möglicherweise dieses Bewusstsein eine Nahrung für etwas?

Antworten werden hier nicht gegeben, sie müssen gefunden werden. Hingabe an das Leben hilft finden. B.

