

Krisen auf dem spirituellen Weg erkennen - wahrnehmen

Immer die gegenwärtige Stunde, das ist Gottes Stunde

Sie ist das Stück Ewigkeit und das Stück Chaos das um Gestaltung ringt

in uns durch uns.

Die gegenwärtige Stunde - der gegenwärtige Moment - der Augenblick, das allein ist wichtig, ist wesentlich , um das Leben anzunehmen und es zu gestalten. Das Leben zu leben.....

Die Zeitlosigkeit in der Zeit zu leben ist die Herausforderung, die das Leben uns stellt - und an der der Mensch von Zeit zu Zeit verzweifeln und in tiefe Krisen fallen kann. Auslöser von Krisen auf dem spirituellen Weg sind vielfältiger Natur mit sehr unterschiedlichen, individuellen Facetten. Wie unterschiedlich sie auch sein mögen - zeigt die Erfahrung doch, dass die Auswirkungen große Gemeinsamkeiten aufweisen. Der Sinn des Lebens wird in Frage gestellt oder auch negiert. Tief empfundene Einsamkeit lähmt und nimmt die Möglichkeit das Leben als kostbar zu erfahren. Gerade wenn das große Gegenüber wegfällt, das Gottesbild im wahrsten Sinne des Wortes zerfällt, erfährt das Ich eine tiefe Erschütterung und stellt sein Sein in Frage bis hin zur Auflösung. Alte Muster und Schutzmechanismen greifen nicht mehr und der scheinbare Halt enttarnt sich als Illusion.

In dieser Zeit des inneren , und vielleicht auch äußeren Chaos, der empfundenen Haltlosigkeit, braucht es eine Hand, die hält - ohne festzuhalten. Einen Menschen, der diese Krise erkennt, da er sie kennt. Eine Wegbegleitung , der zutiefst bewusst ist, dass es eine Begleitung auf dem Weg ist und nicht ein Bestimmen des Weges.

Die Wegbegleiterin, der Wegbegleiter ist aufgerufen ganz wach zu sein um wahrzunehmen was jetzt ist. Hier - genau hier befinden wir uns in einem Paradox : die ureigenen Erfahrung ist wirklich wichtig um die Krise zu erkennen und unterstützend zur Seite stehen zu können und zugleich ist sie die große Gefahr die Wahrnehmung zu trüben und das Eigene in den Vordergrund zu stellen. Wir sind als Wegbegleitung in der großen Verantwortung, die Kostbarkeit der Erfahrung wie ein Licht, das die Dunkelheit erhellt , leuchten zu lassen -möglichst ohne selbst erneut Schatten zu verursachen, indem wir unser Ich, das heißt unseren Umgang mit der Erfahrung, über die Tiefe der Erfahrung stellen.

Die Tiefe der Erfahrung weiß, dass sie alles ist und zugleich nichts. Aus diesem Bewusstsein kann sie in die Weite führen..... und genau hier, wo Tiefe und Weite eines sind - genau hier ist das Hier und Jetzt. Der Augenblick, wo alles neu und einzigartig ist.

Dieser Augenblick JETZT ist die Chance HIER zu sein - zu spüren - wahrzunehmen mit allen Sinnen, um vielleicht geben zu können, was jetzt und hier gebraucht wird. Mit allen Sinnen meint die uns so vertrauten äußeren Sinne, wie auch die oft so vergessenen inneren Sinne. Die äußeren Sinne - Augen,

Ohren, Nase, Mund, Haut haben einen sehr direkten Zugang zum Intellekt zu haben. So wird alles, was wir (glauben zu) sehen, hören, riechen, schmecken und tasten, bewertet und einsortiert. Da bereits vielfache Sinnerfahrungen gespeichert sind, ist es mehr ein zu sortieren als ein Offensein für das, was jetzt ist. Es ist kaum möglich "neutral" zu sehen, da diese Wertung und Sortierung ein meist vom Tagesbewusstsein losgelöster Vorgang ist .

Ein gutes Beispiel aus meiner eigenen Geschichte, ist die Farbe Rot. Seit vielen Jahren ist sie mir sehr nahe (gut zu erkennen an meinen Bildern), es gab aber eine Zeit, in der es außerhalb meiner Möglichkeiten war offen und frei zu sein, wenn mir Rot begegnete. Die folgende kleine Anekdote verdeutlicht dies sehr anschaulich und war für mich damals eine Art Weckruf. Ich war mit einer Freundin in einem Cafe und an unserem Tisch waren noch einige Plätze frei. Eine weibliche Stimme, außerhalb meines Sichtfeldes fragte, ob sie sich zu uns setzen dürfe. " Natürlich, Sie stören nicht" war meine ernstgemeinte Antwort. Was zuerst in mein Sichtfeld kam, war die Farbe Rot. Ein , für mich, aggressives knallrotes Kleid..... und dann erst die Frau. Sofort bin ich innerlich mehrere Schritte zurück und das Gespräch mit meiner Freundin war quasi nicht mehr vorhanden. So entstand eine kleine Unterhaltung zwischen der "Frau in Rot" und meiner Freundin, die mich im Anschluss sehr begeistert von der Offenheit und Freundlichkeit dieser unerwarteten Begegnung überzeugen wollte. Unnötig zu erwähnen, dass dies zu diesem Zeitpunkt nicht möglich war, vermutlich auch unnötig auszuführen, dass meine Freundin wohl wenig Rot trug, aber sehr liebte - im Gegensatz zu mir. In den folgenden Tagen ist immer und immer wieder die Frage in mir aufgetaucht "Was wäre gewesen, wenn diese Frau ein blaues oder schwarzes Kleid getragen hätte?"..... das ganze Spiel hätte sich auf den Kopf gestellt.... meine Freundin, die zu dieser Zeit Blau und Schwarz vollständig ablehnte, wäre innerlich die Schritte zurück gegangen und vermutlich hätte ich sie versucht zu überzeugen, wie schön diese Begegnung war. Der gleiche Ort, der gleiche Raum, die gleichen Menschen - und doch alles ganz anders..... einfach so. Eben nicht "einfach so", sondern das Resultat meiner Konditionierungen, des Bewertens und Sortierens zu dieser Zeit. Auch wenn diese Begebenheit vor mehr als zwanzig Jahren war, ist sie für mich eine bleibende Aufforderung immer und immer wieder zu spüren, wo ich jetzt bin und wie ich jetzt da bin. Immer wieder fügt es sich, dass die Erinnerung daran auch von außen einen Impuls des Ganzwachseins erhält: Während unserer Septembertagung bekam ich einen Bleistift geschenkt, auf dem der Satz von Paul Gauguin steht: "Wer sehen will, der muss die Augen schließen". Sinnigerweise ist dieser Bleistift rot!

Diese so wunderbaren Augen, die es uns überhaupt erst ermöglichen Farbe und Form zu sehen, die Schönheit der Natur , die Schönheit an sich wahrzunehmen..... wie oft verschließen sie die Tür unseres Herzens?

Natürlich sind es nicht wirklich unsere Augen, es ist vielmehr die personelle Struktur, die die erst einmal neutral gesehene Informationen aus der Neutralität in die wertende Ebene bringt und einsortiert. Um diese personelle Struktur, die sich der Augen bedient, für eine kleine Weile in den Hintergrund treten zu lassen, ist es sehr förderlich von Zeit zu Zeit kurz (oder länger)die Augen zu schließen um anders wahrzunehmen. Selbstverständlich ist es Unsinn mit geschlossenen Augen durch die Welt zu gehen..... darum geht es nicht. Es kann aber sehr wohl eine Bewusstseinsverändernde Erfahrung sein, OHNE Augen zu sehen, vielmehr zu spüren.

Eine einfache Übung während der Fortbildung im September hat viele Teilnehmer erfahren lassen WIE sehr sich die Wahrnehmung verändern kann wenn die zunächst geschlossenen Augen sich

öffnen. Das Staunen über diese Veränderung zeigt wie wichtig es ist, solch einfache Übungen auch im Alltag immer wieder einzubauen und sich wirklich in der Wahrnehmung zu üben. Zunächst mit geschlossenen Augen auf einem Stuhl sitzend, erhielten die Teilnehmer/Innen "Besuch", d.h. jemand setzte sich auf den Stuhl gegenüber. Für eine kleine Weile mit geschlossenen Augen wahrnehmen : "Was spüre ich - wie spüre ich?"..... die Augen öffnen sich..... es ist dieser Augenblick, der die Veränderung sichtbar werden ließ - und werden lässt : "Was spüre ich - wie spüre ich - Jetzt?" .Das Bewusstwerden dieser Veränderung bereitet der Veränderung unserer eingefahrenen (erfahrenen) Sichtweise, den Weg. Vielleicht kann und darf die Freiheit entstehen, das, was wir glauben über einen Menschen zu wissen, loszulassen - gleichgültig wie lange wir ihn kennen und wie viele Erfahrungen bereits in uns gespeichert sind. Hier kann das Herz sich öffnen um wahrzunehmen, was jetzt ist -wie es jetzt ist - wie unsere Schülerin/ unser Schüler jetzt da ist - wie wir jetzt da sind - was jetzt gebraucht wird -wie wir jetzt Halt geben können, ohne festzuhalten - in diesem Augenblick.

Wie das Lauschen in die Stille hinter der Stille einlädt, nicht allein in der vordergründigen Stille zu verweilen und sich in einer Art ungefährlicher Sicherheit dort einzurichten, verweist auch das Lauschen in die Erfahrung hinter den Erfahrungen auf die tiefere Ebene des Lebens , des Seins. Die konditionierten, sorgfältig einsortierten, gespeicherten Erfahrungen sind zweifelsohne eine sinnvolle Orientierungshilfe - allein die Illusion, dass sie Sicherheit geben und immer und überall gültig sind, verschleiert unsere Wahrnehmung und kann die Offenheit und Weite der spirituellen Wegbegleitung, deutlich in Frage stellen.

Die tiefe Erfahrung der Stille, der Liebe, weiß um die Intensität und Macht der persönlichen Erfahrungsebene, kann ihr den Raum geben, der ihr zusteht -nicht weniger aber auch nicht mehr. Sie geht weiter - offen und weit - zutiefst bereit für alles was Jetzt ist. Wegbegleitung auf einem Weg, den es nicht gibt, kann nur in der Präsenz des Hier und Jetzt wirklich Wegbegleitung sein. Hier, für diesen Augenblick, jetzt.... existiert keine Erfahrung.... denn er ist noch nie gewesen.....

„Nur deine Spuren Wanderer, sind die Straße – sonst nichts

Es gibt keinen Weg, Wanderer

Einen Weg, Wanderer, den gibt es nicht.

Du selbst erschaffst im Gehen den Weg

Im Gehen erschaffst Du den Weg

Und wenn Du Dich umdrehst

siehst Du die Straße, die Dein Fuß nie mehr betritt

Einen Weg Wanderer, den gibt es nicht

Nur Spuren im Schaum de Meeres.“

nach Antonio Machado