

Helmut von Bialy

Diesseitige oder jenseitige Spiritualität



**Gedichte zur Kritik an
lebensverneinender
Religiosität und
Spiritualität**

Helmut von Bialy

**Diesseitige
oder jenseitige
Spiritualität**

**Gedichte
zur Kritik an
lebensverneinender
Religiosität und
Spiritualität**

Dodenhausen 2023

Titelbild:
Karin Gailing

Mehr Gedichte und Informationen unter www.wie-weiter.de

Gedichtbände

- Wege ins Sein Band 1: Persönlichkeitsentwicklung begleiten
- Wege ins Sein Band 2: Erleben integrieren
- Wege ins Sein Band 3: Mit Entwicklungsstörungen umgehen lernen
- Wege ins Sein Band 4: Philosophische Grundlagen zum Seinsverständnis
- Wege ins Sein Band 5: Psychosozialbildung
- Wege ins Sein Band 6: Psychotherapie

- Band 7: Zwölf Geburten zum gelingenden Leben in Liebe und Lebendigkeit
- Band 8: Zwölf Geburten – Ergänzungstexte
- Band 9: Partnerschaft als Sozialkunstwerk
- Band 10: Partnerschaft als Sozialkunstwerk - Kurzfassung
- Band 11: Partnerschaft als Sozialkunstwerk - Ergänzungstexte
- Band 12: Kompetenzen für ein gelingendes Leben
- Band 13: Kompetenzen für ein gelingendes Leben - Ergänzungstexte
- Band 14: Menschheit als Sozialkonstruktion
- Band 15: Neufreude
- Band 16: Mitten dazwischen
- Band 17: Gestaltungsmöglichkeiten im Leben
- Band 18: Diesseitige oder jenseitige Spiritualität

Themen

Prolog	11
Teil 1: Religionskritik	15
Göttliches in Kirchen oder in uns Menschen	15
Meister Eckhart (1260 – 1328)	15
Eckharts Lehre	15
Einordnung	16
Paracelsus (1494 – 1541)	17
Die Lehre des Paracelsus	19
Grundlagen einer Ethik der Ökologie	21
Baruch de Spinoza (1632 – 1677).....	21
Spinozas Erkenntnistheorie	22
Spinozas göttliche Substanz	22
Spinozas Kritik an der Theologie.....	23
Würdigung Spinozas	24
Transreligiöse Theosophie	26
Christliche Theosophie des Jakob Böhme (1575 – 1624).....	26
Theosophie des Emanuel Swedenborg (1688–1772)	27
Intermezzo: Weisheit oder Wahn?	28
Theosophie der Helena Petrovna Blavatsky (1831 – 1891)	28
Lehre der theosophischen Gesellschaft	29
Einheit und Harmonie in der Welt	31
Gottfried Wilhelm Leibniz (1646 – 1716)	31
Rechtfertigung Gottes durch Leibniz	31
Diesseitsbezug und Vernunft bei David Hume (1711 – 1776)	33
Humanismus und Religion	34
Humanistischer Materialismus	36
Ludwig Feuerbach (1804 – 1872).....	36
Feuerbach als dialektischer Idealist	37
Feuerbachs Religionskritik	38
Intermezzo	40
Feuerbach als dialektischer Materialist	41
Trieb, Moral und Wille bei Feuerbach.....	43
Würdigung Feuerbachs	45
Individualanarchismus bei Stirner (1806 – 1856)	47
Stirners Empörung gegen das Heilige	48
Stirners Eigener und das Eigentum	49

Sozialanarchismus bei Michail Bakunin (1814 – 1876).....	50
Bakunin, Gott und die Liebe	51
Bakunins diesseitiges Freiheitsverständnis	52
Gott ist tot. Was dann? Friedrich Nietzsche (1844 – 1900) 54	
Nietzsches Kritik an Moral und Religion	55
Gott und Mensch bei Freud (1856 – 1939)	57
Seelenmeidung der Psychoanalyse	58
Krishnamurti (1895 – 1986) als theosophischer Christus ..	61
Grundfragen der Menschheit	61
Angstfreiheit lernen	62
Meditierend jenseits des Denkens	63
Sterben, um einfach zu sein	65
Spiritualität bei Williges Jäger (1925 – 2020).....	67
Transkonfessionell	67
Grenzen des Alltagsverstandes	69
Jenseits des Alltagsverstandes	72
Liebe und Ethik	74
Spirituelle Begleitende	77
Schöpfergott oder Liebesgöttin bei Eugen Drewermann	
(geb. 1940).....	80
Wie finde ich dich?	80
Vorrational	81
Rational	82
Transrational	83
Schwarze und weiße Mystik bei Lutz v. Werder (geb. 1939)	
.....	85
Schwarze Jenseitsmystik	85
Weiße Diesseitsmystik	86
Materie und Psyche.....	88
Geistige Werte	88
Beeinflussbarkeit	89
Zeit.....	90
Raum	91
Teilbarkeit	91
Alte und neue Physik	92
Kleine Schattengeschichte der Seelsorge.....	95
Vielgötterei und Eingotttum	96
Sündenfall	97
Hebräer.....	98
Jesu Geburt und Tod	100
Christliche Mission.....	101
Dunkles Mittelalter	104
Monotheisten	105
Repressionsreligion	106
Konsum und Amoral	108
Weihnachts(an)gebote	109

Teil 2: Spiritualität im Diesseits.....	113
Demütiges Erkennen	114
Bedeutung klärender Begriffe erkennen.....	115
Das Ich	115
Ich-Stärke entwickeln	115
Das Ego	117
Das Selbst	117
Selbst oder Ego	118
Ego-Trolle und das Selbst	119
Ego-Trolle füttern	121
Seele ist Prozess	126
Seelenkontakt.....	127
Seelensuche.....	128
Weisheit der Seele	129
Das Sein	131
Nutzen der Begriffsunterscheidung	131
Existenz-Bewusstsein entwickeln	132
Existieren als Ich	132
Existieren im Wir.....	133
Existieren in Allverbundenheit	134
Existieren in Geistigkeit	135
Mit inneren Stimmen konstruktiv umgehen.....	138
Inneren Gesprächen lauschen	139
Drei Kinder in uns	141
Erfahrungen und Erwartungen klären.....	142
Getrenntsein oder Verbundenheit	145
Heil oder getrennt	146
Heilsames entwickeln	147
Heilendes und Heiliges.....	148
Sich heilen wollen	149
Getrennthetisillusion durchschauen	152
Polarität und Mitte.....	153
Verbundenheit als erfahrbare Realität.....	154
Einheitsbereitschaft	155
Sich für das Ganze öffnen	155
Anerkennung des Paradoxen als Weg zur Einheit	156
Spirituelle Haltungen	160
Achtsamkeit	161
Achtsamkeit im Alltag	163
Realistisches Hoffen.....	165
Entwicklungsbereitschaft	166
Menschlichkeit entfalten	168
Sich für Gerechtigkeit einsetzen.....	168
Mutig werden	169
Mäßigung einladen	170
Ehrlichkeit und Offenheit	171
Hingabekraft	172
Einverständnis	173

Sich einlassen	174
Sich annehmen.....	175
Glücksbereitschaft	176
Sich für sein Glück öffnen.....	177
Wahres Leben	180
Wahrhaftigkeit anstreben.....	181
Leben vom Tode her leben.....	183
Konstruktion und Projektion	186
Transpersonale Wahlen	187
Vom Ich-Du zum Wir	189
Synthese durch Integration.....	190
Einbeziehen.....	191
Weisheit durch Liebe	193
Liebe als Mysterium.....	195
Selbstliebe und Selbstständigkeit.....	197
Selbstliebe und Selbstbefreiung	198
Selbstliebe verstehen	199
Von Selbstzerstörung zur Selbstliebe.....	200
Wege zum Herzen.....	203
Liebevoll werden.....	204
Zu lieben meint... ..	207
Liebe und Bezogenheit.....	208
Wahre Liebe entdecken.....	209
Liebes-Töter: Verhaftetsein	210
Liebes-Töter: Autoritäts-Gläubigkeit.....	211
Liebes-Töter: Vergleichen	211
Liebes-Töter: Konzepte	212
Liebes-Töter: Anpassung und Festhalten.....	212
Liebes-Töter: Erfahrung.....	213
Liebes-Töter: Verlangen	213
Liebes-Töter: Einsamkeits-Angst.....	214
Auf dem Weg zu wahrer Liebe	215
Qualitäten bewahrter Kindlichkeit	216
Weisheit entwickeln	224
Sapere aude	226
Philosophie – sich mit Weisheit befreunden.....	227
Ich bin	229
Epilog: Zwischen Rändern des Seins.....	230
Anmerkungen.....	235

Leseempfehlung

Obwohl ich mich um Verständlichkeit
der Sprache bemüht habe,
um einfache Worte und einfachen Satzbau,
sind Gedichttexte nicht auf die gleiche Art
zu verstehen und innerlich zu verarbeiten

wie Prosatexte -

gemeint sind vor allem Texte
aus der Ratgeberecke.

Durch Gedichtform sind viele
der psychosozialen Themen
stark verdichtet,

eine der Qualitäten von „Dichtung“.

Es gilt, sich an metrische und reimende
Wortstellungen im Satz zu gewöhnen.

Metrik und Reim ermöglichen einen
eher emotionalen Zugang zu Themen.

*Kursiv sind die Fragen zur
Selbsterkundung gekennzeichnet.*

Um, sich selbst klärend, zum eher
verborgenen Denkfühlen vorzudringen,
brauchen Sie meist einige Zeit.

Geben Sie sich und

Ihrem Kontakt zum Gemeinten
in den Gedichten Raum.

Achten Sie beim Lesen feinspürig
auf Ihre Leibempfindungen

einschließlich der Bewegungsimpulse,
auf Ihre Gefühle und Gedanken.

Halten Sie inne,

wenn Sie eine Aussage bewegt,

anrührt,

zum Widerspruch reizt,

irritiert oder

nachdenklich macht.

Es wäre zu schade,

Momente von Berührung und Einsicht
nicht voll auszukosten.

Nehmen Sie sich deshalb pro Tag
maximal ein Gedicht vor.

Gönnen Sie sich mehrmaliges Lesen,

wobei Sie oft bemerken können,

wie sich bei Lesewiederholungen

andere thematische Aspekte und

neue Zusammenhänge auftun.

Die Gedichte haben zwar eine

bestimmte Abfolge,

aber sie können auch in beliebiger

Reihenfolge gelesen werden.

Viel freudige Erkenntnis dabei.

Prolog

*Wo waren wir vor unserem irdischen Leben?
Wo zieht es nach Lebensbeendigung uns hin?
Ob noch weitere Leben es für uns wird geben,
Oder ist mehr als dies eine Leben nicht drin?*

*Wie werden wir Menschen im Leben glücklich?
Was ist zu tun, dass dieses Dasein uns glückt?
Wenn es mir nicht glückte, werde verrückt ich?
Was ängstigt, wenn das Bewusstsein verrückt?*

*Wie erkennt man überhaupt lebendiges Leben?
Kennst du ein Schwarz, vom Weiß du was weißt.
Doch unser Todeserleben ist nicht anzustreben,
Auf dass wir verstehen, was zu leben es heißt.*

*Nicht ein Mensch hat bisher seinen Tod überlebt.
Über jenes Jenseits kann also keiner berichten.
Es scheint heikel, dass seinen Tod man anstrebt,
Um das Leben auf die Art sinnhaft zu verdichten.*

*Wenn auch viele, die todesnah fast gestorben,
Danach von ihrer Lebendigkeit mehr begriffen,
Ist das Leben dennoch nicht gänzlich verdorben,
Falls wir auf dieses riskante Faststerben piffen.*

*Um nicht vorm Lebensende sterben zu müssen,
Um nicht zu früh an schwerer Krankheit zu leiden,
Würde ich es für mich äußerst freudig begrüßen,
Könnte ich mich ganz für das Leben entscheiden.*

*Unser Dasein birgt in sich kaum klärbare Fragen.
Seinem Wesen nach ist das Leben geheimnisvoll.
Wie kann ein Mensch nur sein Hiersein ertragen,
Wenn sich sein Leben nicht vollzieht, wie es soll?*

*Anfang ist gleich mysteriös wie Ende des Lebens.
Woher kommen wir? Wo gehen schließlich wir hin?
Nach überprüfbarer Antwort suchen wir vergebens.
Was an Antwort wir uns zutrauen, gibt Leben Sinn.*

*Wohin geht Geliebte, die an den Tod wir verloren?
Gibt es ein Kollektivjenseits mitsamt Wiedersehen?
Wo warteten wir, bevor wir in dies Leben geboren?
Besteht Seele weiter? Wird sie leiblos vergehen?*

*Mit unserem Sterben ist Leibzeit endgültig vorbei.
Wir können und müssen keine Zeiträume füllen.
Macht Lebenswidrigkeit Tod von Streben uns frei?
Geschieht nichts mehr mit oder gegen den Willen?*

*Gehen wir in ein Alles? Oder geht es ins Nichts?
Was bleibt von uns übrig, wenn wir verscheiden?
Wer außer uns entscheidet darüber, ob angesichts
Der Endlichkeit wir aufleben oder aber leiden?*

*Wo hinein versterben wir am Endlichkeitsende?
Was macht Sterben uns leicht und was schwer?
Ist Tod für uns Hemmnis, Wunder oder Wende?
Womit leben wir weniger? Womit leben wir mehr?*

*Mahnt Tod, dass man Hiersein nicht verschliefe?
Wechselt man sterbend in eine andere Realität?
Wandelt sich oder erlischt die Seinsperspektive?
Beginnt Neues oder ist endgültig alles zu spät?*

*Gehen wir nach dem Tode in die Heimat zurück,
Dorthin, wo in Seelengestalt wir fortexistieren?
Braucht man Glaubenskraft für das Lebensglück?
Ist glaubensfrei auch glückliches Leben zu führen?*

*Früher glaubte man, viel übers Nachher zu wissen.
Konnte man, dies glaubend, umso besser sterben?
Keiner schreibt uns vor, was wir glauben müssen.
Treibt solch Freiheit uns in seelisches Verderben?*

*Das Christenjenseits hat hohen Grausamkeitswert:
Erst das Jüngste Gericht, dann wird man gegrillt.
Lebt, wer sich fürchtet, lebendig oder verkehrt?
Was tun und unterlassen, dass Sein sich erfüllt?*

*Ist es sinnfrei, seine Nachtodzeit vorzudenken?
Was man nicht weiß, soll das heiß uns machen?
Wenn Bewusstsein wir auf den Augenblick lenken,
Ersparen wir uns dabei Elend und Grübelsachen?*

*Wird per Zwang man wieder und wieder geboren,
Bis endlich alle Trübsal des Seins überwunden?
Hat, wer Gott, Himmel und Hölle abgeschworen,
Liebe, Freiheit und Sinn in sich selbst gefunden?*

*Muss nach Wiedergeburt man Karma abtragen?
Muss man nach Bosheit im Fegefeuer brennen?
Wie Gelingen erkennen, wie hingegen Versagen?
Wann besser sich binden, wann besser trennen?*

*Wie kann man sich gut auf den Tod vorbereiten?
Woher wissen wir, was uns hier glücklich macht?
Was erleben wir, wenn Bewusstsein wir weiten?
Wohin schwindet Bewusstsein in Schlafes Nacht?*

*Sind Schlaf, Traum und Tod einander verwandt?
Klopft im Traume das Jenseits an Seelentüren?
Inwieweit haben das Schicksal wir in der Hand?
Was gewinnen wir, wenn wir Kontrolle verlieren?*

*Tragen wir in uns unvergängliche, ewige Seelen?
Was wird vom Seelensein uns im Leben bewusst?
Was wird aus Hiersein, da wir die Seele verfehlen?
Spürt Herz ein Verfehlen als Schmerz in der Brust?*

*Müssen wir uns auf Zeit im Diesseits beschränken,
Zumal alles Jenseitige zermürbende Spekulation?
Heißt es sich hüten vor metaphysischem Denken?
Statt nicht wissen, glauben: Nützt uns das schon?*

*Worauf kann ich mich in dem Dasein verlassen?
Ist es das Hirn, das Herz oder der fühlige Bauch?
Woran merke ich, dass Geschehen mir passen?
Wenn was unstimmig ist, bemerke ich das auch?*

*Können wir aus uns heraus Sinnvolles wählen?
Gelingt es uns, aus Elend uns allein zu befreien?
Endlichkeit kann nützen und Todesangst quälen.
Ist Angst erträglich? Sind Fehler zu verzeihen?*

*Sollten wir darüber, was wir nicht wissen, reden?
Ist das Unaussprechliche zur Sprache zu bringen?
Wie bemerken wir, wenn wir uns selbst befehlen,
Wir entgegen unserem Wohlsein uns zwingen?*

*Sind ungläubig zur Zukunftslosigkeit wir verdammt?
Können auf Wiedergeburtstrost wir verzichten?
Gibt es eine Kraft, die aus dem Inneren stammt,
An der entlang wir getrost unser Sein ausrichten?*

*Was war vor Urknall? Wird Endplumps es geben,
Falls irgendwann das Universum zusammenfällt?
Was bleibt von all dem, wonach wir hier streben?
Wozu werden wir überhaupt ins Hiersein gestellt?*

*Wer oder was einstmals wohl Urknall auslöste?
Weshalb ist zuvor das Universum geschrumpft?
Ob ich derart fragend mich verwirre oder tröste?
Wo beginnt und wo endet sinngesund Vernunft?*

Trost hebt zeitweilig unser Leiden am Leiden auf,
Löst die Übel zwar nicht, doch befriedet die Seele.
Lasse ich Tröstungen zu, weniger Gefahr ich lauf,
Dass mit Seinsproblemen ich mich unnötig quäle.

All dieses Unergründliche unser Sein durchdringt
Samt Schmerz aus unserer Unvollkommenheit.
Trost Liebe in das unklärbar Verwirrende bringt,
Macht uns zum Leben trotz des Sterbens bereit.

Wir sollten den grundlegenden Irrtum erhellen,
Auf dass mensch sich nicht im Leben verrennt:
Kein Mensch kann sich nach außerhalb stellen.
Kein Mensch lebt je von seinem Leben getrennt.

Leben ist keine Substanz, ist kein Ding für sich,
Auch wenn das Leben als Wortart Substantiv.
Diese Haltung: Hier ist Leben und dort bin ich,
Verhindert Glück, weil Dasein damit unattraktiv.

Sobald wir diese Unabtrennbarkeit kapieren,
Verstehen, dass Leben wir haben sowie sind,
Werden eher ein lebendigeres Leben wir führen,
In dem man sich löst, nicht nur angstvoll gerinnt.

Wir können uns in unser Dasein einbeziehen,
Wenn Lebendigkeitsbedingungen wir verstehen,
Dabei nicht in Illusionen der Machbarkeit fliehen
Und Begrenztheit all unsres Planens einsehen.

Ein Leben folgt nicht nur gestaltendem Willen,
Ist nicht nur Planen, Entscheiden und Handeln.
Leben vollzieht sich meist ganz innen im Stillen.
Guter Kontakt zur Stille wird eher uns wandeln.

Ein lebendiges Leben hält sich an keinen Plan,
Es richtet sich kaum nach geäußerten Zielen.
Darum lassen wir ab vom Machbarkeitswahn,
Müssen die Macht des Schicksals nicht spielen.

Planen wir doch ab heute: Wir lassen uns ein
Als ein Öffnen für die Vielfalt der Möglichkeiten.
Was gestern gut war, muss es morgen nicht sein.
Wir dürfen uns hin zum Udenkbaren weiten.

Uns öffnend wachsen wir in uns selbst hinein,
Erkennen wir unser gesamtes Humanpotenzial,
Vom Gewohnheitsjoch wir uns dadurch befrei'n,
Von unseres Müssens und allen Sollens Qual.

Befreit vom Planen, Wollen, Sollen und Müssen,
Können wir mitten ins Leben hinein uns begeben,
Können wir beginnen, unser Sein zu genießen,
Uns liebend im Einklang mit der Mitwelt zu leben.

Diesseitigkeit wird zu unserem Lebensprinzip.
An das alltägliche Dasein binden wir uns zurück.
Uns selbst, Menschheit und Erde haben wir lieb.
In diesem einen Leben suchen wir unser Glück.

Glück nicht nur als egoistische Lustvermehrung,
Obwohl Lust und Freude bei uns gern gesehen,
Sondern als unsere konkrete Daseinsverehrung,
Indem wir uns als Teil allen Lebens verstehen.

Unser Leben als Lebendiges wollen wir ehren.
Was macht uns Freude? Was macht uns Sinn?
Liebende Beziehungen miteinander wir mehren,
Weil als Mensch ein Beziehungswesen ich bin.

Die Menschheitserzählung wird neu geschrieben.
Keine Mythen mehr von Sünden und Fegefeuern.
Vielleicht sind wir hier, um unser Leben zu lieben
Und so konkrete Beiträge zur Liebe beizusteuern.

Jenseitsbezogenes Glücksversprechen hat bisher,
Uns als Menschheit mehr geschadet als genützt.
Wahrscheinlich unsere Menschheit friedlicher wär',
Wenn eine diesseitige Spiritualität uns mehr stützt.

Spiritualität als Weg, um in Kontakt zu gelangen
Mit dem, wie wir geworden und werden können.
Evolutionäre Prozesse wir zu verstehen anfangen,
Um Lebendigem ein besseres Leben zu gönnen.

*Wer sind wir als Mensch? Wer könnten wir sein?
Wie ist Mensch, evolutionär betrachtet, gedacht?
Wie uns aus Not, Zwang, Enge und Elend befrei'n?
Ist spirituelles Bewusstsein dafür schon erwacht?*

Geistiges muss nicht nur im Nimmerland walten,
Im Jenseits, wo nur Phantasiewesen noch leben.
Mit Geist können wir diesseitige Welt umgestalten,
Ein Netzwerk aus liebenden Beziehungen weben.

Teil 1: Religionskritik

Göttliches in Kirchen oder in uns Menschen

Meister Eckhart (1260 – 1328)

Europäisches Mittelalter ging langsam zu Ende.
Doch Kirche und Adel waren fest an der Macht.
Geistig kam es in Klöstern langsam zur Wende,
Denn man las, was einst die Griechen gedacht.

Als Jugendlicher trat Eckhart von Hochheim -
Sein Vater war höchstwahrscheinlich ein Ritter -
In den Orden der predigenden Dominikaner ein.
Zugehörig war das Leben damals weniger bitter.

Das Klosterleben bot ihm die Chance zum Lernen:
Alte Sprachen, Philosophie, Aristoteles, Theologie.
Mit Bildung von Glaubensdogmen sich zu entfernen,
Legte die Kirche ihm aus als Ketzerei, als Häresie.

Die Dominikaner predigten oftmals und lehrten,
So auch Eckhart in Paris an berühmter Universität.
Durch Weitergabe christlichen Glauben sie ehrten.
Mit dem Erfolg auch Neid und Missgunst entsteht.

Von seinen Ordensbrüdern wurde er angeschwärzt.
Auch Frömmelnde sind voll Missgunst und Neid.
Meister Eckhart hat die Anklage sicher geschmerzt.
Inquisition und Todesstrafe drohte zu jener Zeit.

Es war sehr gefährlich, eigenständig zu denken
Und das selbst Gedachte noch aufzuschreiben.
Gedanken über Gott wollten Kirchenobere lenken,
Auf dass Gesellschaftsordnung sollte so bleiben.

Oben Adel und Kirche und unten Bauernstand.
Diese unheilige Ordnung seit Jahrhunderten galt.
Durch Religion hatte die Bauern man in der Hand.
Wer dagegen sich auflehnte, der wurde nicht alt.

Eifrig wurden aus Eckharts Schriften die Sätze,
Die als ketzerisch angesehen werden konnten,
Aus Kontexten gerissen, dass man ihn verletze.
Seine Gegner in ihrer Missgunst sich sonnten.

Meister Eckhardt während des Prozesses starb.
Sein Einfluss und seine Ämter hatten zu ruhen.
Herrschaftserhalt geistigen Fortschritt verdarb.
Lange geschlossen blieben Aufklärungstruhen.

Eckharts Lehre

Eckhart zwischen Gott und Gottheit unterschied.
Gott sei all das, was direkt in der Bibel zu lesen.
Kontakt zu Gott durch unser Denken geschieht.
Wille und Vernunft beschreibe des Gottes Wesen.

Gott entstehe durch die Tätigkeit unserer Seelen.
Wir begehren und erinnern, befürchten und wollen.
Doch Gott denkend, wir Kontakt zu ihm verfehlen.
Denkglaubend wir Gott kaum Beachtung zollen.

Schöpfung sei noch an Sein und Zeit gebunden.
Geschichten vom Schöpfergott seien erdacht.
Jenseits Zeitlichkeit werde zur Gottheit gefunden.
Jenseits des Seins das Göttliche in uns erwacht.

Weit jenseits der Vernunft auf dem Seelengrund,
Entfernt von der Profanität äußerlichen Lebens,
Gebe im Erleben wahrhaft sich Göttliches kund.
Mit Verstand suche man die Gottheit vergebens.

Im Grunde habe die Seele eine göttliche Qualität.
Am Seelengrund zeige Gottheit sich unmittelbar.
Der Seelengrund für das Göttliche in uns steht.
In dieser Unmittelbarkeit werde der Glaube wahr.

Gottheit erfahren wir durch ein Denken schlechthin,
Als erkennen, ohne dass anderes Sein dazukäme.
Auf dem Seelengrund nur ein schlichtes: Ich-Bin.
Mit mehr man den Zugang zum Göttlichen lähme.

Diese Gottheit in uns sei die Form aller Formen.
Auf unserem Seelengrund denken wir unbestimmt.
Dort gelten weder Bestimmungen noch Normen.
Mit nicht Erklärbarem man den Kontakt aufnimmt.

An die Stelle des Glaubens trete die Spiritualität
Als ein unmittelbares wahres Gottheitserleben.
Auf einem grundlosem Grund unsere Seele steht.
Glaube wird ersetzt durch unser Seelenerbeben.

Einordnung

So oder so ähnlich hatte Eckhart damals gelehrt.
Eine Kirche wird für Versenkung nicht gebraucht.
Dass solch Denken für Kirchenvertreter verkehrt,
Fast wie von selbst in den Gedanken auftaucht.

Kein Kinderglaube an einen erdschöpfenden Gott.
Kein Bild von Gottvater, Heiliger Geist und Sohn.
Weder Kirche noch Glaubensbewertungskomplott.
Wem, der herrschen wollte, gefiel sowas schon.

Selbst heute noch, siehe dazu Herrn Drewermann,
Will die Kirche von Spiritualität kaum was wissen.
Kirchenobere hängen noch dem Kinderglauben an.
Kirchenflüchtende Spiritualität zumeist vermissen.

Stattdessen wird viel an Energie darauf verwandt,
In den Religionslehren sich scharf abzugrenzen.
Noch immer herrscht vor der Glaubensverstand.
Augen kaum von der Gottheitserfahrung glänzen.

Wer Ökumene betreibt, wird noch exkommuniziert.
Was ein rechter Glaube zu sein hat, wird befohlen.
Wer was anderes lehrt, die Lehrerlaubnis verliert.
Gewaltherrschaft der Kirche ist meist unverhohlen.

Noch immer erhalten die Kirchen Geld vom Staat.
Der Staat zieht die Kirchensteuer weiterhin ein.
Doch zum Glück ist es heute nicht mehr Heldentat,
Nicht ein gefügiger Diener einer Kirche zu sein.

Paracelsus (1494 – 1541)

Philippus Theophrastus Bombastus von Hohenheim
Wurde in der Schweiz als Sohn eines Arztes geboren.
Früh machte auf das Arztsein er sich eigenen Reim.
Sein Herz jedoch hatte an die Theologie er verloren.

Mit wachen Sinnen in Praxisbereichen der Welt
Bei Bergleuten, Alchimisten, Rutengängern, Badern.
Mehr als Bücherwissen die Erfahrung für ihn zählt.
Mit der abstrakten Gelehrtheit beginnt er zu hadern.

Es genüge nicht, Arzt dem Scheine nach zu sein.
Ein edler roter Mantel samt Barett reiche nicht hin.
Auf eine Erfahrungsreise lasse man besser sich ein,
Nach viel konkreter Praxis wahrhaft Arzt ich erst bin.

Paracelsus, wie von Hohenheim sich selbst genannt,
Studierte an mehreren Universitäten die Medizin.
Zweiundzwanzigjährig das Studium Abschluss fand.
Schließlich kleidete ein roter Arztmantel auch ihn.

In Europa gerade Zeit religiöser Reformation begann.
Luther veröffentlichte seine religionskritischen Thesen.
Die Bauernkriege zogen Paracelsus in ihren Bann.
Meist war er auf Seiten der Entrechteten gewesen.

Paracelsus wird von Reformationsideen geprägt.
Deren Strahlkraft dringt in seine Gedanken ein.
Eine Idee von Christus in seinem Herzen sich regt.
Er entschließt sich, ein Apostel von Jesus zu sein.

Deutlich setzt er dabei von Martin Luther sich ab.
Jedoch verteidigt er Luther gegen dessen Feinde.
Einen direkten Bezug zu Jesus Christus er hab'.
Darum brauche er für sich keine Kirchengemeinde.

Maria repräsentiert für ihn Gottes weibliche Seite.
Er sieht diese mit männlichem Gottanteil vermählt.
Im Himmel regierten Mann und Frau. Also beide
Er zu den Herrschenden im Reiche Gottes zählt.

Mit den aufständischen Bauern er sympathisiert.
Allzu gut kann er deren Nöte und Sorgen verstehen.
Jedoch Haltung der Kirche er eher scharf kritisiert,
Weil Kleriker nicht aufs Elend der Bauern eingehen.

Es gehe nicht um Kirche, sondern um Spiritualität.
Ein Bethaus sei doch in jedem Schlafkammerlein.
Nur durch Durst nach Christus ein Glaube entsteht.
Kein Priester müsse daher dazwischen noch sein.

Er dulde keine Begrenzung durch eine Konfession.
Die Ökumene des Geistes werde von ihm erstrebt.
Eine Spiritualität erfordere niemals starre Religion.
Gleichrangig ein Glaubender neben anderen steht.

Ein Türk, den es dürste nach mehr Gerechtigkeit,
Sei nicht besser oder schlechter als irgendein Christ,
Der der Gerechtigkeit eine ehrliche Stimme verleiht.
Ein Glaubenszwang Gift für wahrhaft Göttliches ist.

Wer den Glauben wolle mehren mit dem Schwert,
Wer andere mit Gewalt von Gott überzeugen will,
Der sei vom Teufel besessen und lebe verkehrt,
Der gehe in sich, handle nicht und schweige still.

Es sei vollkommen unnötig, in Kirchen zu gehen,
Üppige Feste zu feiern, zu beichten und zu beten.
Christus würde voll Abscheu das Treiben besehen.
In Gasthäusern beginnt er, gegen Klerus zu reden.

Die etablierte deutsche Ärzteschaft greift ihn an,
Weil er beständig auf Wanderschaft sich befinde.
Er meint sich dafür rechtfertigen zu müssen sodann,
Auf dass er sorgsam sein Umherziehen begründe.

Durch Deutschland, Italien und Frankreich reisend,
Habe er nach Urgründen seiner Heilkunst gesucht.
Nicht nur die Schriften waren Wege ihmweisend.
Auch habe er Lernen aus direkter Praxis verbucht.

Sein Wandern habe ihm derart vieles erschlossen.
Keine Meisterschaft erwachse im eigenen Haus.
Gute Lehren seien über gesamte Welt vergossen.
Darum müsse ein Lernender in die Mitwelt hinaus.

Also müsse seinem Wissen entgegen man gehen.
Was man erfahren will, müsse man sich erfahren.
Ein Arzt müsse wandernd die Welt sich ansehen,
Um lebensklug zu werden in den Wanderjahren.

In Basel wird schließlich Professur ihm beschert.
Studium der Medizin er daraufhin revolutioniert.
Anstatt in Latein in deutscher Sprache er lehrt.
Zur Verbreitung des ärztlichen Wissens das führt.

Neben der Lehre Kräuter- und Mineralexkursionen.
Öffentlich verbrennt er die Bücher von Autoritäten.
Nicht allen Büchern auch Weisheiten innewohnen.
Doch Erfahrung entgegen zu eilen, fördere jeden.

Das Spekulieren alleine mache noch keinen Arzt.
Wahre Lernwege führten in die Erfahrung hinein.
Dank des Buchstabenwissens die Bildung verwarzt.
Gott zur Ehre müsse ein Arzt in der Natur auch sein.

Ein naturwissenschaftliches Denken auf einer Seite,
Eine theologische Reflexion auf der anderen Hand
Unsere Entwicklungswege als Menschen begleite.
Licht der Natur wie auch des Geistes werde erkannt.

Systemsprengende Gedanken, fünfhundert Jahre alt,
Wurden, weil verschriftlicht, zu einem Teil der Kultur.
Kulturelles entfaltet meist eher sublim seine Gewalt,
Setzt den Zeitgeist auf eine neue gedankliche Spur.

Mehr als fünfhundert Jahre sind diese Gedanken alt.
Doch Glaube oder Wissen wird oft noch vertauscht.
Aufklärung drängt nur mühsam durch geistigen Spalt.
Irrationales wird meist überbetont und aufgebauscht.

Die Lehre des Paracelsus

Für Paracelsus der Naturbereich erstreckte sich
Vom Sichtbaren bis ins noch Unsichtbare hinein.
Unsichtbares werde sichtbar im geistigen Licht.
Beides lade ein Medicus zum Ganzsein sich ein.

Das Sichtbare erforsche man mit seinen Sinnen,
Unsichtbares aber erhelle man dank dem Verstand.
Licht des Geistes scheine auf, wenn wir beginnen,
Zu Gott zu knüpfen heiliges, also heilendes Band.

Ärztliche Heilung wie auch göttlich-seelisches Heil
Zusammen bilden die Seiten einer Medaille sie ab.
Natur mitsamt Geist muss Arzt bedenken, dieweil
Als Mensch einen Leib samt einer Seele ich hab'.

Die geistige wie die chemische Welt seien beide
Mit Lebensvorgängen im Menschen verbunden.
Jeder Mensch, der unter einer Krankheit leide,
Brauche Geist wie auch Natur, um zu gesunden.

Nicht die Pflanze heile, nicht Pulver aus Chemie,
Nicht heile uns Wasser, weder Kälte noch Hitze.
Nur einer uns heile, das begreife heute oder nie:
Der allkundige Heilmeister, der in der Seele sitze.

Krank werde eher, wer durch ein falsches Leben
Geschwächt und gehindert ward, sich zu finden.
Gegen so etwas kann es nur ein Rezept geben:
Das Falsche mit Hilfe der Liebe zu überwinden.

Gott und wir Menschen seien eng verflochten.
Mikrokosmos sei in Makrokosmos eingefügt.
Ärzte Menschen zu unterstützen vermochten.
Doch schlichte Leibkenntnis allein nicht genügt.

Gott sei im Himmel und im Menschen zugleich.
Mensch sei Tempel, in dem sich Gott offenbare.
Darum müsse Arzt erahnen das Himmelsreich.
Heilung ohne Gottesbezug sei nicht das Wahre.

Medizin als Heilkunst müsse sichtbar machen,
Wie Menschen konkret auf den Kosmos bezogen.
Naturforschung und Theologie: ähnliche Sachen.
Einheit der beiden wird von Paracelsus erwogen.

Alles Irdische trage in sich firmamentische Kraft.
Firmamentisches gelte es auch in uns zu erkennen.
Erst, wenn Verbindung zum Ganzen man schafft,
Unsere Krankheiten sich wieder auflösen können.

Arzt könne verstehen, wie groß der Mensch ist.
Könne die Werke Gottes so zu erkennen geben.
Er wisse, wie die Menschennatur entstanden ist,
Wisse viel übers Wunder, als Mensch zu leben.

Allein eingebettet in das göttliche Heil erhalte
Die ärztliche Heilkunst die heilungsnötige Kraft.
Der heilende Gott hinter allen Heilenden walte.
Gott sei es, der uns alle Gesundung erschafft.

Ziel sei, glückseliges Sein möglich zu machen.
Doch allzu viele im unseligen Leben verharrten.
Ihr Haben in diesseitiger Welt sie bewachen.
Glückselige aber zur Welt des Heiligen starten.

Glückseligkeit, Liebe und Einfühlung in andere,
Das sei der Urgrund für sein eigenes Leben.
Sei Grund, weshalb durch Europa er wandere,
Um seine Heilungserfahrungen weiterzugeben.

Auf dem Weg zu einem uns gelingenden Leben,
So widersprach Paracelsus dem Zeitgeist radikal,
Müsse bisheriges irdisches Leben man aufgeben.
Für Zukunft im Jenseits träfen hier wir die Wahl.

Niemand könne nach seinem Tode selig sein,
Es sei denn, er sei so schon auf Erden geworden.
Auf Glückseligkeit stelle sein Trachten man ein.
Heute lieben wir, statt aus Habsucht zu morden.

Jesus Christus sei ein Vorbild für irdisches Leben:
Arm, bescheiden, für Nächste die helfende Hand.
Ohnedem könne es einen Glauben nicht geben.
Die Nächstenliebe webe zum Hoffen ihr Band.

Jeder Christ solle vor der Prunksucht sich hüten
Und echten, ihn erhebenden Werten nachfolgen.
Statt mit dem Geld soll man mit Güte vergüten.
Dank Nächstenliebe würde allen es wohl geh'n.

Selig, weit mehr als selig sei der Mensch, dem
Ein gütiger Gott die Gnade der Armut verleihe.
Reichtum, der Entfaltung der Güte in uns lähm',
Sei Makel, den im Jenseits man nicht verzeihe.

Die falschen Christen hingegen regierten üppig.
Sie übten Gewalt aus über Geld und über Gut.
Mit Lebensart des Teufels mein Leben trüb ich.
Vergebens floss für falsch Lebende Christi Blut.

Wer Reichtum liebe, sitze auf gefährlichem Ast.
Nicht irdisch reich werden, doch himmlisch reich.
Mit äußerem Reichtum du deine Liebe verpasst.
Allein im Inneren kann ein Mensch göttlich sein.

So solle kranker Mensch bei Tag und bei Nacht
Vom Arzte vorgestellt mit all seinen Sinnen sein.
Wie man zu Kranken sich verhalte, wird bedacht.
Liebe stelle sich als Grund für Gesundheit ein.

Liebe sei, das stehe für Paracelsus außer Frage,
Dasjenige, was am Ehesten uns Menschen heile.
Sei er zu einführender Unterstützung in der Lage,
Wenn der Arzt den Mitmenschen zur Hilfe eile?

Für eine Beziehungsmedizin Paracelsus plädiere.
Apparat und Medikament spielen geringere Rolle.
Es sei unsere Liebe, die zur Genesung uns führe,
Nicht also die Technik, eher das Hingebungsvolle.

Grundlagen einer Ethik der Ökologie

Baruch de Spinoza (1632 – 1677)

Die Familie der Spinozas hatte in Portugal gelebt,
Bis die Juden dort unerwünscht und vertrieben.
Damit als Jude nicht in Todesgefahr man schwebt,
War nur Auswanderung nach Holland geblieben.

Baruch wurde folglich in Amsterdam geboren.
Seine Familie lebte in dem Viertel der Juden.
Nur die Jungen wurden zum Lernen erkoren.
Mädchen mussten viele Jahrhunderte zuseh'n.

Der Vater starb, als Sohn zweiundzwanzig war.
Baruch erlernte Latein bei einem Ex-Jesuiten,
Nahm die Gedanken von Descartes dabei wahr.
Doch ließ Selbstdenken er sich nicht verbieten.

Er schloss sich den Kreisen von Freidenkern an,
Bezweifelte bald die gängigen Glaubenslehren,
Ward ausgeschlossen von der Gemeinde sodann.
Mitgliedern wurde verboten, mit ihm zu verkehren.

In Gefolge dieses Bannes verfasste Spinoza
Eine umfangreiche und klare Verteidigungsschrift,
Erst dreiundzwanzig Jahre zählte Baruch da.
Doch schon fürchtete man seines Zweifels Gift.

Auf ein Betreiben der Gemeinderabbiner man ihn
Vom Magistrat der Stadt aus Amsterdam verwies.
Anpassung jedoch ihm nicht passend erschien.
Weiter schreibend er in Rijnsburg sich niederließ.

Sein Ruf verbreitete sich in der Gelehrten Welt,
Dass er Gedanken von Descartes weiter trieb.
In Unterhaltsfragen ganz auf sich allein gestellt,
Spinoza die Produktion von Mikroskopen betrieb.

Mit einunddreißig schrieb er das einzige Buch,
Das zu Lebzeiten unter seinem Namen erschien.
Ansonsten, das war damals für Kluge ein Fluch,
Mit Veröffentlichungsverbot strafte die Kirche ihn.

Immer wieder dieses Abschirmen vom Neuen.
Immer wieder Verteidigung alter Privilegienwelt.
Stattdessen den Menschen Dogmen einbläuen,
Damit sich keiner der Herrschaft entgegenstellt.

Immer wieder die kaltschnäuzige Machtignoranz:
Was interessiert mich dein Suchen und Denken.
Immer wieder Gewalt und Dummheitspenetranz:
Wer nicht herrscht, sollte den Kopf tiefer senken.

Herrschende sind oft von tiefer Angst getrieben.
Doch dass sie so ängstlich, ist ihnen nicht klar.
Deshalb sind meist sie auch unfähig zu lieben.
Darum lassen sie am Fremden kein heiles Haar.

Spinoza starb früh mit vierundvierzig Jahren,
Wahrscheinlich infolge einer Lungeninfektion.
Freunde konnten seinen Nachlass bewahren
Und veröffentlichten diesen im Todesjahr schon.

Spinozas Erkenntnistheorie

Spinoza setzte noch ganz auf unseren Verstand,
Denn der menschliche Geist sei ungeheuer fähig.
Geheimnisse der Natur sei er zu lüften imstand.
Mit der Seele die Wesenheit des Gottes seh ich.

Wie ein Gott selbst, so hat auch der Geist Ideen:
Menschen sammeln Erfahrung mit dem Verstand.
Allein mit der Erfahrung wird man viel übersehen.
So bliebe trügerisch das, was verstandlos erkannt.

Dies erfordere von uns, nicht allein zu beobachten,
Nur die äußeren Beziehungsmuster zu erfassen,
Sondern Bezogenheiten dahinter zu betrachten,
Wo die Naturgesetze erst sich ergründen lassen.

Sinneserfahrung liefere nur oberflächliches Wissen
Aus bestimmter Perspektive zu bestimmter Zeit.
Zu wahrer Einsicht dahinter wir vordringen müssen.
Dazu sei einzig kritischer Verstand in uns bereit.

Was dieser Verstand erkenne, sei wahr und richtig.
Rationales Denken der Weg zur Wahrheit uns sei.
Nach dem Grund der Existenz zu fragen sei wichtig;
Um zu klären, wieso etwas so und nicht anders sei.

Verstandeswissen sei abgelöst von Raum und Zeit
Und damit unvergänglich, ewig sowie unwandelbar.
Eine Geschichtlichkeit zu sehen, war er nicht bereit.
Hier Spinoza ganz Kind des Zeitgeistes noch war.

Spinozas göttliche Substanz

Spinozas Idee war, ein Ziel für das Leben zu finden,
Das sich von illusorischen Zielen klar unterschied,
Mit dem das Leben in stabile Freude kann münden,
Mit dem das Unbefriedigende meist man vermied.

Also musste eine Ethik als die Lehre zu Werten her,
Und zwar möglichst eine mit bleibender Gültigkeit.
Dazu brauche mensch Denkmethode mit Gewähr,
Dass seine Erkenntnisse auch für die Zukunft bereit.

Spinoza erkannte dabei bald, dass Ethik und Politik
Nicht im Alltäglichen voneinander zu trennen waren.
In ein gigantisches Gedankenvorhaben er einstieg,
Um praktisch seine geistige Integrität zu bewahren.

Sein erstes Klärungsbemühen auf Gott sich bezog.
Gott eine unendliche und ewige Substanz er nannte.
Alles Sein in dieser Substanz er als enthalten erwog:
Das Bekannte gleichermaßen wie das Unbekannte.

Diese Substanz existiere nur aus sich selbst heraus.
Sie brauche nichts Ergänzendes mehr, um zu sein.
Die Substanz sei also nicht auf einen Schöpfer aus,
Denn sie schließe Schöpfer wie das Geschöpfte ein.

Dieser Gedanke war derzeit ungeheure Provokation.
Indem Spinoza das Göttliche derart naturalisierte,
Sprach er der Allmacht des üblichen Gottes Hohn.
Dessen väterliche Autorität er derart unterminierte.

Wenn Menschen etwaige Unterschiede erkennen,
Liege dem stets etwas Gemeinsames zugrunde.
Wir Einzelnes nur in Bezogenheit sehen können.
Das Getrennte sei stets mit dem Ganzen im Bunde.

Keine Substanz sei so begreifbar aus sich heraus,
Sondern sie sei stets nur auf die anderen bezogen.
Aus-sich-Selbst-heraus-Seiendes schloss er aus.
Systemdenkende wären dem Spinoza gewogen.

Die Ursubstanz, von Spinoza auch Gott genannt,
Sei in ihren Eigenschaften unendlich und absolut,
Sie verbinde alles Seiende wie ein inneres Band.
Nichts sich außerhalb dieses Unendlichem tut.

In dieser Ursubstanz sei auch Göttliches enthalten.
Jedoch sie habe und brauche Schöpfer nicht mehr.
Sie sei gestaltet und zugleich könne sie gestalten.
Das Göttliche in ihr biete eine Ewigkeitsgewähr.

Der Kosmos, das Universum sei diese Substanz,
Es könne darum nichts außerhalb von ihr geben.
Darin enthalten sei alles vollständig und ganz.
Gott zeige sich in allem Seienden, in allen Leben.

Gott und Kosmos seien untrennbar auf ewig vereint,
Keines könne jemals ohne das andere existieren,
Es gebe keinen Gott, der frei den Kosmos verneint,
Denn der Kosmos würde den Gott mit sich führen.

Was der Mensch von der Substanz erkennen kann,
Benannte Spinoza als ihre Substanzeigenschaften.
Geist und Materie im Raum seien von jedermann
Als Denkbare und als Ausdehnung zu verkraften.

Geist und Materie seien jedoch nicht verschieden,
So wie Descartes sie dereinst gedanklich getrennt.
Verschiedenheitsidee werde dadurch vermieden,
Dass den Ursprung der Ursubstanz man erkennt.

Was Descartes noch eine Wechselwirkung nenne
Zwischen Geist und Materie sowie Seele und Leib,
Neudenkend als eine Einheit erfahren man könne,
Solange man auf der göttlichen Ebene verbleib'.

Man könne Anteil haben an der göttlichen Natur,
Indem auf Dinge man schaut, wie Gott sie erschaut.
Gott sei der Gesamtheit allen Seins auf der Spur.
Eine Ganzheitsschau uns die Brücke zu ihm baut.

Spinozas Kritik an der Theologie

Spinozas Schriften über Religion und über Politik
Erschienen zwar sieben Jahre vor seinem Tod.
Doch Autor, Druckerei, Druckort man verschwieg,
Auf Dass keiner dadurch käme in Verfolgungsnot.

Die Bibel sei niemals als fehlerfrei zu betrachten,
Sie sei nicht von einem Gott wortwörtlich inspiriert.
Man müsse nur auf die vielen Widersprüche achten,
Die Menschen in die Bibel im Laufe der Zeit diktiert.

Die Bibelauforen seien Kinder ihrer Zeit gewesen.
Die Glaubensvorstellungen haben sich gewandelt.
Im Geschichtskontext müsse die Bibel man lesen.
Nur um Meinungen zum Glauben es sich handelt.

Die Heilige Schrift Menschen nicht wirklich aufkläre
Über das, was Gott wahrhaft sei und was er wolle.
Gehorsam und Liebe zu Gott die Bibel uns lehre
Und dass unsere Mitmenschen lieben man solle.

Um diesen Kern zu verstehen, brauche man keine
Jahrelange Unterweisung in Sachen Theologie.
Jede Person käme schon selbst damit ins Reine.
Bibeltexte einzig als Drohung missbrauchten sie.

Allein die erstarrten Dogmen und Rituale hielten
Judentum und Christentum weiterhin am Leben.
Wenn nicht derart nach der Macht sie schielten,
Müsste all die Theologen es nicht mehr geben.

Werde die Heilige Schrift auf die Art verstanden,
Käme diese nicht mit unsrer Vernunft in Konflikt,
Müssten die Denker nicht im Gefängnis landen,
Hielte man die Wissenschaft nicht für verrückt.

Weil mensch vollkommene Erkenntnis anstrebe,
Und weil Göttliches wahrhaft Vollkommenes sei,
Stehe der Weg, dass man Einheit mit Gott erlebe,
Als Richtung zur Erkenntnis für viele von uns frei.

Weil Gott in allem sei, müsse unser Ziel sein,
Eins mit unserer göttlichen Natur zu werden.
Dadurch erst stelle ein innerer Friede sich ein,
Wenn in Einklang wir seien mit Natur auf Erden.

Liebe zur Natur sei stets zugleich Liebe zu Gott.
In die Naturnotwendigkeiten fügten wir uns ein,
Beherrschten die Natur nicht im Machtkomplott,
Wollten mitgestaltender Teil vom Ganzen sein.

Die Glückseligkeit sei nicht einer Tugend Lohn.
Die Glückseligkeit selbst sei uns Tugend genug.
Nicht der Tugend wegen verzichte man schon,
Doch Verzicht um des Glückes wegen sei klug.

Würdigung Spinozas

Spinoza findet sich zunehmend ein in der Welt.
Philosophieren ist mehr aus auf Diesseitigkeit.
Uns Menschen er in ein Beziehungsnetz stellt,
Verankert uns dadurch im Raum und in der Zeit.

Mensch sei einbettet in ein Netzwerk aus Sinn.
Wir seien Teil der Natur und wir wirkten in ihr.
Wenn ich erfahre, dass in dem Netzwerk ich bin,
Ströme grässliche Todesangst nicht mehr in mir.

Ich bin wie alles Göttliche auch ein Teil der Natur,
Die als solche den gesamten Kosmos umspannt,
Vernetzung zu erleben, sei Gotteserfahrung pur.
Sich zum Ganzen öffnend, werde Einheit erkannt.

Ökologisch handeln, verbunden mit Spiritualität,
Alternativ zu derzeitiger Konsumtrotlosigkeit?
Die Chance für eine neue Gesellschaft entsteht,
Wenn wir Spinozas Ideen zu verstehen bereit.

Gründliche Radikalität und Unbestechlichkeit,
Mut zum Risiko und keine Angst vor dem Bann:
Diesen Weg nahm Spinoza auf sich seinerzeit,
Brachte damit die Menschheit reichlich voran.

Sich behaupten, doch nicht auf Kosten der Welt.
Die Tatsache beachten, dass ich Teil von ihr bin,
Für Mitwelt sorgend mitten hinein in sie gestellt,
Sie zu hegen und zu pflegen, schafft Lebenssinn.

In eine umfassende Wirklichkeit sich begeben,
In der verbunden allein das Herz gedeihen kann,
Nicht länger als ein isoliertes Selbst sich erleben:
Sich einzubetten, damit fange vertrauend man an.

Jeglicher Gegensatz von Selbst- und Weltbezug,
Von Selbstliebe hier, Menschenfreundlichkeit da,
Erscheint aus Spinozas Sichtweise nur als Trug.
Menschsein nur als Teil im Gesamten geschah.

Transreligiöse Theosophie

Theosophisch wird alles Bestreben genannt,
Das Erkenntnis über Göttliches erlangen will,
Nicht per Verkünden, sondern aus erster Hand,
Durch intuitive Innenschau, wachsam und still.

Göttliches wird nicht Dokumenten entnommen,
Wie es viele Theologen so gern praktizieren,
Sondern dahin muss jeder einzelne kommen,
Durch Seelenschau mit Hilfe von Meditieren.

Mystische Lehren werden dazu einbezogen
Aus den bedeutenden Religionen der Welt
Und in offenen Zirkeln wie geheimen Logen
Interessierten zur Seelenverfügung gestellt.

Antike Gnosis, Hinduismus, jüdische Kabbala,
Christliche Mystik und Sufismus aus Islam
Und Zen-Buddhismus bringen Göttliches nah.
Man braucht nicht Rabbi, Pfarrer noch Imam.

Den Theosophen geht es zentral darum, den
Wahren Kern aller Religionen aufzuzeigen.
Sie dadurch jenseits der Religionen steh'n.
Zur Umfassung der Menschheit sie neigen.

Den Kern umfassender Geschwisterschaft
Der Menschen auf Erden wollen sie formen.
Glaubensunterschiede werden abgeschafft.
Nie mehr die Menschen trennende Normen.

Kultur- und Geschlechtsunterschied: irrelevant.
Alle die Menschen sind göttlich durchdrungen.
Nicht bedeutsam auch Hautfarbe und Stand.
Jeder Mensch ist einzigartig und voll gelungen.

Christliche Theosophie des Jakob Böhme (1575 – 1624)

Böhme schloss an die Theologie Luthers an,
Individuellen Zugang zu Göttlichem zu finden.
Man nicht nur Bibel lesen und deuten kann,
Man kann sich auch direkt mit Gott verbinden.

Man kann göttlichen Wesens sich innewerden
In dem Göttliches und Natürliches vereint,
Wo Geist sich zeigt in des Leibes Gebärden
Man sich mit allen und allem verbunden meint.

Eine zweite Reformation sei Weg nach innen.
Mensch bekomme göttliches Auge zum Sehen,
Würde sich aufs Schöpfungs-Ganze besinnen,
Die Weisheit des Göttlichen in sich verstehen.

Jeder, der so um Wahrhaftigkeit gerungen,
Verborgenen Gott derart in sich entberge,
Sei von göttlicher Weisheit durchdrungen,
Erfahre sich als Teil im göttlichen Werke.

Sofia, Weisheit, als Jungfrau symbolisiert
Lebte mit Adam einstmals im Paradies.
Doch Sofia Adam an die Lust-Eva verliert.
Und Theosofia Adams Sphären verließ.

Seit jener Zeit warte die weise Jungfrau
Auf Rückkehr der Adams-Kinder zu ihr.
Böhme erlebte sie in seiner Innenschau.
Meditation als Innenweg heim zu ihr führ'.

Theosophie des Emanuel Swedenborg (1688–1772)

Swedenborg wollte Wissenschaft betreiben,
Um mehr von Gottes Schöpfung zu verstehen.
Wollte göttlichen Ursprung man nahebleiben,
Heiße es, der Natur auf den Grund zu gehen.

Dass unsere Sonne mit zur Milchstraße zählt,
Hat Emanuel Swedenborg als erster entdeckt.
Dass Mensch als Schöpfungsteil nicht fehlt,
Wird durch die Ordnung des Weltalls bezweckt.

Der Mensch sei in geistige Freiheit geführt,
Zu erwidern des Gottes Weisheit und Liebe.
Swedenborg sorgsam das Gehirn studiert.
Trotz allem die Seele verborgen ihm bliebe.

Die Seele derart nicht erkennen zu können,
Führte ihn in eine Krise der Wissenschaft.
Er lernt die übersinnliche Sphäre kennen,
Vertraute mehr auf Engel und Geister Kraft.

Weisheit samt Liebe seien untrennbar eins.
Weisheit sei wie Licht und Liebe wie Wärme.
Beides sei Ausdruck eines göttlichen Seins.
Die Sonne sei Gottes leuchtende Therme.

Weisheit mit Liebe ergieße sich durchs All
In Engel, in Geister und in Menschen hinein.
Jeder Mensch entscheide von Fall zu Fall:
Auf Weisheit und Liebe lasse ich mich ein.

Entwicklung von uns sei davon bestimmt,
Vor allem jene, nachdem wir gestorben,
Was an Weisheit und Liebe man mitnimmt.
Ohne solches wird die Zukunft verdorben.

Liebe in himmlischer oder höllischer Form,
Gottes-Liebe oder die Liebe zur Welt,
Nächsten-Liebe wird bei ihm zur Norm.
Selbstsüchtige Liebe ins Abseits er stellt.

Innerer Mensch werde lebendig genannt,
Sei einem Engel des Himmels fast gleich,
Natürlicher Mensch werde als tot erkannt,
Weil ohne Glanz aus dem Himmels-Reich.

Auch Heide Kandidat für den Himmel wär',
Würde er nach Weisheit und Liebe streben.
Schwedischer Kirche gefiel das nicht sehr.
Derart rücksichtslos sind die Seher eben.

Gott sähe nicht auf Überzeugung im Glauben.
Allgütiger Gott sei eher transkonfessionell,
Würde allen Zugang zum Himmel erlauben,
Für die Weisheit und Liebe an erster Stell'.

Spiritualität, nicht an Religionen gebunden,
Ethik, gewachsen aus Weisheits-Wollen,
Könnte Menschheit helfen zu gesunden,
Auch wenn die Staats-Kirchen grollen.

Intermezzo: Weisheit oder Wahn?

Überschritt Swedenborg Grenze zum Wahn,
Um es mit Vernunftkategorien zu erklären?
Oder hat sich ein Bereich ihm aufgetan,
Gegen den mit Vernunft wir uns wehren?

Können wir Einheit, Allgegenwart erleben,
Allmacht, Allwissenheit und Unendlichkeit,
Solange wir nicht die Vernunft dreingeben,
Zum Blick in die Ewigkeit ab heute bereit.

Engel und Geister als Metapher gesehen
Für ein Bewusstsein jenseits von Verstand,
Wohinein mit dem Unbewussten wir gehen,
Das Swedenborg damals so nicht gekannt.

Erweitertes Bewusstsein ist wenig erkundet,
Ist Bereich, der Angst macht, ist vielen fern.
Als Wahnsinn Weiterung uns nicht mundet.
Mit LSD ihn erkunden, hat Staat nicht gern.

Was bleibt, ist, sich meditativ zu versenken.
Wir lassen das Alltägliche im Außen zurück
Hören auf, in der üblichen Weise zu denken,
Suchen per Intuition uns Wege zum Glück.

Theosophie der Helena Petrovna Blavatsky (1831 – 1891)

Eine Bruderschaft der Menschheit sollte her
Mit einer Lehre, die für alle annehmbar war.
Man wollte den Religionskampf nicht mehr,
Denn Göttliches wurde transreligiös offenbar.

Theosophische Gesellschaft wurde gegründet
Achtzehnhundertfünfundsiebzig in den USA.
Blavatsky hat dazu passende Lehre verkündet.
Geheimlehren auf dieser Welt stand sie nah.

Theosophiegesellschaft zog nach Indien um.
Die Qualität des Buddhismus ward kapiert.
Auch der Hinduismus schien nicht dumm.
All das wird zur Weisheitslehre integriert.

Nach dem Tod der Blavatsky, der Helena,
Zerfiel Theosophiegesellschaft in Einzelteile.
Man war sich mehr als der Bruderschaft nah,
Vergaß das Ziel, dass man Menschheit heile.

Was oftmals als Geschwisterzwist begann,
Wurde, menschliche Konflikte überdeckend,
Gerechtfertigt mit Inhaltsunterschied sodann.
Ignoranz Pseudoheiliger ist oft erschreckend.

Theosophische Splittergruppen auf der Welt.
Rudolf Steiner machte daraus Anthroposophie.
Krishnamurti wurde als neuer Christus erwählt.
Doch die Kraft als Weltbewegung verloren sie.

Lehre der theosophischen Gesellschaft

Theosophie sei nicht Religion noch Wissenschaft.
Sie sei Weg zu Erkenntnis, wer wirklich man ist.
Dem Ego-Wahn entwachsend entfalte man Kraft,
Dank der man seine Einheit mit allem ermisst.

Weisheit lehre Menschen, Wahrheit zu lieben,
Die sich offenbare in Gemüt und in Seelen.
Die Weisen der Welt ihre Lehren betrieben,
Verkündeten diese aus Tausenden Kehlen.

Theosophen fassten diese Lehren zusammen,
Formten gleichsam eine Weisheitssenz
Aus Erkenntnis, die von Weisen stammen,
Die man durch eigenes Erkennen ergänz'.

Hauptpraxis des theosophischen Weges
Sei selbstlose Liebe für Mensch, Pflanze, Tier.
Grundstock für Geschwisterschaft aller leg' es.
Zu Frieden unter uns Menschen das führ'.

Erst im geschwisterlichen Handeln zeige sich,
Ob Einheit allen Seins sei wirklich verstanden.
Mit allen Wesen verbunden geschwisterlich,
Könne nicht mehr im Egoismus man stranden.

Alle Wesen seien Schwestern und Brüder,
Durch göttliche Wurzel miteinander verbunden.
Als Liebeszivilisation schlage sich dies nieder,
Woran wir alle als eine Menschheit gesunden.

Ein ewiges, allgegenwärtiges Prinzip existiere
Umfassend, unveränderlich und grenzenlos
Jenseits dessen, was Vorstellung je spekuliere,
Für den kleinen Verstand erheblich zu groß.

Seelen seien identisch mit einer Oberseele,
Was Verpflichtungen für jede Seele erbringe,
Dass Wesen des Seins man nicht verfehle,
Zustimmung zum Auftrag auf Erden gelinge.

Sieben Prinzipien des Wesens uns gestalten:
Der reine Geist, unser Einssein in Göttlichkeit.
Weisheit und Liebe unsere Intuition entfalten,
Machten uns zu spirituellen Verstehen bereit.

Zudem könnten wir Menschen auch denken,
Entweder begierdegeleitet oder begierdefrei.
Richtung Unsterblichkeit Denken wir lenken,
Oder beziehen auf Vergängliches uns dabei.

In uns seien zugleich Wünsche und Gefühle,
Bedürfnisse, Begierden und Leidenschaft.
Sie zählten mit zum Vergänglichkeitsspiele,
Verführten dazu, dass am Leben man haft'.

Weiterhin Lebenskraft, die Prana genannt,
Als Kraft, die unsere Körper zusammen hält,
Wobei Formgeber der Astralkörper genannt
Und anderer den physischen Körper stellt.

Bedeutend scheint auch die Wiedergeburt.
Oftmals heißt es, ins Fleischliche einzutreten.
Durchs Sein sich reinkarnierend man tourt.
Mehrfach geboren zu sein, betreffe jeden.

Alles Sein unterliege steter Periodizität.
Alles auf Erden komme, bleibe, vergehe.
Körperloses Ich in neuen Körper übergeht.
Wieder geboren noch mehr man verstehe.

Mensch durchlaufe eine sittliche Evolution.
Zivilisation so zu Vollkommenheit gelange.
Vieler Wiedergeburten bedürfe es schon,
Bis Menschheit nicht an Fehlern kranke.

Zur Wiedergeburt trete das Karma hinzu.
Jede Handlung rufe eine Wirkung hervor.
Was ich anderen antue, ich mir selber tu.
Man erleide mit, was herauf man beschwor.

Weil alles in Natur miteinander verbunden,
Wirke jede Wirkung auf uns selbst zurück.
Kein Mensch habe wahres Glück gefunden,
Verhindere er suchend der anderen Glück.

Karma sei nicht Moral und Gerichtsbarkeit,
Es sei ausschließlich evolutionsorientiert.
Leid anderer erfahre ich als eigenes Leid.
Andere leiden weniger, werde das kapiert.

Einheit und Harmonie in der Welt

Gottfried Wilhelm Leibniz (1646 – 1716)

Gottfried wuchs in Kreisen von Gelehrten auf.
Die Mutter war Tochter eines Rechtsgelehrten,
Vater als Jurist und Philosoph mit Büchern zuhause
War als Teil dieses Anregungsmilieus zu werten.

Mit Hilfe der häuslichen Bibliothek lernte er
Achtjährig autodidaktisch Griechisch und Latein.
Auch Denken mit Zahlen interessierte ihn sehr.
Gottfried sollte das letzte Universal-Genie sein.

Mit fünfzehn schon ging er zur Universität,
Studierte Philosophie, Physik und Mathematik.
Mit zwanzig Jahren seine Jurapromotion ansteht.
Die Leipziger Uni weist als zu jung ihn zurück.

Doch endlich in Nürnberg kann er promovieren.
Welch Unverständnis für ein hochbegabtes Kind.
Auch damals schon konnten viele nicht kapieren,
Wie unterschiedlich wir Menschen doch sind.

Obwohl sein Fürst katholisch war im Glauben
Und der Leibniz von lutherischem Glauben ist,
Mag der Fürst diesem Klugen gern erlauben,
Dass dieser Gerichtsrat wird nach Jahresfrist.

Weil er stures Rechnen als blöde ansieht,
Erfindet Leibniz flugs eine Rechenmaschine.
In Londoner Royal Society wird er Mitglied,
Weil diese Erfindung dem Fortschritt diene.

Bald entwickelt er das binäre Zahlensystem,
Grundlage heutiger Informationstechnologie,
Mit Nullen und Einsen zu rechnen ist bequem.
Als Ein und Aus elektrisch überträgt man sie.

Mit dreißig wurde Leibniz ein Hofbibliothekar
Bei einem Fürsten aus dem Welfengeschlecht.
Er zwar klug und erfolgreich, doch einsam war.
Allein sterbend kam er mit keinem zurecht.

Rechtfertigung Gottes durch Leibniz

Wenn Gott als gut und allmächtig angesehen,
Warum ist der Mensch böse, ist Natur so rau?
Viele können so einen Gott nicht verstehen,
Werden aus diesem Widerspruch nicht schlau.

Leibniz glaubte, er habe das Problem gelöst,
Indem er sich solch ein Universum ausdenkt,
In dem halb gestaltet, aber auch halb gedöst,
Gott sich einmal einordnet, ein andermal lenkt.

Gott habe alles aus dem dunklen Nichts kreiert
Und alles, was er geschaffen habe, sei gut.
Eine wunderbare Ordnung das Sein strukturiert,
Die sich uns in der ewigen Zahlenwelt auftut.

Im Gegensatz zum Philosophen Descartes
Sei Gott in die logischen Wahrheiten eingebaut.
Auch Gott an Mathematiksätze gebunden war.
Ein Gott diese niemals zu ändern sich traute.

Unsere Welt sei zwar insgesamt unperfekt,
Aber die sei die beste der möglichen Welten.
Größtmögliche Mannigfaltigkeit in ihr steckt.
Als maximaler Reichtum muss diese gelten.

Ödes, Unfruchtbares und Totes in der Welt,
Chaos und Verwirrung seien scheinbar nur.
Wer sich in den passenden Abstand stellt,
Erkenne die göttliche Ordnung in der Natur.

Die Übel der Welt wollte er nicht schönreden.
Doch Gutes sei nur für den Preis zu haben,
Dass es auch Übel gebe für jede und jeden.
Übel meiden gehöre nicht zu Gottes Gaben.

Gutes und Übles sei dialektisch verbunden.
Das eine könne nicht ohne das andere sein.
Habe man endlich zu dem Guten gefunden,
Stelle an anderer Stelle das Übel sich ein.

Drei grundlegende Übel seien zu finden:
Das eine sei die Endlichkeit dieser Welt.
Diese sei von Gott nicht zu überwinden,
Weil er die Welt irgendwann mal erstellt.

Das zweite der Übel sei physischer Natur:
Leiden und Schmerz seien Notwendigkeit.
Geschaffene Wesen seien endlich nur.
Am Leben hafte die Unvollkommenheit.

Das dritte der Übel sei eher moralischer Art.
Denn geschaffene Wesen könnten fehlen.
Gott gab ihnen mit beim Schöpfungsstart
Ihre Freiheit, in dieser Welt auszuwählen.

Einerseits sei Mensch von Gott festgelegt,
Andererseits habe er die Freiheit der Wahl.
Es sei unvorhersehbar, wie er sich bewegt.
Doch Unvorhersagbarkeit sei für Gott normal.

„Beste der Welten“ sei dynamisch gedacht,
Bestmöglich sei Welt samt ihrem Potenzial.
Die Entwicklung beständig Fortschritte macht
Hin zu Besserem, doch niemals zum Ideal.

Der Mensch sei beteiligt am Entwicklungsgang.
Das Mögliche könne wirklich durch ihn werden.
Denkend bringe mensch Entwicklung in Gang.
Nicht denkend wir die Entwicklung gefährden.

Überlegungen von der permanenten Evolution,
Von Entwicklung der Welt und darin der Arten,
Beschäftigten Leibniz lange vor Darwin schon.
Die Ideenentwicklung lässt oft auf sich warten.

Damals wurde Gott gern mit Logik verknüpft:
Weil Gott allmächtig, allgütig und allwissend sei,
Sei die Welt nicht einfach in das Sein gehüpft.
Gott sorgte dafür, dass Bestmögliche sie sei.

Voltaire, der Aufklärer mit der spitzen Feder,
Hat ihn wegen der Bestmöglichkeit attackiert.
Was er wirklich meinte, verstand nicht jeder.
Missverständnis ihm ziemlich häufig passiert.

Diesseitsbezug und Vernunft bei David Hume (1711 – 1776)

Religion und Vernunft gilt es zu unterscheiden.
Religion sich im irrationalen Jenseits bewegt.
Unter Irrationalem würde das Denken leiden.
Protest gegen die Jenseitsverklärung sich regt.

Die Existenz von höheren göttlichen Mächten
Wird im wissenschaftlichen Denken verneint.
Religiöses die Menschen frei sich erdächten.
Gleichglaube sie zu einer Gemeinschaft vereint.

Wer Existenz von Übernatürlichem behaupte,
Der müsse dies wissenschaftlich beweisen,
Es reiche nicht, dass man einfach es glaubte.
Vernunft würde Glaube in Schranken weisen.

Denn Vernunft sei das, worum es uns ginge,
Vernunft sei Grundlage für humanes Handeln.
Vernunft dem Menschen die Würde einbringe,
Vernunft werde vieles zum Guten verwandeln.

Gottesbeweise seien keinesfalls zu erbringen.
Mensch müsse sich seiner Vernunft bedienen.
Leben könne nur dann uns wahrhaft gelingen,
Solange Taten uns zur Entwicklung erschienen.

Ein weltlicher Humanismus beginnt zu der Zeit,
Als das Bürgertum mächtig an Einfluss gewinnt
Und der Mensch sich aus religiöser Enge befreit,
Kirche nicht mehr Mutter, Bürger nicht das Kind.

Wertfragen werden losgelöst von der Religion.
Übernatürliches wird als ursächlich abgelehnt,
Übersinnliches wird abgewertet als Spekulation.
Religion wird gleichgesetzt mit Vorurteil erwähnt.

Die Vernunft habe es schwer, sich zu behaupten.
Überall liege ein Volksaberglaube auf der Lauer.
Die an das Übersinnliche als Wahrheit glaubten,
Blieben Kinder, würden dabei niemals schlauer.

Die Menschheit müsse sehr wachsam werden,
Müsse Ehrfurcht sowie Unterwürfigkeit ablegen,
Feigheit und Torheit unser Denken gefährden,
Zu Aberglaube hin wieder zurück uns bewegen.

Mit Vernunft sei der Aberglaube zu bekämpfen.
Glaube gehöre aus der Wissenschaft verbannt.
Ein Mensch müsse Glaubensimpulse dämpfen,
Brauche wache Sinne und einen klaren Verstand.

Radikaler Bruch mit hochirrationaler Jenseitigkeit.
Die Weltsicht der Moderne seinen Anfang nimmt.
Rationale Wissenschaft macht sich dazu bereit,
Zu prüfen, was vom Überlieferten noch stimmt.

Mutig ist es, zu seinen Erkenntnissen zu stehen,
Dafür auch auf Ruhm und Ehre zu verzichten,
Aufrecht seinen Weg durch das Leben zu gehen,
Sich nicht nur nach Vorgedachtem zu richten.

Humanismus und Religion

Humanismus und Religion sind eng bezogen.
Vielen ist Glaube der Quell der Menschlichkeit.
Für andere hat Religion Menschen betrogen,
Darum ist man Religion zu bekämpfen bereit.

Manche Religion hat humanistische Tradition
Entwickelt und von Humanisten übernommen.
Denkströmungen sind sich teils nahe schon,
Teils sind sie sich arg in die Wolle gekommen.

Begriff Humanismus im Spannungsfeld steht
Von Freiheit als Menschenwürde einerseits
Und Rückbindung des Menschen an Autorität.
Zwischen Gott und Welt mensch Beine spreiz'.

Mensch trage das durchweg Humane in sich.
Brauche nicht Gott, um sein Sein zu entfalten.
Liesse einfühlend Mitmenschen nicht im Stich,
Würde aus Liebe oft Lebenswertes gestalten.

Humanismus sei Glaube an Menschengüte,
Der als Geistwesen Welt zur Heimat mache.
Mensch Wahres, Gutes und Schönes behüte.
Kunst, Wissenschaft, Recht sei seine Sache.

Andererseits sei in Gott Humanes zu suchen.
Nur in Gott sei Ursprung der Liebe zu finden.
Dank Christus wir Platz im Jenseits uns buchen.
Die diesseitige Welt sei darum zu überwinden.

Die Gnade Gottes befreie Mensch von sich,
Mache dadurch ihn zum besseren Wesen.
Nur mit Gottes Hilfe lasse er Sünde im Stich.
Die Philosophie sei dazu nie nötig gewesen.

Humanismus radikal ist Verzicht auf Religion.
Man braucht zum Sein kein höheres Wesen.
Humanist sucht sich im Diesseits den Lohn.
An guten Taten kann er wachsend genesen.

Religion verzichtet schon mal auf Humanität.
Die Gleichberechtigung aller ist kaum das Ziel.
Mensch den göttlichen Dogmen untersteht.
Priester bestimmen Regeln im Lebensspiel.

Wieder Reduktion auf das Geistesgeschehen.
Würde der Mensch sich bessern, sei alles gut.
Gesellschaftlicher Rahmen bleibt unbesehen,
Herrschaft anzuzweifeln, fehlt Religionen Mut.

Außen die Herrschenden und innen der Gott.
So wird Mensch von beiden Seiten gestutzt.
Gegen Unterdrückte ein raffinierter Komplott,
Indem die Religion von Herrschenden benutzt.

Drohende Worte oft zur Jenseitserfahrung:
„Bleibst in Sünde du, droht dir das Fegefeuer“,
Dienen vornehmlich Status-Quo-Bewahrung.
Und der Staat kassiert bei uns Kirchensteuer.

Mahnende Worte auch zu diesseitigem Sein.
Freiheit nur in dem Rahmen, der vorgegeben.
Zwar lasse auf Liebe zum Nächsten dich ein,
Aber störe niemals der Herrschenden Leben.

Nur der Götter Gnade lässt uns hier wesen.
Sind wir gut, so lacht uns das Himmelreich.
Oder vom Karma, von Schuld wir uns lösen,
Kommen ins göttliche Nichts dann sogleich.

Was wahr ist und gut, definieren Mächtige,
Die Reichen, Schlaun und Machtkorrupten,
Das Schöne entfaltet sich als das Prächtige,
Arme sich als dafür bezahlend entpuppten.

Doch Liebe ist immer nur ein Kind der Freiheit,
Einer Freiheit im Außen wie zugleich im Innen.
Mit Menschen- und Weltsicht, die alle befreit,
Kann ein wahrer Humanismus erst beginnen.

Humanismus braucht Menschen, nicht Götter,
Die erst im Jenseits an Bedeutung gewinnend.
Humanismus braucht den Mut kritischer Spötter,
Hier und heute mit Menschlichkeit beginnend.

Menschlichkeit ja, doch auch unsere Vernunft.
Neues Gutes erdenken und fühlend bewerten.
Menschheitsentwicklung als eine Übereinkunft,
Uns mitsamt der Erde nicht mehr zu gefährden.

Humanistischer Materialismus

Ludwig Feuerbach (1804 – 1872)

Feuerbach war Philosoph sowie Anthropologe.
Sein Denken beeinflusste die Humanwissenschaft.
Für ihn war Religion nichts mehr als eine Droge.
Sie raube den Menschen ihre Entscheidungskraft.

Sein Vater Anselm war ein bedeutender Jurist,
Der das Strafrecht reformierte, Folter abschaffte.
Ludwigs Mutter sehr warmherzig gewesen ist
Und gute Begleitung fünf kluger Kinder sie raffte.

Mit neunzehn begann er, Theologie zu studieren,
Fühlte bald aber davon heftig sich abgestoßen,
Wollte es lieber mit der Philosophie probieren,
Hat Vorlesungen von Hegel in Berlin genossen.

Mit vierundzwanzig promovierte er in Philosophie.
Ein Jahr später schon folgte seine Habilitation.
Wie die Brüder war er ein hochbegabtes Genie.
Auch Genies brauchen gutes Elternhaus schon.

Akademische Karriere sich Feuerbach versaute,
Indem religionskritische Schriften er verfasste.
Die Universität er hinter sich zu lassen traute,
Weil Schreiben ohne Zensur ihm besser passte.

Seine Frau besaß eine kleine Porzellanfabrik,
Die lange Jahre genug für die Familie abwarf.
Hierhin zog Ludwig sich zum Forschen zurück.
Für Fortschritt ist gut, wenn gedeckt der Bedarf.

Fünfunddreißigjährig schrieb Ludwig sein Buch
Über das psychische Wesen des Christentums.
Die Zeit war reif. Viele hatten von Kirche genug.
Dieses Werk wurde Grundlage seines Ruhms.

Feuerbachs Philosophie entstand durch Kritik
An herrschenden Geistesströmungen der Zeit.
Er hielt nicht mit Kritik an sich selbst zurück,
War zu radikaler Revision seiner Ideen bereit.

So wandte er von Hegels Idealismus sich ab
Und entwickelte ein radikal anderes Konzept.
Als Materialismus bezeichnete man das knapp.
Gut, wenn Überholtes nicht weiter man schleppt.

Immer wieder wurden seine Texte verboten.
Staat und Kirche waren noch wesentlich eines.
Er begann, Hegels Philosophie auszuloten.
Gutes Haar an Idealismusidee ließ er keines.

Feuerbachs Religions- und Idealismuskritik
Wurde von vielen als befreiend empfunden.
Zur intellektuellen Leitfigur er bald aufstieg.
Materialismus versprach ein Staatsgesunden.

Achtzehnhundertachtundvierziger-Revolution
Ließ bei den Radialdemokraten ihn landen.
Doch bald ging die Macht wieder zur Reaktion.
Interesse an ihm war kaum noch vorhanden.

Als er fünfundfünfzig war, ging Fabrik bankrott,
Seine Frau und er verloren all ihr Vermögen.
Durch Hilfe wurden sie finanziell wieder flott,
Denn Freunden war viel an Ludwig gelegen.

Mit fünfundsechzig Jahren trat er noch bei
Der von Liebknecht und Bebel gegründeten
Sozialdemokratischen Deutschen Arbeiterpartei.
Ideen immer wieder in Handlungen mündeten.

Kriege erschütterten Feuerbach und das Land:
Die Preußen zogen gegen Österreich zu Felde.
Als der Deutsch-Französische-Krieg entbrannt,
Ein schwerer Schlaganfall sein Ende anmeldete.

Zwei Jahre später ging Ludwig endgültig drauf.
Nach seinem Tod riefen linke Zeitungen sogar
Zu Geldspenden für seine verarmte Familie auf.
Deren lebenslanges Auskommen so sicher war.

Feuerbach als dialektischer Idealist

Feuerbach begeisterte sich für Hegels Denken,
Nicht nur, weil dieser so umfassend gedacht,
Sondern der konnte Blick auf die Ideale lenken,
Wie auf Vernunft, die Menschheit einig macht.

Denkend sei mit allen Menschen er verbunden,
Mit Sicht auf die Vernunft sei er eins mit allen.
Das uns Trennende werde derart überwunden.
Schranken zwischen Menschen können fallen.

Geistiges in uns war fraglos für Hegel führend
Eigentliche Wahrheit komme Idealem nur zu.
Eine Sinnlichkeit, nur Oberflächen berührend,
War auch für den Feuerbach erst einmal Tabu.

Ein Auf- und Untergehen der Sonne verwirre.
Habe geozentrisches Weltbild in uns errichtet.
Nur gereinigter Geist führe uns nicht in die Irre,
Erde und Sonne werden dann richtig gewichtet.

Doch in all dem war Zweifel schon angelegt.
Es ging dabei um die Bedeutung der Natur.
Die Frage für ihn war, was die Natur bewegt.
Bewege wirklich letztendlich der Geist uns nur?

Weil bei Idealisten der Geist eigentliches Sein,
Also der Materie gegenüber das Primäre war,
Schlich eine Abwertung unserer Natur sich ein.
Sie erschien als sekundär, eher unwichtig gar.

Diese Abwertung schon mit Descartes beginne.
Für den war die Materie nur das Ausgedehnte.
Und auch bei Hegel man den Eindruck gewinne,
Dass dieser die Natur nur am Rande erwähnte.

Solcher Art der Geringschätzung unserer Natur
Steht Feuerbachs inniges Naturerleben entgegen.
Für ihn selbst war Natur nicht Ausdehnung nur.
Das Naturerleben konnte seine Seele bewegen.

Er erfährt Natur als überwältigende Herrlichkeit,
Sie hat für ihn eine eigene Qualität, ja Autorität,
Auf die er mit seinem Denken zu reagieren bereit,
Mit der sein Geistiges in tiefer Verbindung steht.

Immer wieder betonte er besondere Bedeutung,
Die das Studium der Natur für Menschen habe.
Das war der Beginn seiner geistigen Häutung.
Sein Denken zu hinterfragen, ist großartige Gabe.

Es gehe ihm um die Einheit von Natur und Geist,
Wohin philosophisches Denken letztendlich strebe.
Bisheriges geistiges Band zu Hegels Ideen zerreißt,
Auf dass dahinter sein eigenes Denken auflebe.

Natur wurde ihm dadurch zum echten Gegenüber,
Das Materielle wurde ebenbürtig zu dem Idealen.
Auf diese Weise zu denken, gefiel Feuerbach lieber.
Das befreite ihn endlich von des Zweifels Qualen.

Feuerbachs Religionskritik

Beginnend mit seinen Studienjahren in Berlin
Hatte vom Protestantismus er sich entfremdet.
Unsterblichkeitsglaube lebensfeindlich ihm schien.
Weil dadurch man sich von der Mitwelt abwendet.

Die Kirche lebe vom Elend in der Diesseitigkeit,
Lebe auch von unsrer Urangst, sterblich zu sein.
Doch unser Leben sei wertvoll. Es sei an der Zeit,
Dass wir ließen aufs Sein hier und heute uns ein.

Sich auf ein Leben nach dem Tod zu verlassen,
Widersprache dem realem Naturfunktionieren.
Die Natur sei als wahr und ungeteilt zu erfassen.
Mit seinem Tode würde alles das man verlieren.

Erst auf Basis eines ungeteilten Todesbejahen
Wachse eine ungeteilte Bejahung des Lebens.
Wenn nur aufs Jenseits die Menschen sahen,
Lebten und liebten sie im Diesseits vergebens.

Auch den Glauben an einen persönlichen Gott
Lehnte Feuerbach schon mit Entschiedenheit ab.
Solcherlei Glaube sei so wie privater Komplott
Mit einem Eigengott aus Furcht vor dem Grab.

Für Feuerbach war Göttliches in allem und allen
Und weder auf die Bibel noch auf Kirche fixiert.
Auch darin musste von Hegel er weit abfallen,
Dessen Denke mit dem Christentum harmoniert.

Jeglicher religiöser Glaube habe sich überlebt,
Des denkenden Menschen Glaube unwürdig sei.
Der Theologiegeist sei durch Dogmen verklebt.
Eine Vernunft walte nicht in ihm, die klar und frei.

Vernunft wie auch Wissenschaft seien jedoch
Zu derart unabweisbaren Ergebnissen gelangt,
Dass es fragwürdig erscheine, wieso man noch
Die Einhaltung der religiösen Dogmen verlangt.

Seitdem die moderne Wissenschaft geboren,
Wurde der Glaube zur Heuchelei in der Welt.
Er habe Berechtigung und Unschuld verloren,
Sich außerhalb vereinender Vernunft gestellt.

Damit wandte er sich gegen die Restauration,
Die das Geschichtsrad zurückdrehen wollte.
Es ging um die Verteidigung der Revolution,
Die den Fürsten von Frankreich herüber grollte.

Die konservativen Politiker und Philosophen
Forderten die Einheit des Denkens wieder ein.
Freies Denken führe die Welt in Katastrophen.
Einende Leitidee müsse das Christentum sein.

Nach Feuerbach könne es weniger oder mehr
An Christlichkeit in der Philosophie nicht geben.
Nur die Vernunft biete eine Entwicklungsgewähr
Und am Denken dürfe keinerlei Dogma kleben.

Bei Religionsablehnung blieb er nicht stehen.
Dafür war die Religiosität viel zu weit verbreitet.
Er wollte menschliche Phänomene verstehen,
Vom Wunsch nach Naturerforschung geleitet.

Dasein zu enthüllen, war sein einziger Zweck.
Er lasse die Religion sich selbst aussprechen.
Also ließ Feuerbach vorerst die Vorurteile weg,
Um Krusten der Anschauung zu durchbrechen.

So gelangte er zu einer Religionserklärung, die
Im modernen Sinne humanwissenschaftlich:
Eine Religion nicht nur ein Aberglaube sei sie.
In ihr werde ein Mensch seiner selbst teilhaftig.

Religion sei die Entäußerung in bildhafter Form
Von inneren Kräften, Impulsen, Eigenschaften,
Deren Bedeutung für uns als Menschen enorm,
Weil Bezug sie zu unserem Wesen verschafften.

Religion sei Bewusstsein von unserem Wesen,
Von den Kräften, die nicht individuell begrenzt,
Sei Wille, Liebe und Herz, wodurch wir genesen,
Was unser aller Leben durchwirkt und bekränzt.

Diese Seinselemente als Mensch beseelten ihn.
Sie bestimmten und beherrschten sein Leben.
Diesen inneren Kräften könne nie er entflieh'n
Und müsse sich widerstandslos ihnen ergeben.

Weil der Mensch diese Kräfte oder Fähigkeiten
Seine Seinsbeschränktheit überschreitend erlebt,
Scheinen sie seinem eigenen Sein zu entgleiten.
Liebe samt Willen außerhalb von ihm schwebt.

Kräfte werden personalisiert und verabsolutiert,
Als ein anderes unterschiedenes Wesen verehrt,
Werden dabei aber zugleich von ihm fortgeführt,
Wodurch seine reiche Seelenwelt sich entleert.

Was uns wesentlich ist, wird zum fremden Wesen.
Ich liebe nicht selbst, sondern nur Gott liebt mich.
Gottgläubig wir uns also von uns selbst ablösen,
Ließen dabei unser wertvolles Selbstsein im Stich.

Der Mensch stelle sich einen Gott gegenüber,
Weil er Göttlichem in sich selbst nicht vertraue.
Sich von sich selbst zu entfremden, sei im lieber,
Als dass mensch sich in seiner Gänze erschau.

Wir Menschen vergegenständlichen in der Religion
Das uns noch geheimnisvoll erscheinende Wesen.
Religion drücke nur aus: Was bin ich denn schon?
Religion verspreche, unser Geheimnis zu lösen.

Religion würde uns Menschen von uns entzwei'n.
Im Göttlichen tritt ein Fremdling uns gegenüber.
Menschen lassen sich so auf sich selbst nicht ein.
Dadurch werde uns unser Diesseits meist trüber.

So gesehen sei weltfern-jenseitiges Göttliche nur
Ein abstrakte Verlagerung unseres wahren Seins.
Das Göttliche gehöre zurück in menschliche Natur,
Auf dass Mensch werde in sich mit Göttlichem eins.

Es gehe entwickelnd darum, das religiöse Wesen
In unser menschliches Dasein zurückzubringen.
So könne der Mensch zum Ganzen hin genesen.
So könne uns die Menschlichkeit endlich gelingen.

Weil alles Göttliche von uns nicht verschieden,
Brauchten nicht länger wir einen äußeren Gott,
Atheistisch wird auch jede Anbetung vermieden.
Politisches Tun mache gemeinsames Leben flott.

Die Religion, aus ihrer Bedeutung heraus gedeutet,
Werde Spiegelung menschlichen Wesens in sich.
Göttliches das offenbar werdende Innere bedeutet.
Das Teuerste und Heiligste erkenne ich für mich.

Sage die Religion, dass Gott die Menschen liebe,
Bedeute das übersetzt, die Liebe sei das Höchste.
Vom Geheimnis des leidenden Gottes dann bliebe:
Mitfühlend werde uns ein Fremder der Nächste.

Dass ein Gott etwas empfinde, meine, es sei gut,
Wenn wir mit uns und mit anderen mitempfinden.
Die Lektüre der Bibel mache uns dabei den Mut,
Das allerheiligste Sein in uns selbst zu ergründen.

Intermezzo

Offensichtlich hatte Feuerbach da etwas im Sinn,
Das was anders war als ein philosophischer Geist,
Das nicht nur wies auf eine Seele im Glauben hin,
Das heute bei uns die menschliche Psyche heißt.

Die Psyche dann als Zusammenspiel verstanden
Von bewusster sowie von unbewusster Regung,
Von Vorstellung und was wir sinnlich empfanden,
Von Geist-, von Leib- und von Gefühlsbewegung.

Religion sei nicht nur ein abwehrende Projektion,
Diesen Begriff verwandte Feuerbach noch nicht,
Religionskritik hatte eine weitergehende Intention:
Verdeckte Religionsfunktion brachte er ans Licht.

Religiöse Botschaften an uns wollte er freilegen,
Sie so für ein Zusammenleben nutzbar machen,
Auf dass zu geistiger Freiheit wir uns bewegen,
Gleichheit und Geschwisterlichkeit mit bewachen.

Derartige Religionsdeutung hatte für ihn den Sinn,
Auch die Religion als Erkenntnisquelle zu nutzen.
Über den Glauben kann ich erkennen, wer ich bin.
Ich muss dafür nur den inneren Spiegel putzen.

Er habe, schrieb er im Rückblick auf sein Leben,
Sich daran gemacht, die Menschheit zu heilen.
Kopf- und Herzranke müsse es nicht mehr geben,
Wenn im eigenen Göttlichen bewusst wir verweilen.

Feuerbach tat damit Ähnliches wie Freud danach,
Wenn dieser die Symbole der Träume ausdeutete,
Für mögliche Funktion für die Träumenden wach,
Während er auf ihrem Heilungsweg sie begleitete.

Feuerbach als dialektischer Materialist

Mit der gleichen Methode wie bei Religionskritik
Ging er bald auch an Hegels Gedanken heran.
Man kritisiere Gedanken nicht Stück für Stück,
Wenn das Denkfundament kritisieren man kann.

Das Fundament, auf dem Hegels Denken steht,
Das Feuerbach hingegen zunehmend hasste:
Mache aus dem Denken und Sein eine Identität,
Wohinein Natur als ein Sein nicht mehr passte.

Die Identität, die Feuerbach früher akzeptierte,
Schien für ihn nur noch wie rationale Theologie.
Hegel die Vernunft als neue Gottheit einführte.
Nur dank dieser Vernunft der Weltgeist gedieh.

Kritisierend wollte Feuerbach der Sinnlichkeit
Konstruktiven Platz in Gedankenwelt gönnen.
Das Sinnliche abzuwerten, war er nicht bereit,
Auch wenn die Sinne uns täuschen können.

Für Hegel galt Sinnlichkeit nur als Hindernis
Auf unserem Weg, die Wahrheit zu erkennen,
Das nur durch Abstraktion zu überwinden ist.
Gereinigte Gedanken nicht irren sich können.

Abstrahieren gehe nicht vom Eindruck aus,
Sondern beginne im reinen Selbsterkennen.
In der Sphäre der Ideen sei der Geist zuhaus.
Nur dort wahres Wissen erlangen wir können.

Feuerbach bezog dazu gegenteilige Position:
Das Sinnliche sei unsere allererste Wirklichkeit.
Denken beginne im Sinnlichen immer schon,
Wenn man die Sinne zu akzeptieren bereit.

Alles andere sei nur ein steriles Denkbemühen,
In dem ein reiner Geist reine Gedanken schafft.
Den Ideen, die nur aus den Ideen wir beziehen,
Ermangele es an Energie und an Leidenschaft.

Keine Freiheit des Geistes dies Denken erteile.
Nur die Anschauung der Dinge und deren Wesen
Befreie uns Menschen vom Joch der Vorurteile.
Nur in der Realität könne der Mensch genesen.

Feuerbach forderte eine andere Philosophie,
Die die Wahrheit der Sinnlichkeit anerkenne.
Mit Freude und mit Bewusstsein lebe man sie,
Indem man direkte Konfrontation sich gönne.

Ein denkendes Ich mache zunächst Erfahrung,
Dass ein ihm Grenzen setzendes Du existiert.
Im Kontakt, nicht in steriler Selbstbewahrung
Man gemeinsam sich über die Grenzen führt.

Unsere Erkenntnis beginne nach Feuerbach da,
Wo das Ich am anderen den Widerstand finde.
Im Dialog der Philosophie komme man sich nah.
Den Monolog einsamer Denker man überwinde.

Das Du wirke auf uns als Erkennende zurück.
Als Sinneswesen seien wir keinesfalls neutral.
Wir erleiden Elend und erfreuen uns am Glück.
Wir sind betroffen und treffen stets eine Wahl.

Wir lieben, hassen, bewundern und lehnen ab.
Leidenschaft werde zum Anzeichen der Existenz.
Was nicht geachtet werde und nicht lieb gehabt,
Sei nicht, weil ich das aus dem Leben ausgrenz'.

All das, was von uns nicht geliebt werden kann,
Können wir deshalb nicht hinreichend verehren.
Ermangelt es den Dingen an Wert für uns, dann
Wollen diese wir weder begreifen noch lehren.

Weil alles Übersinnliche radikal ausgeschlossen -
Ein außerweltlicher Gott wie ein absoluter Geist -,
Werde die Diesseitigkeit als wertvoll genossen.
Übernatürliches jedoch auf das Jenseits verweist.

Diese Philosophie sei zwar auch materialistisch,
Doch bleibe nicht bei der Anschauung stehen.
Die Denkwege zur Theorie bleiben idealistisch,
Doch Theorien müssten im Sinnlichen bestehen.

Wir Menschen seien kein Sonderfall in der Natur,
Seien auch nicht auf Stoffwechsel zu reduzieren.
Wir seien nicht Gewebe und deren Funktion nur.
So könne man den Menschen niemals kapiere.

Was erkennen man könne, sei nie das Ganze.
Damit habe mensch sich hier wohl abzufinden.
Wenn zu sehr im Äußeren man sich verfranze,
Helfe Philosophie uns, das Wesen zu ergründen.

Für Natur, die Gegenstand der Wissenschaft sei,
Sei sicher das rein Physische das erste Wesen.
Doch der Mensch sei, so wertet Feuerbach neu,
Von Fähigkeit zur Moral her vorrangig gewesen.

Das geistige Verarbeiten sinnlicher Wirklichkeit
Alles Denken wird stets das von Menschen sein.
Worüber ein Mensch auch immer zu reden bereit,
Immer bringe er dabei auch sein Wesen mit ein.

Also war Feuerbachs Forschungsperspektive
Nicht nur natur- sondern humanwissenschaftlich.
Dabei war diese niemals eine unkritisch-naive,
Hohen Exaktheitsanspruch zog sie nach sich.

Ludwig Feuerbach verstand seine Philosophie
Als das dem Verstande nähergebrachte Herz.
Schematisch, plump materiell war Denken nie.
Dies zu behaupten, sei ein neidischer Scherz.

Trieb, Moral und Wille bei Feuerbach

Den Egoismus hat Feuerbach positiv gesehen,
So wie man heute primären Narzissmus ansieht,
Doch mit Selbstsucht werde gar nichts gehen.
Die Grenze zu sekundären Narzissmus er zieht.

Mit Leben innewohnendem Selbsterhaltungstrieb
Sei Egoismus für uns Menschen naturgegeben.
Es sei wichtig, dass ein Mensch habe sich lieb,
Auf dass er nicht selbst sich zerstöre im Leben.

Die materielle Grundlage unseres Verhaltens
Sei der uns angeborene Glückseligkeitstrieb.
Dieser Urtrieb sei Grund all unsres Gestaltens:
Was ist und was sein will, was lebt und was liebt.

Dieser Trieb kann in den Formen erscheinen,
Die ihm selbst nur scheinbar entgegenstehen.
Auch wenn wir es noch nicht zu sehen meinen,
Grundtendenz ist im Glückwunsch zu sehen.

Dem Todeswillen derer, die sich selbst töten.
Den Heiligen, die lebenslang asketisch Leben,
Dem Buddhismus, basierend auf Lebensnöten
Will der Glückseligkeitstrieb neue Kräfte geben.

Es gebe kein Gutes und kein Böses an sich.
Es gebe allein eine gute oder eine böse Tat:
Ist, was du hier tust, Wohltat für dich und mich
Oder schadest du uns mit dem Handeln grad?

Meist verharre der Trieb wie im Ruhezustand:
Eine glückselige Gesundheit empfinden wir
Dann, kam in Krankheitswirren sie uns abhand'?
Auch der Gottesglaube sei ein Zeichen dafür.

Auf Glückseligkeitstrieb müsse Moral aufbauen.
Grundrecht auf Glückseligkeit für dich und mich.
Tun wir uns wohl, dann wir meist uns vertrauen.
Doch tun wir uns übel, dann vertrauen wir nicht.

Ein Glückseligkeitstrieb sei stets wechselseitig.
Unser Ich begegne dabei einem fremden Du.
Der Trieb mache für Gemeinschaft bereit mich.
Was ich tue, ich dann oft auch für andere mit tu.

Die Grundlage für unser moralisches Handeln
Habe die Natur uns damit schon vorgegeben.
Schon im Mutterleib wir uns heilsam verbandeln.
Die uns Nächste ermöglichte und unser Leben.

Schon beim Stillen mit der Milch unsrer Mutter
Werden Elemente dieser Moral mit eingesaugt.
Man ist das, was man isst. Wir seien das Futter,
Das zu denken, zu fühlen und zu handeln taugt.

Vornehme Aufgabe einer jeden Moral müsse sein,
Dies Natürliche in uns zur Entfaltung zu bringen.
In das Band dieses Triebes flechten wir sie ein:
Aber Harmonisch, also ohne jegliches Zwingen.

Organisch wüchse so die Gemeinschaftlichkeit
Samt Bereitschaft, Trieb auch zu beschränken,
Zusammengehörigkeit und Sozialverträglichkeit,
Unser Mitfühlen zugleich mit einem Mitdenken.

Moral dürfe man nicht binden an eine Pflicht.
So ging Feuerbach gegen Kants Pflichtethik an.
Mit Glückseligkeit verträge Pflicht sich nicht,
Weil aus Pflicht man nicht echt gut sein kann.

Ohne Tugend gebe es keine Glückseligkeit,
Ohne Glückseligkeit hingegen keine Tugend.
Gegen diese Verhältnisse sei niemand gefeit,
Weder die Alten noch nachwachsende Jugend.

Wer der Moralität Eingang verschaffen wolle,
Schaffe das Elend hinweg, das im Wege steht.
Unser Wille wolle nur ein Wohlsein, das volle.
Ökonomie sei dafür da, dass dieses entsteht.

Wille sei allein das, was wollen man kann.
Der Willensfreiheit sei enge Grenze gesetzt.
Man den Willen nicht von allem loslösen kann.
Nur sehr Weniges wolle, wer arm und verletzt.

Ich will heiße vor allem: Ich will nicht leiden.
Mir soll es wohl sein. Ich will glücklich sein.
Das gelte auch für Aus-dem-Leben-Scheiden:
Tod wollen heiße, er muss Not wendend sein.

Da Wollen diesseits der Bedürfnisse liege,
Könne unabhängig davon kein Wille sein.
Gegen Glückseligkeitstrieb ich nicht siege.
Man wolle nur, stimme man damit überein.

Eine zweite Grenze für eine Willensfreiheit
Sah Feuerbach im individuellen Charakter.
Auch hier war er Hegel nicht zu folgen bereit,
Denn unser Wille sei niemals ein abstrakter.

Mein Wesen folge also nicht meinem Willen,
Sondern mein Wille sei Folge meines Wesens.
Man brauche eine klar materialistische Brille,
Um kundig zu werden des Menschenlesens.

Wir sind nicht das, was gern sein wir wollen.
Wir wollen zumeist einzig das, was wir sind.
Die arbeitsamen Typen lieber arbeiten wollen.
Und Genießertypen fürs Genießen eher sind.

Menschen sei dies zumeist nicht bewusst,
Deshalb verwechselten sie die Leichtigkeit,
Wie Manches gewollt statt mühsam gemusst,
Mit der Willensstärke und mit Willensfreiheit.

Arbeitsame werfen dann Genießenden vor,
In Hinblick auf Arbeit willensschwach zu sein.
Denen entgegnet der Genießenden Chor:
Wie kann man nur so genussfeindlich sein.

Weil mensch wenig von seinem Wesen wisse,
Das sich hinter dem Bewusstsein verberge,
Er Willen als Bestimmendes ansehen müsse,
Gehe darum mit falschen Wollen zu Werke.

Er mache individuelles Wesen zum Gesetz:
„Ich bin heilig, darum sollt ihr auch heilig sein.“
Dass ich damit die Integrität anderer verletze,
Falle mir wegen der Verwechslung nicht ein.

Sein und Sollen werden häufig verbunden.
Was sei, werde oftmals zur Norm erhoben.
Im Kontakt mit Wesen könne man gesunden,
Auch wenn uns Stürme des Elends umtoben.

Würdigung Feuerbachs

Insgesamt hat Feuerbach Gedanken formuliert,
Mit denen er den Idealismus weit überschritten.
Zu heftigen Geisteskämpfen hat das geführt.
Ich bin mir sicher, auch er hat dabei gelitten.

Diesseitsbezogenes Denken hat er gestärkt,
Hat psychologisches Denken mit grundgelegt,
Hat Bedeutung der Religion kritisch bemerkt,
Von herrschender Meinung sich fortbewegt.

Er hat Philosophiedenken aus Elfenbeinturm
Auf den Boden und in das Leben gebracht,
Hat bei Engagierten einen Erkenntnisturm,
Deren Aufbruch aus Alltagselend entfacht.

Geist und Sinnlichkeit wurden gleichberechtigt.
Materielles und Ideelles hatten beides Wert.
Er hat die Leidenschaften in uns ermächtigt:
Bedürftig zu sein, sei nicht mehr verkehrt.

Auch wenn Freud ihn nicht Vorgänger nennt,
Ist psychoanalytisches Denken zu erkennen.
Man Feuerbachs Leistung nicht verkennt,
Wenn bedeutenden Denker wir ihn nennen.

Was er damals derart neu und frisch gedacht,
Ist heute so allgemein und selbstverständlich.
Wer Restirrtümer herauspickt, darüber lacht,
Scheint mir kleinkariert, neidisch, schändlich.

Natürlich sind Philosophen Kinder ihrer Zeit.
Nicht überall sie den Schatten überspringen.
Meist sind die Bedingungen noch nicht bereit,
Denken und handeln in Einklang zu bringen.

Was mich an Feuerbach schon sehr fasziniert
Ist Bereitschaft und Fähigkeit umzudenken,
Dass er Irrtum nicht dauerhaft weiter führt,
Bereit ist, Vergangenheit wegzuschenken.

Wer viel geschrieben, viele Jahre gedacht,
Und dennoch sich nicht im Denken verfängt,
Sich für mich zu leuchtendem Vorbild macht.
Gut, wenn man nicht an Vergangenem hängt.

Ich wollte, ich könnte immer so mutig sein,
Verstaubte Gedanken über Bord zu werfen,
Ließe stets auf radikales Neudenken mich ein,
Um Sinn und Sinnlichkeit weiter zu schärfen.

Vor mir liegt hoffentlich langer geistiger Weg,
Nachdem viel Zeit in Sinnlichkeit verbracht.
Ich hoffe, ich werde mit dem Alter nicht träg,
Dass zu denken weiterhin Freude mir macht.

Ich will weiter Leib, Geist und Seele klären,
Alte Antwort verwerfen durch neue Fragen,
Zweifel und Sehnsüchte nicht nur abwehren,
Mitten hinein in dieses Diesseits mich wagen.

Individualanarchismus bei Stirner (1806 – 1856)

Johann Caspar Schmidt, so eigentlicher Name,
Wuchs nach Vaters Tod bei Pateneltern auf.
Vielleicht lag in der Elterntrennung schon Same
Für den von Autonomie geprägtem Lebenslauf.

Nach dem Abi studierte er in Berlin bei Hegel
Und anderen philosophischen Geistesgrößen.
Er wurde Lehrer, doch dem aufmüpfigen Flegel
Wollte man mit Berufsverbot Angst einflößen.

So musste er als Privatlehrer Geld verdienen.
Die Revoluzzerschicksale wiederholen sich oft.
Wie er mussten viele im Land dafür sühnen,
Dass sie besseres Leben für Menschen erhofft.

Johann schloss sich einem Debattierzirkel an
Von oppositionellen Sozialisten und Liberalen.
Unter dem Pseudonym Max Stirner er begann,
In Zeitungsartikeln die neuen Ideen auszumalen.

Mit siebenunddreißig schrieb er an dem Buch
Mit dem Titel: „Der Einzige und sein Eigentum“,
Was ihm den Ruf, ein Anarchist zu sein, eintrug.
Er kam als Außenseiter zu heimlichem Ruhm.

Alle in allen Lagern regten sich über ihn auf,
Selbst Engels, der anfangs sein Werk gut fand.
Er kannte den Stirner vom Debattierzirkelverlauf.
Doch Marx auf Ablehnung von Stirner bestand.

Bis zum heutigen Tag ist es durchgehend normal,
Dass die Anarchisten man radikal missversteht,
Weit denken viele von ihnen, zu utopisch genial,
So dass Gedanke nicht ins Bewusstsein eingeht.

Ein Anarchist ist für Staaten stets eine Gefahr,
Zumal deren Notwendigkeit in Frage er stellt.
Werde jeder sich seiner Verantwortung gewahr,
Bräuchte man Führer nicht mehr auf dieser Welt.

Stirner gehörte wie Marx und auch Feuerbach
Dem Kreis der eher linken Junghegelianer an.
Doch auch er dachte weiter über vieles nach,
So dass man ihn nicht darauf festlegen kann.

Ihnen, die meinten, nach deutschem Idealismus
Atheistische Aufklärung im Land zu begründen,
Rief Max Stirner zu mit spöttischem Genuss:
Auch Atheisten hier Frömmigkeit verkünden.

Besonders Feuerbach wurde scharf kritisiert.
Seine Religionskritik sei immer noch fromm,
Weil er Gott nur von außen nach innen führt.
Doch vom Glauben an Gott nicht los er komm.

Das Jenseits außer uns habe er zwar beseitigt.
Doch das Jenseits in uns sei neuer Götterberg.
Feuerbach war darüber nicht sehr beleidigt.
Er lobte Stirners Buch als geistvolles Werk.

Stirner gehe zwar in seiner Annahme fehl,
Der Mensch sei ihm ein göttlicher Gedanke.
Doch Sympathie mit Kritik er nicht verhehl'.
Er sich für solcherlei Anregung bedanke.

Feuerbach hatte sorgsam Stirner gelesen,
Hatte zweifach Stellungnahme dazu verfasst.
Sagte, dessen Kritik treffe ihn nicht im Wesen,
Hatte Stirners Denke geachtet, nicht gehasst.

Stirner wollte einen Schritt vorwärts gehen,
Wollte unsere Befreiung weiter vorantreiben,
Wollte das erstarrte Jenseits in uns besehen,
Meinte, all das müsse nicht in uns so bleiben.

Nach erster eher äußerer Aufklärungswelle,
Die das Jenseits außer uns habe weggefegt,
Stürme man nun befreiend in sich die Stelle,
In die der Himmel Gottes nach innen verlegt.

Es gehe darum, uns uns selbst anzueignen,
Der Eigner von allem auf der Erde zu werden,
Fremdherrschaft in uns selbst zu beseitigen,
Unsere Mündigkeit nicht länger zu gefährden.

Eigner zu werden, erfordere unsere Empörung,
Man arbeite sich aus dem Bestehenden empor,
Durchschaue und verlasse Selbstbeschwörung,
Mit der an die Fremdherrschaft man sich verlor.

Stirners Empörung gegen das Heilige

Stirnersches Jenseits-in-Uns schon beschreibt,
Was Freud dann später das Über-Ich nannte.
Als Gewissen es durch unser Leben uns treibt,
Oft so unbewusst, dass man kaum es erkannte.

Es gäbe in uns diesen Bereich des Heiligen,
Ein teilbewusster Komplex aus Wert und Moral,
Uns aufnötigend, wie wir an Welt uns beteiligen,
Der uns geistig beschränke zu unfreier Wahl.

Dieses Heilige unser Verhalten derart reguliere,
Dass man, gefangen in kultureller Zeitidentität,
Ein abhängiges und versklavtes Leben führe,
Auch wenn real so vieles noch offen uns steht.

Vor dem Heiligen verliere man meist allen Mut,
Entmache sich, wenn man was heiligspreche.
Tut mein Kniebeugen sowie mein Urteil mir gut?
Ein Gewissen ich mir schaffe und durchbreche.

Wovor Respekt oder gar Ehrfurcht man hege,
Verdiene unsere Bewertung, heilig zu sein.
Doch alles Heilige uns geistige Ketten anlege.
Keinesfalls wolle und dürfe angetastet es sein.

Vor dem Heiligem keine Furcht man empfinde,
Hingegen Ehrfurcht, was weitaus schlimmer sei,
Denn Ehre mit Fürchten man dadurch verbinde.
Derart gebunden werde nur schwerlich man frei.

Allein bei Furcht bleibe zumeist der Versuch,
Von dem Gefürchteten mutig sich zu befreien.
Doch die Ehrfurcht erlebe man wie einen Fluch.
Was man ehre, dem werde Macht man verleihen.

Gefürchtetes sei zur inneren Macht geworden,
Der nicht weiterhin man entziehen sich kann.
Was man verehere, wolle niemals man morden.
Ich und Gefürchtetes werden zu einem sodann.

Stirners Eigner und das Eigentum

Die Gestalt des Eigners, Einzigen und Egoisten
Steht im Zentrum vom Stirnerschen Denken.
Für den Eigner gelte es, gründlich auszumisten,
Nichts Heiliges solle auf die Dauer uns kränken.

Keine erhabene Idee und kein heiliger Gral,
Keine Institution wie Staat, Kirche und Ehe,
Nicht Menschheitsidee noch Recht und Moral,
Kein Locken und Drohen, kein Ach und Wehe.

Nicht entleerte Begriffe wie Freiheit und Glück,
Oder Phrasen von Sozialem und Nächstenliebe.
Man weise alles Heilige in und um sich zurück
Und achte darauf, was im Kern dann nachbliebe.

Alles Eigentum habe zum Material zu werden,
Mit dem man das anfangen, was immer man will.
Nichts Heiliges solle unser Sein mehr gefährden.
Auch der Heilige Geist in uns werde endlich still.

Auch Geist als Eigentum müsse herabsinken
Zu einem Material, das keine Scheu erzeugt.
Aus allen Erkenntnisquellen mutig wir trinken.
Ehr-Furcht uns nicht den Nacken mehr beugt.

Auf diese Art gehe mir nichts mehr über mich.
Egoismus bekomme so einen gewandelten Sinn.
Ein einzigartiger Mensch ducke nicht länger sich.
Ich bin einzig, nicht artig, solange ich hier bin.

Sozialanarchismus bei Michail Bakunin (1814 – 1876)

Bakunin stammte aus Russenfamilie von Adel,
Ältester Sohn und das Dritte von elf Kindern.
Sein Vater, aus Angst vor des Zaren Tadel,
Konnte Michails Militärdienst nicht verhindern.

Mit jeder Erfahrung der militärischen Brutalität
Wuchs Michails Abscheu gegen das Militär.
Sinn ihm auch nicht nach Staatsdienst steht,
Sehnt er sich doch nach der Freiheit zu sehr.

In Moskau studiert er deutsche Philosophie,
Lernt dort viele bedeutende Personen kennen.
Doch Sehnsucht nach Politik in ihm gedieh.
Er wollte vom Zarenrusland sich trennen.

In Deutschland im Kontakt mit Feuerbach
Stellte er die Philosophie auf politische Beine.
Interesse am Sozialismus wurde in ihm wach.
Revolutionäres Handeln war nun das Seine.

Er musste recht bald aus Sachsen fliehen,
Erhielt in der Schweiz zwar politisches Asyl.
Doch ward ihm die Agitation nicht verziehen.
Von dem Zaren verurteilt, er in Ungnade fiel.

Dreißigjährig gelangte Bakunin ins wilde Paris,
Stritt sich mit Marx, ward Freund mit Proudhon.
Kein heiles Haar an der Zarenherrschaft er ließ,
Kämpfte für die polnische Befreiungsrevolution.

Die achtzehnhundertachtundvierziger Revolten
Wurden von Herrschenden niedergeschlagen.
Lange die Revolutionäre darunter leiden sollten.
Schwer wurde es, neue Aufstände zu wagen.

Beim Kampf um die Befreiung der Sachsen
Wurde er von Preußen gefangengenommen.
Man hatte mit ihm ein gnädiges Nachsehen.
Lebenslängliche Kerkerhaft hatte er bekommen.

Bakunin wurde nach Russland ausgewiesen.
Um dort auf Dauer eingesperrt zu bleiben.
Skorbut und Zahnfäule in dunklen Verliesen
Ließen Michail dem Tode entgegen treiben.

Auf die Gnadengesuche seiner Familie hin
Wurde er, da erkrankt, nach Sibirien verbannt.
Er heiratete, doch änderte nicht seinen Sinn,
Wurde verbannt mit Revolutionären bekannt.

Fünfundvierzigjährig konnte endlich er fliehen,
Kam auf der Flucht im Segelschiff in Japan an,
Um von dort aus weiter nach Europa zu ziehen,
Damit er weiterhin Revolutionen anzetteln kann.

Bakunin übertrug das Kommunistische Manifest
In London für Marx in die russische Sprache.
Zeitweilig ihre Beziehung sich ertragen lässt,
Denn sie kämpfen im Grunde für gleiche Sache.

Durch die Flucht wurde er im Reich der Zaren
Zur von der Obrigkeit meistgehassten Person.
Befreiungskämpfe kein Weg mehr für ihn waren.
Von unten kommen musste jedwede Revolution.

Mit fünfzig Jahren ließ er sich in Italien nieder
Und gründete die Internationale Bruderschaft.
Er wurde auch im Alter nicht träge und bieder,
Sondern verlieh den radikalen Ideen neue Kraft.

Erstmals bezeichnete er sich als ein Anarchist,
Sich von den Kommunisten zu unterscheiden.
Eher radikal demokratisch sein Standpunkt ist.
Das Gemäßigte mochten Radikales nicht leiden.

In damaliger Internationaler Arbeiterbewegung,
In der Marx und Engels zurzeit das Sagen hatten,
Sorgten Antiautoritäre wie er für viel Erregung.
Sie wollten einen Arbeiterstaat nicht gestatten.

Nicht einmal übergangsweise die Staatlichkeit.
Denn Staatsmacht sollte zerschlagen werden.
Zu einer Diktatur des Proletariats nicht bereit,
Die Anarchisten den Kommunismus gefährden.

Bakunin wurde also von Marx ausgeschlossen.
Die antiautoritäre Internationale spaltete sich ab.
Und Bakunin zog sich, revolutionsverdrossen,
Zurück und fand bald in der Schweiz sein Grab.

Viele hätten revolutionären Instinkt eingebüßt,
Sie seien zu sehr mit ihrer Elendslage zufrieden,
Dem Menschen, der träge und furchtsam ist,
Sei ein eher erbärmliches Schicksal beschieden.

Bakunin, Gott und die Liebe

Gott sieht er als Produkt unseres Denkens an.
In Gott wir unseren Geisteszustand spiegeln.
Suche nach Vernunft man erkennen zwar kann.
Doch viele Unvernunft im Glauben versiegeln.

Nur Vernunft lasse uns die Wahrheit erkennen.
Wenn man Vernunft jedoch an Gott delegiere,
Wir nicht handeln, nur noch glauben können.
An Gestaltungskraft unsere Vernunft verliere.

Religion sei unsrer Vernunft entgegengesetzt,
Würde unsren Gerechtigkeitssinn untergraben,
Dass der Mensch glücklich lebe und unverletzt,
Sei demzufolge erstmals im Jenseits zu haben.

Unserer Ehr-Furcht vor dem Jenseits und Himmel
Entspreche eine Verachtung der diesseitigen Erde.
Die Gottesverehrung samt dem Glockengebimmel
Verhindere, dass die Menschheit glücklich werde.

Den Gottglauben gelte es endlich zu überwinden,
Um die vollständige geistige Freiheit zu erlangen.
Menschen erst dann zu ihrer Schöpferkraft finden,
Wenn sie ihr Dasein aktiv zu gestalten anfangen.

Menschliche Liebe sei ein unermessliches Band
Jeder natürlichen Verbundenheit in Solidarität,
Ein Liebesband, das all die Völker umspannt,
Für Freiheit und für Glück der Menschheit steht.

Eine Liebe, die allen Unterschieden zum Trotz,
Zu geschwisterlicher Gemeinschaft verbinde,
Gerate uns zur Geißel, zum hemmenden Klotz,
Solange sie nur dem Gott gegenüber stattfinde.

Liebe müsse von da zurückgenommen werden,
Gehöre in Kontakt der Menschen untereinander,
Gehöre vom Jenseits ins Diesseits auf Erden,
Dass Liebe konkret werde, was an ihr dran wär'.

Liebe dürfe man nicht an einen Gott verlieren,
Denn sie erschaffe ein Menschheitsverstehen.
Wenn wir die Liebe auf Abstraktes projizieren,
Fällt es schwer, auf unsren Nächsten zu sehen.

All das viele Blut, das im Namen der Religion,
Von Millionen von Menschen vergossen wurde,
Künde mit von der religiösen Menschheitsfron.
Liebe zu Gott schaffe in der Welt das Absurde.

Bakunins diesseitiges Freiheitsverständnis

Freiheit erscheine nicht als ein abstraktes Ideal.
Frei sei ein jeder durch die Freiheit von allen.
Frei zu sein, meint immer die Freiheit zur Wahl:
Ich darf hier frei wählen, was mir mag gefallen.

Schon Kant hatte die Freiheit doppelt definiert
In einer negativen und einer positiven Variante.
Erst beides zusammen zu wahrer Freiheit führt,
Was auch Bakunin, der gut belesen, erkannte.

Eine negative Freiheit sei unser Freisein-Von,
Unsere Auflehnung gegenüber jeglicher Autorität.
Jedem fremden Willensdruck sprechen wir Hohn.
Kein Gott und kein Mensch mehr über uns steht.

Für Bakunin spielte es überhaupt keine Rolle,
Ob wir beherrscht sind in einem Königsstaat,
Oder ob ein Parlament uns beherrschen wolle,
Oder ob es Diktatur gebe durch das Proletariat.

Alles das sei Herrschaft von oben nach unten
Durch eine dauerhaft privilegierte Minderheit.
Nur angeblich sie Volksinteressen erkunden.
Privilegien abzugeben, sind sie niemals bereit.

Autorität versuche, sich Dauer zu verschaffen,
Indem gesamte Gesellschaft sie dümmer mache.
Mündige Bürger mache man zu bedürftigen Affen,
Über die daraufhin eine kluge Regierung wache.

Man wolle nicht die Herrschaft der Wissenschaft.
Die Stellung der Wissenschaftler sei privilegiert.
Zum Volke hin eine Riesenlücke zumeist klafft.
Man diene denen, zu denen mehr Nähe man spürt.

Eine positive Freiheit sei unser Freisein-Zu
Als die Chance, sein Potenzial zu entfalten.
Bildung und Wohlstand benötigen wir dazu,
Um für uns und andere die Welt zu gestalten.

Einerseits Freiheit durch kollektives Eigentum
In Sphäre der Dienste und der Güterproduktion.
Zugleich Freiheit durch Regionalmarktkonsum
Auf der Basis von angemessenem Arbeitslohn.

Größtmögliche Autonomie und Chancengleichheit
Sollte dank dieser Wirtschaftsweise entstehen.
Dies genauer zu bestimmen, war er nicht bereit.
Zu viel Theorie werde in Despotismus aufgehen.

Es sei niemals möglich, dass wir im vornherein
Soziale Paradiese rein theoretisch konstruieren.
Es werde immer Aufgabe konkreter Praxis sein,
Uns Schritt für Schritt dem Ziel näher zu führen.

Freiheit, Sozialismus und Föderalismus gehören
Zusammen zu einem neuen Gesellschaftssystem.
Gemeinsam sie eine Chancengleichheit mehren.
Untrennbar man diese als die Grundlage nehme.

Freiheit ohne Sozialismus sei Ungerechtigkeit.
Sozialismus ohne Freiheit sei ein Volk als Herde.
Föderalismus uns von Machtkonzentration befreit.
Alle Macht derart zur Basis hin verschoben werde.

Diese Föderation solle auf einer freien Verbindung
Der Individuen und ihrer Gemeinschaften basieren.
Diese Struktur soll zur Abhängigkeitsüberwindung,
Zu größtmöglicher Selbstbestimmung uns führen.

Echte Freiheit könne man nur dadurch erhalten,
Dass man das entmache, was uns unfrei mache.
Autoritäre Strukturen nur Angst in uns entfalten.
Wer Angst hat, jedoch kaum zur Freiheit erwache.

Ein Sozialismus, der gegen die Freiheit verstößt,
Diese nicht als schöpferischen Weg akzeptiere,
Nur Hierarchie, Sklaverei und Bestialität auslöst,
Dabei ursprünglich menschliche Züge verliere.

Wie wahr wurden Bakunins prophetischen Worte,
Wenn man dabei an Stalins Staatsterror denkt,
Die Gulags und millionenfachen Morde man sehe.
Der Staatssozialismus hat uns Menschen gekränkt.

Bakunin versteht unter der Idee des Sozialismus
Unser aller Gleichheit, wirtschaftlich und sozial.
Mit jeglicher Klassengesellschaft sei so Schluss.
Eine egalitäre Gemeinschaft ist Bakunins Ideal.

Für alle ein gleicher Zugang zum Bildungsangebot
Und ein gleicher Zugang zu Mitteln der Produktion.
Niemand gerät dann mehr unverschuldet in Not.
Für nützliche Arbeit gibt es einen maßvollen Lohn.

Statt einer Gottesferne also eine prosoziale Nähe.
Im Elend wir uns nicht auf ein Jenseits verträsten.
Durch gemeinsames Handeln ein Diesseits entstehe,
In dem Menschheitsprobleme solidarisch wir lösen.

Gott ist tot. Was dann?

Friedrich Nietzsche (1844 – 1900)

Nietzsches Vater war ein evangelischer Pfarrer,
Der früh verstarb, als Friedrich erst fünf Jahre alt,
Von der Zeit an nur von Frauen umgeben war er
Als einziger Männlicher in einem Frauenhaushalt.

Sein Vater hat allem Anschein nach ihm gefehlt,
Erst am Gymnasium hat er die Lehrer gefunden,
Die er dann als Vaterersatz für sich ausgewählt.
So kam einigermaßen heil er über die Runden.

Er studierte die Philosophie der Junghegelianer,
Befasste sich besonders intensiv mit Feuerbach,
Mit diesem aufmüpfigen antireligiösen Mahner.
Den Theologiestudien ging er nicht mehr nach.

Der Vater eines seiner engen Studienkollegen
Hatte mit dem Anarchisten Max Stirner studiert.
Es liegt nahe, jedoch lässt es sich nicht belegen,
Dass Nietzsche mit Stirners Ideen konfrontiert.

Auch viele Werke von Arthur Schopenhauer,
Dessen Denken auch Sigmund Freud inspiriert,
Las anfangs Nietzsche begeistert und genauer.
Bis er weltverneinenden Pessimismus kapiert.

Er lernte Cosima und Richard Wagner kennen.
Hatte er doch jugendlich auch schon komponiert.
Wieder konnte er sich eine neue Familie gönnen.
Als gern gesehener Gast war er dort eingeführt.

Bei den Wagners lernte er die Freunde kennen,
Die optimistisch waren, was jene Kultur betraf.
Er musste sich nicht pessimistisch verrennen,
Verfiel nicht in den passiven Verneinungsschlaf.

Friedrich wurde schon mit fünfundzwanzig Jahren
Ein Professor für klassische Sprachwissenschaft.
Jedoch viel Unverständnis hat er lehrend erfahren.
Zu den Denkern seiner Zeit riesige Lücke klafft.

Als der Friedrich zweiunddreißig Jahre alt war,
Fanden erstmals die Bayreuther Festspiele statt.
Dabei wurde deren Niveaulosigkeit ihm offenbar.
Von den Wagners er daher abgewendet sich hat.

Seine vorgängige unterwürfige Anhängerschaft
Schlug dabei in eine radikale Gegnerschaft um.
Krankheiten seit der Kinderzeit raubten ihm Kraft.
Nahm er deshalb wohl anderen so vieles krumm?

Weil seine Gesundheit erheblich angeschlagen,
Legte nach zehn Jahren die Professur er nieder.
Er suchte passendes Klima, um nicht zu klagen,
Jedoch fand zur Gesundheit er niemals wieder.

Seine Sozialkontakte wurden zunehmend rar.
Beziehungen zu Frauen gelangen ihm nicht.
Intrigen seiner Schwester wurden ihm offenbar.
An einer Selbsttötungsidee er beinahe zerbricht.

Doch hörte er niemals damit auf zu schreiben.,
Er entwickelte dabei seinen besonderen Stil,
Schien damit die letzten Freunde zu vertreiben,
Denen sein radikales Denken nicht mehr gefiel.

Fürderhin pflegte Nietzsche seine Einsamkeit.
Und doch beklagte er, dass er unter dieser litt.
Kaum jemand war seine Texte zu lesen bereit.
Der Zeitgeist war für dieses Denken nicht fit.

Eine unheilbare Syphilis zerfraß sein Gehirn.
Eine Folge der Krankheit war Größenwahn.
Als sein Geist verwirrte sich hinter der Stirn,
Erst sein Erfolg in der Geisteswelt begann.

Durch seine schwere psychische Krankheit
Wurde er arbeits- und bald geschäftsunfähig.
Zehn Jahre wurde er in seiner Familie betreut.
Fünfundfünfzigjährig sagt Leib: „Jetzt geh ich.“

Nietzsches Kritik an Moral und Religion

Eine Moral in Allgemeinen sei zu kritisieren,
Speziell jedoch die Moral des Christentums,
Weil Menschen dadurch an Kraft verlieren,
Sich fügten zugunsten des Gottes Ruhms.

Wahrhaftiges, freies und aufgeklärtes Denken
Müsse jenseits von Gut und Böse stets sein,
Müsse den Blick auf die Werturteile lenken.
Welchen Wert lasse ich warum wichtig sein?

Welcher Werte haben bei mir welchen Rang?
Was hat der Wert mit meinem Leben zu tun?
Was macht mich mutig und was mich bang?
Was bringt mich auf? Was lässt mich ruh'n?

Woher nur kommt meine Moralvorstellung?
Auf welcher Erfahrung ist sie gewachsen?
Nietzsche geht es um Ursprungserhellung
Aller Hemmungen und moralischen Faxen.

All die geistigen und religiösen Spekulationen
Seien erklärbar durch jeweilige Seelenlage.
Sie dienen den Moral als Legitimationen.
Wer sie erkläre, der stelle nicht mehr in Frage.

Die Frage sei, sobald jemand wild spekuliert:
Auf welche Moral will er wohl damit hinaus?
Durch Gefühl werde Geist zu Wertung geführt.
Derart wertend deuten unser Hiersein wir aus.

Die Art und Weise, wie ein Mensch hier denke.
Welche Philosophierichtung er im Leben vertritt,
Die Leib- und Seelenlage im Hintergrund lenke,
Also je nachdem, ob Mensch eher froh oder litt.

Seelenerkundung und die Philosophie werden
Radikal selbstanalytisch bei Nietzsche kombiniert.
Das rein abstrakte Denken wollte er gefährden,
Weil dieses allein nicht wirklich weiter uns führt.

Eine Herrenmoral sei der Herrschenden Haltung,
Zu sich selbst und ihrem Leben meist Ja zu sagen,
Schlicht erscheint ihm anderer Lebensgestaltung.
Ein Leben als Beherrschte sei kaum zu ertragen.

Die Sklavenmoral sei Haltung der Entbehrenden,
Die damit Ja-Sagen der Herrschenden abwerten,
Sie sei Haltung der Lebensfreude Abwehrenden,
Auf dass sie auf Erden keinesfalls aufbegehren.

Sklavenmoral werde im Christentum praktiziert,
Welches diese Art von Moral mit hervorgerufen.
Die Missgunst im Diesseits ein Jenseits gebiert.
Jenseits sich Christen als Herrschende einstufen.

In dieser imaginären christlicher Jenseitswelt
Können sie ihren Hass auf die Reichen ausleben.
Das Diesseits werde so nicht in Frage gestellt.
Unterdrückte so nicht die Herrschaft anstreben.

Das Christentum sei verneinend in dem Sinne,
Dass es dem Sinnlichen den Wert abspreche.
Dass es mit einer unkörperlichen Gottesminne,
Die Menschenliebe zueinander unterbreche.

Das Christentum habe jede Art der Entwicklung
Von Menschen samt Wissenschaften behindert.
Religion wolle nicht unser irdisches Glück und
Habe nie wirksam konkretes Leiden gemindert.

Diese Kritik treffe auch für den Buddhismus zu,
In dem dieser die Welt als Ort des Leidens sehe.
Freude am Leben sei beiden Religionen Tabu.
Ein Glücklicher niemals in das Nichts eingehe.

Während Schopenhauer, dieser Aktivpessimist,
Das Mitleid in das Zentrum seiner Ethik stelle,
Für Nietzsche die Mitfreude Basis der Ethik ist.
Lebensbejahung sei unsere wahre Kraftquelle.

Ein eher passives Mitleid sei lebensverneinend,
Vermehre nur unser Leiden in und an dieser Welt.
Eine aktive Mitfreude als menschenvereinend
Die weitaus wichtigeren Werte bereit für uns hält.

Die moderne Zeit leide an ihrer Verkommenheit.
Das beträfe vor allem unsere bürgerliche Moral.
Sozialismus sei eine neue Form von Christlichkeit,
Auch der Anarchismus sei keine bessere Wahl.

Eine Umwertung aller Werte sei dagegen nötig.
Nicht klar ist, was Nietzsche wohl damit gemeint.
Ein Wahndenken ernst zu nehmen, verböt' sich.
Im Wahn ist mensch nicht mehr mit sich vereint.

Gott und Mensch bei Freud (1856 – 1939)

Freud wurde von Feuerbach dazu angeregt,
Religion von Psychodynamik her zu erklären.
Mensch Hoffnung auf Wunscherfüllung hegt,
Muss eine Instanz außer sich dafür verehren.

Ein Mensch, verängstigt, traue sich nicht zu,
Sich weitgehende Wünsche selbst zu erfüllen.
Selbstbewusstsein sei für Unterdrückte Tabu.
Also müsse ein Gott ihre Sehnsüchte stillen.

Religiöse Lehre sei von Menschen erdacht,
Sei meist aus dem Mangel erleben entstanden.
Also wurden Götter für uns dienstbar gemacht,
Auf dass wir nicht auf Dauer im Elend landen.

Landeten wir doch im Elend, sind wir schuld,
Weil als Mensch fortwährend sündig wir sind.
Ein Gott ist auch streng, hat nicht nur Geduld,
Bestrafe Menschen wie der Vater das Kind.

Religion erschien Menschen als zwingend,
Weil deren Wünsche uralte und heftig stark,
Erfüllung erlebt als schwierig und dringend,
Die Menschheit erschütternd bis in das Mark.

Das Geheimnis der Stärke der Religion sei
Stärke der Wünsche, die ihr zugrunde liegen.
Wir Menschen seien innerlich noch nicht frei,
Solange Wünsche das Bewusstsein verbiegen.

Illusionen seien aus Wünschen oft abgeleitet.
Oft näherten sie sich schon einer Wahnidee.
Solche Illusionen mich lebenslang begleitet,
Wenn ich Wunscherfüllung nicht selbst angehe.

Ein persönlicher Gott sei psychologisch nur
Als ein kindlich überhöhter Vater anzusehen.
Bleibe durch Kinderbitte der Vater nicht stur,
Könnte ein Kinderwunsch in Erfüllung gehen.

Strenger Vater ließe sich bittend erweichen,
Durch die Reue des Kindes beschwichtigen.
Sende man ihm nur die passenden Zeichen,
Würde der Vater uns nicht mehr bezichtigen.

Religion eines gewöhnlichen Menschen sei
Offenkundig infantil und wirklichkeitsfremd.
In diesem Korsett werde Mensch nicht frei
Bleibe klein, hilflos, verdummt, verklemmt.

Religiosität sei weitgehend zurückzuführen
Auf eine Hilflosigkeit und Hilfsbedürftigkeit,
Die kleine Kinder über eine lange Zeit spüren,
Nesthockend zu Eigenständigkeit nicht bereit.

Der ach so allmächtige und gerechte Gott
Sei die großartige Sublimierung des Vaters.
So geraten wir in einen Abhängigkeitskomplott,
Gefesselt an die Macht des externen Beraters.

In Götteranbetung werde Vorstellung reaktiviert,
Die das Kleinkind von seinen Eltern einst hatte.
Unter Elternschutz werde enges Leben geführt.
Religion verpacke unser Leben in Zuckerwatte.

Für den hohen Preis einer Dauerverkindlichung
Religion oft vor Neurosenausbruch uns schütze.
Psychische Störung käme dort eher in Schwung,
Wo man nicht auf solchen Glauben sich stütze.

Ungläubige vergleichsweise mehr sich gefährden.
Die Mutter Kirche hätten sie nicht um sich herum,
Müssten mit Elternkomplexen allein fertig werden,
Blieben dafür jedoch nicht abhängig und dumm.

Jugendliche würden oft ihren Glauben verlieren,
Wenn die Autorität des Vaters zusammenbreche.
Würden dann gegen die Autoritäten rebellieren,
Was jedoch die Gesellschaft mit Ächtung räche.

Seelenmeidung der Psychoanalyse¹

Sind wir real, wie Freud glaubte, fehlkonstruiert,
Dass Trieb oder Moral das Regiment in uns führt?
Oder wirken ins Leben, könnte es möglich sein,
Auch noch andere Energien und Instanzen ein?

Sollte, was Freud von uns dachte, stimmen,
Wird ein Selbstbestimmen uns kaum gelingen.
So wäre Dasein Gefängnis aus innerem Muss,
Wirkten nicht wir, sondern Eros und Thanatos.

Eigenes misslingt. Zwischen Moral und Trieben
Wird verkümmertes Ich gezwängt, aufgerieben.
Wäre das wahr, bäte ich Freud um Verzeihung,
Verzichtete ich von nun an auf Selbstbefreiung.

Zwingt Scheide samt Schwanz, Leben zu führen,
Wären wir versklavt, feucht oder beim Erigieren,
Wäre, was das Wollen anstrebt, sinnlos und egal,
Wären wir nur Opfer trivialer Gesellschaftsmoral.

Todestrieb zwänge uns, Vernichtung zu planen,
Ausgeliefert der Herkunft und Kultur der Ahnen,
Das Erleben aus primären Bindungsprozessen,
Sei nicht zu überwinden, niemals zu vergessen.

Der Umstand, wie wir im Mutterleib schwimmen,
Würde Lauf des Lebens bis Ende bestimmen.
Ob wir abgelehnt oder erwünscht und gemocht,
Entschiede, wie sicher das Herz in uns pocht.

Dann wäre Schicksal an Erfahrung vermacht,
Ob zur Geburt uns wohlwollender Blick gelacht.
Mit dem, was andere uns taten, über uns denken,
Müssten wir und begnügen, darauf beschränken,

Müssten uns fremdbestimmt lebend bescheiden,
In die vorbestimmte Enge gezwängt fortan leiden.
Folglich führte Summierung der Seinserfahrung
Zur weiterer Einengung, zu Vitalitätseinsparung.

Hätte man Elend so ähnlich schon mal erlebt,
Wirkt Fluch: Zweitversuch wird nicht angestrebt.
So führten kleinere oder größere Kränkungen,
Zu Neufreudeverzicht, zu Selbstbeschränkungen.

Kränkungsvermeidung hätte Leben versauert,
Spontaneität Sicherheit erstrebend eingemauert.
Statt zu fließen, verwendeten wir Fleiß und Kraft.
Statt zu genießen, würde gerackert, geschafft.

Statt sich Leben zu öffnen, würde verschlossen
Und gewohnte Routine wiederholt unverdrossen.
Statt jenseits Zwang zu wachsen, täglich freier,
Lebte man in vorfestgelegt nach uralter Leier.

Fest an Erfahrung und Erwartung gebunden,
Wird niemals ein Weg zu Bestimmung gefunden.
Was Wunder, wenn sich da wer Leben nimmt,
Da Existenz so fest gezurrt und vorbestimmt?

Können wir Fesseln von innen aufsprengen?
Oder bleiben in Herkunftskrallen wir hängen?
Wie steht es, Freud, mit Energie der Seelen?
Wie uns entfalten, da wir darauf nicht zählen?

Was meintest du damit, dass Arbeit und Liebe
Als Wege unseres Ichs in Freiheit uns bliebe.
Woher kommt Liebe? Wohin mag sie gehen?
Wird man Liebe seelenlos wirklich verstehen?

Wie soll Neues und Besseres kreativ entstehen,
Wenn wir aufs Wesen, auf Seele, nicht sehen?
„Kreatives entstehe“, Freud, ich höre dich schon,
„Durch gesellschaftskonforme Tribsublimation.“

Was in den Religionen unsere Seele man nennt,
Möchte zeitgemäßer als das Selbst ich benennen.
Selbst ist unser Liebesprozess, der nicht trennt,
Dank dem verbunden wir erneuern uns können.

Mir, Freud, ist das Selbst entscheidende Instanz.
Dies Selbst bestimmt, wie durchs Leben ich tanz.
Ein Mensch hat ihn, doch er nutzt ihn nur selten:
Selbstzugang durch Herzraum zu Seelenwelten.

Religionskritisch hatte Sigmund die Seele verloren,
Ein düstertrüber Kulturpessimismus ward geboren.

Menschenschau dank scheincooler Rationalität:
Wissenschaft im Wert höher als die Liebe steht,

Eine Lebensanschauung, an Kalkülen hängend,
Undurchschaubares als Metaphysik verdrängend,
Wissenschaft, in der wir zu Verwertungszwecken
Uns hinter Theorie, Konzept und Zahl verstecken.

Wissenschaft, wo mehrheitlich treibender Geist,
Besitzmehrung durch Mitweltausbeutung heißt.
Beschäftigung mit Seele war für Analytiker Verrat
Seele war allein sublimiertes Eros-Trieb-Derivat.

Jung wurde, als den Archetyp-Seelenweg er fand,
Aus der psychoanalytischen Gesellschaft verbannt.
An dir, Freud, haben sich die Klugdenker gerieben.
Starrsinnig hast Entwicklung voran du getrieben,

Hast Menschschau in Worten zusammengeträumt,
 Damit der Nachwelt Chance zur Kritik eingeräumt.
 Auch du konntest dich nur kritisierend entfalten.
 Verzeih, ich lass dich zurück. Lass Milde walten.

Danke, wir konnten uns mit dir als Urvater fetzen,
 Mit dem unbeseelten Ich uns auseinandersetzen.
 Du kamst uns mit patriarchalen Thesen gelegen,
 Hast uns Richtung für neuen Suchweg gegeben.

Wo wir Bewusstsein erforschend wohl ständen,
 Hätte es dich nicht gegeben samt Dissidenten?
 Heute zieht mehr denn je mich die Frage in Bann:
 Wie Seele meidend man Therapie machen kann.

Gedanke dazu formt sich zu Worten im Munde:
 Alter Begriff von Psychologie als Seelenkunde.
 Groß ist Hoffnung, zu uns selbst ist zu finden,
 Wenn Seelendynamik wir besser verstünden.

Lasst uns, während wir hier leben auf Erden,
 Mutig suchende Seelenkundschafter werden,
 Freie Gemeinschaften aus Forschern gründen,
 Seelenpfade beschreitend von Erfahrung künden.

Lasst Seelen uns auf vielen Wegen explorieren,
 Ohne auf die Standardheilslehren uns zu fixieren.
 Die Gurus und Besserwisser brauchen wir keine.
 Letztendlich geht jeder die Seelenwege alleine.

Eine freie Gemeinschaft für Seelensuchsachen
 Wird Mut für Erforschen der Innenwelt machen,
 Kann tatkräftig bei keimender Angst uns stützen,
 Erfahrung mitteilend beim Suchfinden nützen.

Es geht nicht darum, ob wer richtig und perfekt,
 Wichtig ist, dass man sich nicht mehr versteckt.
 Was wir heute vom Selbst mehr ahnen als wissen,
 Wird sich künftig erneut der Kritik stellen müssen.

Unser Selbst ist wie nie enden wollender Traum.
 Selbst ist hier und jetzt, diesseits Zeit und Raum.
 Selbst ist wie ein im Winde verwehender Klang.
 Es verbirgt sich vor mir, bin ich zu laut oder bang.

Ein Seelenzugang ist nicht fordernd zu erzwingen.
 In Zugänglichkeitszustand kann ich mich bringen.
 Zugänglich bin ich eher, mich öffnend ganz sanft,
 Bereit für Überraschendes, frei und unverkrampft.

Seelenwärts – doch nicht über Moral und Triebe.
 Ins Seelenreich kommt man einzig durch Liebe.
 Das Seelenziel vor Augen, Liebesweg dahin klar:
 Ist unser Leben nicht sonder- und wunderbar?

Lasst zum Ich uns noch ein Selbst ergänzen,
 So wie es einige Forscher nach Freud erkannt.
 Liebe und Spontaneität bringt es zum Glänzen,
 Was ich-bezogen von uns so niemals erkannt.

Krishnamurti (1895 – 1986) als theosophischer Christus²

Dir, Jiddu Krishnamurti, widme ich dies Gedicht.
Deine Worte sind lange mir Leitstern gewesen.
Habe ernst und heiter deine Gespräche gelesen,
Obwohl ich wusste, du liest andere Texte nicht.

Doch inzwischen ist dein Stern in mir verblasst.
Ins Diesseits hinein verweist geistiges Streben.
Doch radikale Selbstverantwortung noch passt
Und deine klugen Appelle für friedliches Leben.

Grundfragen der Menschheit

Du fragtest, ob der Mensch wohl irgendwann,
In sich und mit seinen Nachbarn Frieden stiftet,
Mit Denken nicht länger das Schauen vergiftet,
Ohne Angst zur Barmherzigkeit finden kann,

Ob es möglich sei, uns momentan zu wandeln,
Radikal, nicht allmählich, so im Laufe der Zeit.
Offenbar sei die Menschheit noch nicht so weit,
Müsse weiter gewalttätig Mitwelt verschandeln.

Könne sein, da Menschen von Herzen lieben,
Dass es Kriege nicht mehr gebe und Gewalt?
Könne sein, wir werden ohne Todesangst alt,
Weil Angst hinter der Liebe zurückgeblieben?

Könne sein, dass Leben leidlos möglich sei,
Ohne Einsamkeit, Verzweiflung und Sorge,
Ohne dass man fremde Gedanken sich borge,
Ohne Vergleich und Messen, wahrhaft frei?

Sei es möglich, frei von jedem Vergleichen,
Zustand vollkommener Harmonie zu finden,
Gewalt, Gier, Macht, Angst zu überwinden,
Sich Hände in herzlicher Liebe zu reichen?

Zu lösen sei einzig ein politisches Problem,
Nämlich uns Menschen zur Einheit zu führen.
Man müsste sich mit den Herzen berühren.
Doch solch Weg sei fremd und unbequem.

Du fordertest, erforderlich sei die Revolution,
Die im Geiste eines jeden Menschen beginne.
Zeit sei, dass man sich seiner selbst besinne.
Nutzlose Umstürze hatten genug wir schon.

Wir brauchten Revolutionierung der Werte.
Nur so starte wirksames Umformen der Welt.
Ohne Selbsterkenntnis sei der Weg verstellt,
Weil verhaftetes Denken das Neue gefährde.

Es nütze nichts, Inneres im Außen zu sehen,
Habgier und Gewalt in der Welt zu bekämpfen,
Weil, geschüttelt von ideologischen Krämpfen,
Wir Gier und Kampf in uns selbst nicht verstehen.

Wenn wir hineinschauten, statt raus zu gaffen,
Vergangenes und Zukünftiges arg verblasse,
Das Handeln und Schauen zusammen passe,
Könnten Friedensgesellschaften wir schaffen.

Wenn wir uns selbst in unserer kleinen Welt,
In der wir leben, wirklich umformen könnten,
Neue Sicht aufs Sein zu finden uns gönnten,
Seien Wege zu Frieden nicht länger verstellt.

Seien wir bereit, uns in uns selbst zu entdecken,
Achtsam gütig zu beachten Denken und Tun.
Wenn wir bemerkten, dass wir niemals ruh'n,
Müssten wir uns nicht so angstvoll verstecken.

Frieden heiße, Zerstückelung zu überwinden,
Zu ganzheitlich vollkommenem Tun zu gelangen.
Nicht in Verwirrung und Schmerz zu verfangen,
Zersplitterung beobachtend zu uns zu finden.

Gewaltfreiheit entstehe, wenn Geist erkenne:
Nachdenken über Gewalt ist nur Teil der Gewalt,
Alle Gewalt ein jähes Ende erfahre, sobald
Geist befreit sich nicht im Denken verrenne.

Angstfreiheit lernen

Vollkommenes Handeln sei zugleich Verstehen.
Begreifen sei die Handlung selbst, sei das Tun.
Wenn Handeln und Verstehen inmitten uns ruh'n,
Könnten wir meditierend auf die Liebe zugehen.

Es gehe nur darum, endlich angstfrei zu werden,
Vollständig zu leben ohne inneren Widerspruch,
Alles anzuschauen ohne Urteil und Selbstbetrug,
Sich ohne Dogmen und Denken im Sein zu erden.

Widerspruch in uns müssten wir nicht beseitigen,
Wir nehmen ihn einfach an, urteilsfrei, bewusst.
Alles, was wir tun, erzeuge Spaltung und Frust.
Vollkommene Enthaltung werde Wandlung zeitigen.

Wir hätten uns angstvoll mit Mauern umgeben.
Du, Jiddu, hast die Mauern als unser Ich benannt.
Dies Ich sei in dem Wesen nach unser Widerstand.
Mit ihm widerstehen wir dem unplanbaren Leben.

Dass wir ängstlich, sei das Traurigste im Leben.
Aus dieser Angst heraus erdenken wir Theorien.
Anstatt uns unmittelbar auf die Welt zu beziehen,
Anstatt Zustände jenseits der Angst anzustreben.

Wir sollten keinesfalls unsere Angst überwinden,
Also Angst nicht loswerden noch unterdrücken,
Nichts beschönigend bräuchten wir nie Krücken,
Jenseits von Angst und Zeit zur Liebe zu finden.

Uns von Ängsten unserer Existenz zu befreien,
Dürfen wir das Selbst von der Welt nicht trennen,
Uns nicht in Konzepten über das Sein verrennen,
Nicht unsere Überzeugungen bei anderen leihen.

Wenn wir nur wüssten, was es heißt, zu sterben,
Alles Gewesene zurück zu lassen ganz und gar,
Weil dank Bewusstheit alles vollends erledigt war,
Könne Angst uns Lebensfreude nicht verderben.

Du sagtest, jeder trüge alle Erkenntnis in sich,
Trüge Menschheitsgeschichte in seinem Innern.
Verbunden mit allem könnten wir uns erinnern,
Bräuchten wir eine Büchergelehrsamkeit nicht.

Wir müssten uns selbst Schüler und Lehrer sein,
Es gebe außerhalb weder Heiland noch Meister.
Unfreier Geist produziere alten Scheibenkleister.
Lassen wir uns aktiv auf dauerndes Lernen ein.

Du fragtest uns, wie es in einem Geist aussehe,
Der jede Autorität abgeworfen, aufgegeben habe.
In solchem Geist entstehe des Schauens Gabe,
Seien Sinne ausgerichtet, auf das, was geschehe.

Restautoritäten in der Technik und Wissenschaft,
Müsse für gemeinsames Handeln es noch geben.
Autorität im spirituellen und psychischen Leben,
Mache uns nur unfrei und sei darum grauenhaft.

Freiheit aber sei notwendig für seelisches Glück.
Nur wer in sich frei, könne sich und andere lieben.
Unfreie seien denkend in Angst stecken geblieben.
Unfreiheit im Geiste werfe ins Elend uns zurück.

Lernen heiße, bereit zu sein, Wissen loszulassen.
Wir könnten bestehendes Wissen nicht brauchen,
Wenn wir in nicht einmal Geahntes eintauchen,
Wenn wir versuchten, wahres Sein zu erfassen.

Nur in tiefer Stille könnten wir zu leben lernen.
Wahre Liebe sei frei, sanft und vollkommen still.
Wer diese Liebe in ihrer Schönheit erleben will,
Müsse Erinnerung und Hoffnung in sich entfernen.

Wir seien Menschen, lebten mit vielen Bürden,
Denn Tiefe der Existenz sei voll Fragezeichen.
Antwort könne messend Verstand nicht erreichen,
Wenn Diesseitiges wir mit ihm analysieren würden.

Meditierend jenseits des Denkens

Schauendes Verstehen sei nicht intellektuell,
Sei deshalb die höchste Form der Intelligenz.
Wenn ich mich nicht durch Konzepte begrenze,
Wandele Angst sich in Liebe, direkt und schnell.

Wir könnten lernen, die Welt vorbildlos zu sehen,
So wie sie wirklich hinter den Bildern sich zeige.
Wer zu Rechtfertigung, Erklärung und Urteil neige,
Werde sich und andere niemals wirklich verstehen.

Schauen verlange stets höchste Aufmerksamkeit,
Betrachtung des Daseins ohne Denkschablone.
Wenn ich denkend meine Vorstellung bewohne,
Reproduziere ich auf ewig das vergangene Leid.

Nichts gegen unser Denken im Alltagsbetriebe.
Man solle Denken, wenn es unbedingt nötig sei.
Auf psychischer Ebene mache Denken unfrei.
Gut, wer im nicht-urteilenden Schauen verbliebe.

Schauen sei Einsehen ohne Begriff und Struktur,
Sei ein Hinsehen mit dem Herzen, erwartungsfrei.
Dadurch werde Leben lebendig, weil immer neu.
Unser Dasein sei nur jetzt, hinterlasse keine Spur.

Denken sei immer konditioniert, darum stets alt.
Da Denken stets gestrig, erinnerndes Ge-Denken,
Könne man ein begriffliches Denken sich schenken.
Gedanken machten vor Neuem, vor Besserem halt.

Geist, der sich in Gewohnheiten verfangen habe,
Der konditioniert in Wiederholungen funktioniere,
Nie über sich hinaus zu neuer Erkenntnis führe,
Sei keine wirklich schöpferisch befreiende Gabe.

Nur wer ans Ende komme, an ein totales Ende,
Wo alle Erinnerungen nicht nützen und sterben,
Merke, ohne Denken müsse keiner verderben,
Nehme erstmals sein Leben in die eigenen Hände.

Meditation heiße, das Problem Leben zu erfassen,
Sein Dasein verstehend in den Griff zu bekommen.
Begreifend werden die inneren Gipfel erklommen.
Meditation sei das Leben, das wir denkfrei zulassen.

Meditieren meine, vollkommen aufmerksam zu sein,
Bedeute, Geist, Herz und Leib an etwas hinzugeben.
Derart gelinge es, ohne Zwietracht total zu leben.
Nur freier Geist erfahre Liebe, unschuldig und rein.

Wir seien aufmerksam, wenn wir hier aufmerken,
Uns mit Geist und Herz unsrem Handeln ergeben,
Mit Nerven, Sinnen und Gefühlen gerade erleben,
Dumpfe Unaufmerksamkeit nicht noch verstärken.

In reiner Aufmerksamkeit könnten wir uns erfahren,
Könnten wir uns an uns herankommend verstehen,
Könnten wir unmittelbar durch das Erfahrene gehen.
Müssten nichts Altes in uns anhaftend bewahren.

Geist und Herz hören stets mit, wenn du sprichst.
Ich höre hier und jetzt achtsam zu, nicht hinterher,
Bin dir vollkommen zugewandt, nicht nur ungefähr.
Unachtsam erfahre man von den anderen nichts.

Wie oft doch wir Menschen auf Demut noch piffen,
Auf Tugend, Wohlwollen und auf Freundlichkeit.
Wenn wir im Innern noch nicht zu Wandel bereit,
Werde die Liebe und Wahrheit niemals begriffen.

Wir wollen ein rechtschaffenes Leben führen,
Tief Gegründet auf freier und wirklicher Liebe.
Dass nichts Gewohntes in uns haften bliebe,
Sollten den Geist leerend wir ständig meditieren.

Zu erkennen, was ein Gott - oder so - wirklich ist,
Bedürfe es aus freier Liebe erblühender Güte.
Wenn alle Angst im liebenden Herzen verglühte,
Sei es gleich, ob wir Moslem, Atheist oder Christ.

Sterben, um einfach zu sein

Oft sei es eine Tatsache, dass wir nicht gelebt,
Weil wir Angst hätten vor Leben und Sterben.
Sicher sei, dass Leiber irgendwann verderben.
Leben sei schmerzlich, wenn man an ihm klebt.

Leben sei ernst, doch im Ernst stecke Lachen,
Nur ernstes Gemüt sei lebendig und also frei,
Könne erfassen, was Wesen des Lebens sei,
Da Sterben und Tod keine Angst ihm machen.

Sterben heiÙe, alles in und um uns verlassen,
Die Herkunft, Erfahrungen, Errungenschaften,
Die bewirken, dass zum Sein Abgründe klafften,
Dass wir statt lieben eher kämpfen und hassen.

Innerlich sterben heiÙe, was ganz zu beenden.
Mit Erinnerung, auch an Schönes, sei Schluss.
Aller Dinge, die man möge, man sterben muss,
Um sich achtsam dem Neuem voll zuzuwenden.

Wenn Bisheriges in uns loslassend ersterbe,
Seien wir frei von dem, was wir schon kennen,
Werde Leben uns Einblicke in Liebe gönnen,
Die man in Rechtschaffenheit sich erst erwerbe.

Wir verstünden nicht, was es heiÙe zu leben.
Verstünden wir Leben, verstünden wir Sterben.
Wir müssten nicht Glauben noch Wissen erben.
Nur im täglichen Tode werde Leben es geben.

Wer das Sterben verstehe, verstehe auch Sein.
Wer täglich sterbe, werde tagtäglich wie neu.
Wenn ich mich Leben öffnend am Neuen freu,
Könne ich mich aus angstvoller Enge befrei'n.

Wir könnten so leben, dass der Geist stets neu,
Immer jung, verletzlich, frisch und unschuldig,
Dabei offen, bemerkenswert still und geduldig.
Natürlich verstummend werde reich man und frei.

Du, Krishnamurti, teilstest mit, was einfach ist:
Wer Kluft zwischen sich und Sein überwinde,
Sich ohne Zwischen mit dem, was ist, verbinde,
Erfahre ganz unmittelbar: Du bist, was du bist.

Psychischer Schmerz stelle nur dann sich ein,
Wenn wir nicht bereit seien, uns zu begreifen,
Wie wir seien, uns gegenübertretend zu reifen,
Wenn wir nicht zuließen, völlig einsam zu sein.

Wenn kein Widerstand mehr gegen das, was ist,
Sind wir bereit, Sein jetzt und ganz anzunehmen,
Akzeptierten wir achtsam alles ohne Schämen,
Geschehe Wandlung, in der nichts man vermisst.

Frei zu leben heiÙe, mit dem zu leben, was sei.
Achtsam all dessen, was wir erleben, bewusst,
Ergründen wir das Wesen von Freude und Frust.
BloÙes Schauen führe radikale Wandlung herbei.

Wir piffen auf Begriffe, stellen uns nichts vor.
Mit Vorstellungen stellen wir etwas dazwischen.
Wir könnten Gegenwart nicht im Gestern fischen.
Nur unschuldig Frisches weise uns zum Liebestor.

Wer unschuldig und frisch, sei begrifflich nackt,
Lebe getrennt von alter und toter Vergangenheit,
Sei ohne Urteil und Begriff Sein zu schauen bereit,
Trete in echte Beziehung, habe wirklich Kontakt.

Alle Schönheit gehe Hand in Hand mit der Liebe.
Diese Liebe entstehe dann, wenn etwas sterbe.

Weil Liebe stets da sei, man sie nicht erwerbe,
Bleibe Liebe, auch wenn alles andere nicht bliebe.

Da Beobachter und Beobachtetes zusammenfällt,
Ende innerer Zwiespalt, Angst zeugend Konflikt,
Treten wir ins Leben ein, das ganzheitlich glückt,
Betreten wir kampffreie und zeitlose Liebeswelt.

Spiritualität bei Williges Jäger (1925 – 2020)³

Transkonfessionell

Ich sehe mich im Spiegel und sage zu mir: Ich.
Ich kann mich von außen her wiedererkennen.
Das allein sei ausgesprochen verwunderlich.
Ich kann überdies mich sprachlich benennen.

Bewusstsein und Sprache, Verstand und Kultur:
Die Menschheit sei reich beschenkt mit Gaben.
Von Dankbarkeit darüber doch selten die Spur
Vielleicht, weil wir alle die Begabungen haben.

Was im Hintergrund wirke, werde oft übersehen.
Selbstverständliches werde oft nicht verstanden.
So werde im Leben es immer wieder geschehen,
Dass im Sumpf eines öden Alltags wir landen.

Ein zentrales Merkmal menschlicher Gattung
Sei das, dass wir über uns nachsinnen können.
Um nicht zu erfrieren trotz Todesbeschattung,
Wollten Sinnhaftes wir uns und Hoffen gönnen.

Sinn und Hoffnung böten uns an die Religionen,
Behauptend, das Göttliche wahrhaftig zu kennen.
Die Gläubigen wollten mit Erlösung sie belohnen.
Doch Ungläubige sollten in Höllen verbrennen.

Hölle und Teufel sowie Drohung mit Fegefeuer.
Sünde, Verdammnis, Schuld, Sühne, Verderben.
Der Mensch schein ein blutrünstiges Ungeheuer.
Religiös komme uns teuer, falls wir mal sterben.

Leben sei ein nicht enden wollendes Jammertal.
Wer Ungehorsam sei, der werde sicherlich bestraft.
Wer nicht recht glaube, dem werde Leben zu Qual.
Geist werde entmutigt. Das Herz werde versklavt.

Das Blut Christi sowie sein Sühnetod am Kreuz:
Solche liebloser Glaube sei schwer zu vermitteln.
Erbschuld mit Fremderlösung sei eher ohne Reiz.
Schuldfreie solch verstaubten Glauben bekritteln.

Doch Erlösung sei nichts, was von außen komme.
Nicht ein einziger Mensch werde sündig geboren.
Wer noch glaube, dass Frömmigkeit sich fromme,
Habe sein wahres Selbst aus den Augen verloren.

Erlösung sei unsere Heimkehr ins göttliche Sein,
Sei ein Wiedererkennen unserer wahren Identität.
Sich suchend, mache man sich nicht mehr klein.
Kein Mensch brauche eine unterwürfige Pietät.

Zum Göttlichen hin führe uns kein Handelspfad:
Wenn ich brav bete, wird der Gott mich erhören.
Die Reise zu Göttlichem sei nie eine Willenstat.
Ein engender Wille werde uns dabei eher stören.

Wille und Gedächtnis wie Gefühl und Verstand:
All diese seien Bestandteile unsrer Ego-Struktur.
Also nähmen wir das Ego besser an die Hand,
Denn als Begleiter zu Göttlichem störe es nur.

Es sei nicht so einfach, nicht wollen zu wollen.
So ein Anliegen sei eher tückisch, weil paradox.
Der Alltagsverstand reagiere mit Donnergrollen,
Wenn mein Wollen unsanft zu Boden ich box.

Unser Alltagsverstand könne es niemals billigen,
Befreie man sich von einem störenden Willen.
Unser Herz, nicht unser Ego müsse einwilligen,
Wenn von solch Willen ich mich löse im Stillen.

Man könne das Göttliche in sich nicht erzwingen.
Bäume zwingt man auch nicht zum Wachsen.
Gotteshäuser uns den Gott nicht nahe bringen,
Auch nicht Weihrauch mit allen rituellen Faxen.

Eine Zugehörigkeit zu Sekten und zu Religionen
Könne zwar ein Gemeinschaftsgefühl erzeugen.
Doch es sei eine unter vielen Religionsillusionen:
Gott gefalle es, wenn wir den Regeln uns beugen.

Fundamentalisten nutzten unsere Sehnsucht aus,
Geborgen zu sein in einer uns stützenden Gruppe.
Nur Spiritualität führe aus der Verwicklung hinaus.
Jedweder Gruppenzwang werde dabei schnuppe.

Beengt durch Zwangskorsett der Konfessionen,
Fänden die Suchenden nur scheinbaren Halt.
Doch Götter unsere liebenden Herzen bewohnen,
Nicht die Glaubenssätze, die dogmatisch und kalt.

Die Konfessionen hielten unseren Glauben starr,
Wer den Dogmen folge, seine Lebenszeit verpennt.
Dass Erde eine Scheibe, meine nur noch der Narr,
Und Sterne sind für ihn die Löcher im Firmament.

Werde ein Glaube vermischt mit den Kosmologien,
Halte ein Glaube dafür her, Evolution zu erklären,
Entstünden aus Mischmasch Religionsideologien,
Die den Gläubigen ein freies Denken verwehren.

Die Dogmen, einst Menschen niedergeschrieben,
Dürften nicht unser heutiges Leben bestimmen.
Vom Göttlichen würden auf die Art fortgetrieben
Alle die, für diese Dogmen nicht mehr stimmen.

Wer zu wissen glaube, wie Göttliches erscheint,
Wen Zweifel und Unwissenheit plagten kaum,
War niemals liebend mit dem Göttlichen vereint,
Erlebte niemals eine Einheit im Herzensraum.

Wer zu wissen glaube, wie nach unserem Tode
Unser Seelenerleben so allgemein weitergehe,
Beschreibe vielleicht irgendeine Hoffnungsmode.
Doch vom Göttlichen selbst er wenig verstehe.

Wer das Göttliche in so ein Jenseits verlagert,
Die Menschen auf Erden auf danach vertröstet,
Egal, ob Milliarden hier krank und abgemagert,
Von den Heilsverkäufern ihr besser euch löstet.

Heil werde hier niemand durch Heilsversprechen.
Wirklich heilend sei nur mutiger Weg nach innen.
Jedes fremdgeleitete Dasein werde sich rächen.
Angstfreiheit müsse jeder in sich selbst gewinnen.

Damit göttlich und menschlich überhaupt vereinbar,
Könnten suchend wir unser Bewusstsein weiten.
Göttliches komme uns so näher, werde erfahrbar,
Bleibe fern, wenn um rechten Glauben wir streiten.

Jede wirksame Frömmigkeit erfordere innere Freiheit.
Für den Seelenweg brauche man Mut zum Aufbruch.
Loslassen von Konzepten mache für Göttliches bereit,
Nicht irgendein konfessionszugehöriger Stallgeruch.

Wenn wir die individuelle Einsamkeit überwinden,
Zu freier Verbundenheit fänden, in der wir geborgen,
Müsse kein Mensch mehr dogmatisch erblinden,
Fundamental zu sein, sei kein Modell für morgen.

Religionen und Ideologien hülften uns nicht weiter.
Sie seien nur mickrige Modelle, Welt zu deuten.
Modelle wandle man ab, werde man gescheiter.
Wer zu sich wolle, lasse nur von Liebe sich leiten.

In tiefer liebender Erfahrung des göttlichen Seins,
Erscheine uns alles Trennende wie aufgehoben.
Jenseits eines engen Verstandes werde alles eins:
Kein gut und schlecht mehr, kein unten und oben.

Kein mein und dein mehr und kein hier und dort,
Person, Raum und Zeit flössen dabei zusammen.
Nur noch eine einzige Quelle, nur ein wirklicher Ort,
Dem Wesen im Kosmos letztendlich entstammen.

Was solle also all dieses trennende Unterscheiden,
Dieses Analysieren, Sezieren, Brechen, Zerspalten.
Als Mensch in Mitwelt müssten wir weniger leiden,
Würden wir alle mensch-göttlich zusammenhalten.

Grenzen des Alltagsverstandes

Unsere Wirklichkeit stehe keineswegs objektiv fest,
Sie sei Koproduktion des Menschheitsverstandes.
Was beizeiten als endgültig benennen sich lässt,
Eine befreite Weltsicht oft zu wandeln verstand es.

Alles, was ist, ist letztendlich stets nur da für mich.
Mag diese Erde insgesamt auch objektiv bestehen,
So lässt uns Einzelne doch die Objektivität im Stich,
Weil wir unsere Welt nur subjektgefiltert besehen.

Was uns wahr erscheine, erscheine uns als wichtig.
Jede Wahrheit sei jedoch immer nur höchstpersönlich.
Ist gebe kein allgemeingültiges Falsch oder Richtig.
Mit einer starren Moral dieses Wissen verhöhne ich.

Ein erstarrte Moral, gepaart mit Gier und mit Macht,
Von einem praktischen Alltagsverstand gesteuert,
Habe uns meist nur Not, Krieg und Leiden gebracht,
Doch habe das Menschsein nie gründlich erneuert.

Wir brauchten was Besseres, was künftig uns leitet,
Was jeder Mensch in sich selbst entdecken kann,
Was uns durch unser gesamtes Dasein begleitet,
Was uns helfe, dass auch wir den Tod nehmen an.

Wir brauchten etwas, was uns tolerant werden lässt,
Was andere im ihrem Anderssein voll respektiere,
Was uns stets mahnt: Eure Mitwelt nicht vergesst,
Weil Weltvergessenheit nur in das Elend uns führe.

Wir brauchten den Glauben an das Wahre und Gute
Und Wissen darum, wie wir einen solchen entfalten.
Solange ich uns Menschen als eher böse vermute,
Bleibe mit unserer Unterdrückung alles beim Alten.

Engender Alltagsverstand könne all das nicht leisten.
Er sei praktisch, gebunden, rückwärtsgewandt, reaktiv.
Die Vernunft des Herzens schlafe noch in den meisten.
Lasst uns diese erwecken! Werden wir dafür kreativ!

Wahrscheinlich werde unsere Menschheit überleben,
Sobald sie auf Herzensweg heimwärts zu sich finde.
Um Verständnis unseres wahren Seins zu erleben,
Man unsere Abtrennung vom Göttlichen überwinde.

Glaube und Wirklichkeitskontakt sei zerteilt organisiert.
Die sei dem trennenden Alltagsverstand geschuldet.
Eine kühle Ratio uns eher zu dualer Weltsicht verführt.
Unser Einheitserleben werde rational nicht geduldet.

Eine technikaffine Wissenschaft fessele das Denken.
Davon abweichende Geisteshaltung werde verlacht.
Doch zertrennend wir uns und alle anderen kränken.
Nicht die Liebe bestimme uns dann, sondern Macht.

Das Sein bestimme unser Bewusstsein. Ach wie platt.
Man brabbele das nach, was uns andere vordenken.
Nur ein Revolutionär ein befreites Bewusstsein hat.
Behauptungsdogmatiken könne man sich schenken.

Stecke einen Weidenzweig man in die feuchte Erde,
Entstehe daraus eine heile und vollständige Weide.
Dass aus diesem Teil ein neues Gesamtes werde,
Welche Formgebungskraft dies wohl entscheide?

Werde Ganzheitsform verliehen durch geistige Kraft,
Durch ein Feld, in dem alles schon bereits existiere?
Ist es Bewusstsein, das dieses Sein sich erschafft,
Oder ein Kosmos, der mit sich selbst kommuniziere?

Ein Hologramm behalte vom Ganzen Informationen,
Auch wenn man das Ganze immer weiter zerteile.
Menschen einen kosmischen Bruchteil bewohnen.
Jeden Einzelnen so Gänze des Gesamtseins ereile.

In jedem von uns erklinge kosmische Symphonie
Der Einheit von allem trotz all der Vielfältigkeit.
Wir gingen in innere Stille und erlauschten sie.
Öffnen liebend die Herzen, für das Ganze bereit.

Liebe sei Gefühl für und Erfahrung von Einheit.
Wer liebe, erahne seinen Urgrund allen Seins.
Erfahrung des Göttlichen und geistige Freiheit:
In Herzenstiefe erlebt, wirkten beide wie eins.

Gott verhalte sich zu uns wie das Gold zu Ring.
Dabei wirkten zwei unterschiedliche Realitäten.
Wir seien entzweit und zugleich dasselbe Ding.
Als Goldring werde nur vereint man auftreten.

Wenn Göttliches die Erfahrung von Einheit ist,
Sei der Weg dahin, Trennungen zu überwinden.
Doch die Einheit zu finden, gehe nicht mit List.
Nur die Liebe könne zu wahrer Einheit finden.

Menschheit sei Erscheinung göttlichen Seins.
Trennende Kluft zum Göttlichen sei nur Illusion.
Göttliches und Menschliches sei wahrhaft eins.
Die unsterbliche Seele wisse immer dies schon.

Unsere Seele sei das, was wirklich weitergeht.
Sie könne weder geboren werden noch sterben,
Sei und bleibe unsere einzig wahre Identität,
Möge unser Körper auch sterbend verderben.

Die Spiritualität sei Schlüssel zur Anderswelt.
Sein und Nichtsein sei als Einheit hinter Tür.
Geist und Materie erschienen als gleichgestellt.
Trennendes schwinde zwischen dir und mir.

Eine Wirklichkeit hinter allen Erscheinungen
Sich vielgestaltig gelösten Sinnen offenbare.
Dualer Verstand zerfalle in viele Meinungen.
Das Eine zu spüren, sich das Herz aufspare.

Ego zu Verstand wie wahres Selbst zu Herz:
Trennungserleben hier, Einheitserleben dort.
Spiritualität beschreibe die Pfade seelenwärts.
Man überschreite das Ego, jage es nicht fort.

Werte innen und außen gehörten zusammen.
Kein Hohlraum sei zwischen Weisheit und Tun.
Alle Menschen derselben Welt entstammen.
Wer sich aufspalte, könne nicht in sich ruh'n.

Der Verstand zähle mit zur trennenden Vernunft,
Sei recht alltagstauglich, solange wir handeln.
Rationales sei nur beschränkte geistige Zunft,
Meist unbrauchbar, wenn wir inwärts wandeln.

Als Ego erleben wir die absolute Individualität
Und göttliches Sein als unwirklich abgespalten.
Das wahres Selbst sich allverbunden versteht.
Göttliches Sein könne Einzug in uns halten.

Wir wüssten, zwei Seiten habe unsere Hand.
Der Verstand nur eine Seite zurzeit betrachte.
Einheit der Hand werde nur von innen erkannt.
Verstandesbegrenzt unser Geist verschmachte.

Unser Verstandes-Ego, in Schranken verwiesen,
Begrenze auf den Alltagsraum, der ihm gebühre,
Werde nicht mehr als einzig Wahres gepriesen,
Weil es nicht in neues Bewusstsein uns führe.

Doch das Ego in uns man niemals verdamme.
Es sei uns wert, kehre man aus Einssein zurück.
Unser Ego einer Alltagsnormalwelt entstamme,
Sei Mitorganisator für unser diesseitiges Glück.

Auf dem Einheitsweg sei Bewusstsein zu leeren,
Dieweil geistige Blockierung und Konditionierung
Uns den Zutritt zu unserem Herzraum verwehren.
Nur Herzwärme lindere unsere Seelenerfrierung.

Wer wir seien zu erkennen, heie zu überwinden,
Was an unsrer Person als Individualität noch fixiert,
Heie, zu sich selbst als Teilganzes heimzufinden.
Denn wahre Wirklichkeit nur transpersonal existiert.

Jenseits des Alltagsverstandes

Alltagsverstand ende und das Wunder beginne.
Doch nur allzu wenige wunderten sich im Denken.
Einer sei wunderlich, meine noch oft: Der spinne.
Der Verwunderung selten Beachtung wir schenken.

Wundersames sei nur in Märchen und in Fabeln.
Unser Alltag sei praktisch, normiert und sachlich.
Wir essen konventionell mit Messern und Gabeln:
Trum nicht, sitz gerade, iss anständig, lach nicht!

Wer sich und andere höchst erfolgreich begrenzt,
Wer die Regeln durchsetze, die er mitgemacht,
Der werde zumeist mit Ruhmeslorbeer bekränzt,
Der habe es gesellschaftlich zu etwas gebracht.

Täglich erlebten wir das Wunder, genannt Leben.
Dieses Leben sei überall und zugleich nirgendwo.
Es offenbare sich im einem lebendigen Streben,
berschreite als Leben unser Verstandesniveau.

Leben als solches sei mehr als ein Lebewesen,
Sei eine mächtige, alles durchdringende Kraft.
Alles, was über das Leben wir wissen und lesen,
Uns nur eine vage Idee vom Ganzen verschafft.

Leben sei die unfassbare Energie des Einen.
Leben trage in sich etwas wie göttlichen Hauch.
Mit Göttlichen wir den Urgrund der Liebe meinen.
Mehr als Verstand zu gutem Leben ich brauch.

Vom einem Göttlichen, nicht von Gott sei Rede.
Gott werde meist gedacht als Macht außerhalb.
Jedoch als Urgrund des Seins für jeden und jede
Opfere man Göttlichem nicht Mensch noch Kalb.

Wer der wahren göttlichen Natur begegne,
Erlebe in sich Heiterkeit, Freude und Seligkeit.
Eine alles durchströmende Liebe ihn segne.
Unheil und Leid verschwänden in Nichtigkeit.

Uralte Alltagsdramen würden so überwunden.
Unbedeutend sei, ob man kritisiert oder gelobt.
Kleinliche Selbstsucht sei damit verschwunden.
Ein pralles, freies und liebendes Sein durchtobt.

Wir seien göttliches Sein, das lebend erfahren,
Ein zeitloses Seelenspiel im Hier und im Jetzt.
Himmel sie Erfüllung in unseren Lebensjahren.
Zur Hlle werde Sein, werde die Seele verletzt.

Seele befreie sich vom Ego-Wunsch nach Dauer.
Enges Ego sei nicht unsere wirkliche Identität.
Der Tod liege nicht länger ngstigend auf Lauer.
Das Ego überschreitend, uns die Liebe umweht.

Wirklich werde uns zeitloses Tanzen der Seele,
Ein pulsierendes Sein als ein Werden-Vergehen,
In diesem tanzenden Sein nicht Göttliches fehle,
Weil alle Formen in Raum und in Zeit verwehen.

Unser Erwachen in Raumzeitlosigkeit sei möglich,
Sobald die personale Beengung wir überwinden,
Aus Ängsten uns lösten schrittweise tagtäglich,
Uns nicht derart mit engendem Ego verbänden.

Wir beendeten albernes Spiel, auf Lohn zu hoffen
Wie eine bessere Wiedergeburt bei gutem Karma.
Wir wollten stattdessen hier sein, ergebnisoffen
Das in uns entfaltend, was stets schon wahr war.

Leer, urteilsfrei, erfahrungsoffen und doch gerichtet,
Zeige sich nach und nach oder spontan eine Realität,
In der die Welt vom Ganzen her werde belichtet,
Nichts mehr zwischen uns und dem Ganzen steht.

Logik und Rationalität würden weit überschritten,
Um weitere Wirklichkeiten für uns zu erschließen.
Unter Verstandesbeschränkung werde nicht erlitten,
Was diese übersteige, könne die Seele genießen.

Ein geklärter Verstand erkenne seine Grenzen.
Nicht die sinnlich erfasste Materie sei für ihn real.
Nicht Licht an sich lasse die Scheiben glänzen.
Wahrzunehmen sei nur ein gebrochener Strahl.

Ein unsterblicher, unsichtbarer Geist sei wahr.
Diese letzte Instanz all unser Dasein durchdringe.
Der Abglanz dieses Geistes werde uns offenbar.
Enger Alltagsverstand derweil um Atem ringe.

Transrational, also jenseits vom Alltagsverstand,
Zeige sich ein Bewusstsein, das fließend und frei.
Was gezeigt werde, habe man nicht in der Hand:
Sein sei dortselbst absichtslos, unlenkbar, neu,

Sei weder ein Geborenwerden noch ein Sterben,
Nur stetes Fortdauern der einenden Wirklichkeit.
Tod erscheine dann nicht mehr als ein Verderben,
Sei dieses sterbliche Ego man loszulassen bereit.

Derart transrational lösten sich Widersprüche.
Leere sowie Fülle seien zugleich zu erfahren:
Paradoxe Träume, Chaos in der Geistesküche,
Leer bleiben, schweigen und Ruhe bewahren,

Den Atem beobachten, ein Wort fokussieren,
Alle die Gedanken vorbei schweben lassen,
In Wolken unsres Nichtwissens uns verlieren,
Mit reiner Aufmerksamkeit das Sein erfassen.

Einfach hier zu sein, sei vollkommen genug.
Lauschen und atmen, atmen und lauschen.
Einswerden mit jedem einzelnen Atemzug.
Einzig noch sein, nicht das Ego aufbauschen.

Achtsamer Atem löse Bewusstseinsgrenzen,
Eröffne uns dabei einen transpersonalen Raum,
Zwischen den Atemzügen die Seinspräsenzen,
Göttliches sei erfahrbar, sei mehr als Traum.

Den Leib hin zu dem Umfassenden weiten.
Stehen, die Arme ausbreiten und schweigen.
Achtsam tanzend einen Raum durchschreiten.
Beim Schreiten mag sich das Göttliche zeigen.

Die Körper verschlingen, im Lotussitz sitzen,
Mandalas sich malen oder Mantras singen,
Alles das könne unserem Einswerden nützen,
Könne dem Göttlichen näher uns bringen.

Was du auch tust, tu es ganz und mit Freude,
Tue es so regelmäßig wie das Zähneputzen.
Übe, spüre und lausche, doch niemals leide.
Erzeugtes Leiden sei uns selten von Nutzen.

Erlaube dir die Erfahrung innerer Einsamkeit,
Wo du und mit wem zusammen du auch bist.
Jenseits von aller Angst und vermutetem Leid
Ein Hiersein in seelischer Freiheit dich grüßt.

Stelle mutig dich deinen inneren Schatten,
Schau hin, akzeptiere sie, lass es geschehen.
Befreunde dich mit den Schatten. Sie hatten
Nur dann Macht, wollten wir sie nicht sehen.

Alle Gefühle, auch die Ängste: Durchlebe sie.
Nicht sie aufbauschen noch sie kommentieren.
Gib ihnen nicht nach. Doch verdränge sie nie.
Gefühle werden sie sich auflösend verlieren.

Nicht identifiziert zu sein mit unserem Befinden,
Befreie uns aus dem engenden Ego-Fixieren.
Innerlich frei könne man sein Wesen ergründen,
Könne die Liebe samt Seligkeit uns berühren.

Ziel sei es, zu erfülltem Leben zu gelangen,
Beschränkungen von innen her aufzubrechen,
Mit prallen Segeln und liebesgeröteten Wangen
Seelenwärts in sich weitende See zu stechen.

Liebe und Ethik

Mensch sei ein Ganzes, zugleich auch ein Teil.
Als Ganzes bilde mensch eine trennbare Einheit.
Als Teil bleibe nur durch eine heile Mitwelt er heil,
Egal, ob ihm Abhängigkeit sei eine Gemeinheit.

Ein ganzer Mensch bestehe aus Teilganzen,
Beispiel dafür Herzkreislauf mit Adern, Lungen.
Würde die Evolution in Details sich verfransen,
Wären als komplexer Mensch wir nie gelungen.

Mitwelt liefere den Lungen die Luft zum Atmen,
Sie liefere uns Nahrung zum Trinken und Essen.
Es bedürfe schon eines geistigen Spagats, wenn
Wir unsere Mitwelt als uns zugehörig vergessen.

Sozialmitwelt halte auch Menschen für uns bereit,
Die uns umsorgten, uns informierten und lieben.
Wer Bindungen ignoriere, der sei nicht gescheit,
Sei in sozialkarger Selbstsucht hängengeblieben.

Alles Ereignen, was auf dieser Erde geschieht,
Jede Geburt, jeder Krieg, jeder Tod, jedes Feuer,
Werde für uns zur Note in unserem Lebenslied,
Auch wenn uns solches nicht immer geheuer.

Wir könnten als Menschen nur dann existieren,
Wenn sie nicht auf ein Getrenntsein beharrten.
Menschen würden Liebe und Leben verlieren,
Wenn sie fortwährend nur aufs Eigene starrten.

Alles Seiende wachse stets hin zum Ganzen,
Den Wachstumsdrang Liebe wir nennen können.
Sinnlos sei es, sich ängstlich zu verschanzen.
Wieso nicht ein Wachstum in Liebe gönnen?

Wieso nicht den Raum uns geben zu werden,
Um tagtäglich geistige Grenzen zu überwinden,
Um in meist zehntausenden Tagen auf Erden
Zum Göttlichen in uns heimwärts zu finden?

Das Göttliche sei nichts, was von uns fern sei,
Das Göttliche zeige sich in jedem Atemzug,
Göttliches erlaube uns, dass gern man hier sei,
Und gern wieder fortgehe, habe man genug.

Göttliches, Seele, Herz, Seinsfreude und Liebe:
Nur unterschiedliche Erscheinungen des Einen.
Göttliches sei nie Gewalt mit strafendem Hiebe,
Wenn auch viele Konfessionen sowas meinen.

Ein Gottesbild sollte uns nicht verschrecken,
Das geprägt von Gehorsam und von Obrigkeit,
Weil derart wir Sehnen nach Seele verstecken
Und keineswegs zu umfassender Liebe bereit.

Wir seien hier inkarniert, um uns zu erkennen,
Um göttlichen Anteil in uns selbst zu erfahren.
Zu sein in Liebe als Lebenssinn wir benennen,
Heimkehrend zur Seele in all unseren Jahren.

Heimat ist nicht allein der Ort, wo wir geboren.
Heimat sei nicht nur da, wo die Freunde sind.
Ohne eine Seelenheimat geisterten wir verloren
In der Fremde umher wie ein verlassenes Kind.

Liebe leite uns, sobald wir innerlich frei sind,
Wenn kein Dogma uns die Augen verbinde.
Tiefgreifende Forderung: „Sei wie ein Kind!“,
Zeige uns auf, wie man Vorurteile überwinde.

Unwahrheit, oft wiederholt, werde nicht wahr,
Sie bleibe eine Lüge, auch wenn vertrauter.
Was wäre der Sinn, dass mich Mutter gebar?
Antwort erhalte, wenn herzwärts schaut wer:

Nach innen horchen, dabei spüren und fühlen.
Ungesagte Worte hinter den Worten erkennen.
Gefühltes nicht mehr mit Alkohol runterspülen.
Die Bedürfnissignale seines Leibes benennen.

Liebe übersteige den Verstand und die Gefühle,
Erscheine uns leibhaftig, doch sei nicht verhaftet.
Liebe klebe nicht an einem Beziehungsgewühle.
Auch eine notwendige Einsamkeit sie verkraftet.

Eine umfassende Liebe umfasse Leben und Tod,
Erlaube frei zu sein, obwohl verbindlich gebunden,
Verlasse uns auch nicht in Angst, Trauer und Not.
Lasse unseren Geist hin zur Weisheit gesunden.

Liebe besänftige unseren unruhigen Verstand,
Gebe sich unserem Leben ganz hin, wie es ist.
Mut und Hoffnung gebe sie uns an die Hand,
Erscheine uns der Alltag öde, mühselig, trist.

Rückbindung an die Liebe erfahre unser Sein.
Der Vollzug unsres Lebens werde zur Religion.
Göttliches stelle bei viel Achtsamkeit sich ein:
Das Göttliche in uns, nicht auf einem Thron.

Liebe sei Hingabe, Zuwendung und Mitgefühl,
Offenheit, Wärme sowie Freude am Leben,
Fürsorge, Achtsamkeit und Fairness im Spiel,
Sei zu Schönheit und Menschlichkeit streben.

Wer liebe, der öffne sich zu den anderen hin.
Mitgefühl bestimme unser alltägliches Handeln.
Andere zu übervorteilen, mache keinen Sinn.
Übel handelnd werde zu Übeln uns wandeln.

Was ich dir antue, tue meiner Seele ich an.
Für die Seele sei das Innen wie Außen vereint.
Die Seele nur vom Ganzen her schauen kann.
Meine Seele weine mit, wenn deine Seele weint.

Will zur Seele ich finden, das Herz in mir heilen,
Gleich wichtig mich und meine Mitwelt ich sehe.
Könne mir selbst mit Verständnis zur Hilfe eilen,
Indem ich den Kummer der anderen verstehe.

Liebe gleiche die Ich-Du-Unterschiede aus.
Menschen erlebten sich so in freien Dialogen.
Jeder komme dabei zu sich selbst nach Haus.
Niemand werde manipuliert und verbogen.

Lieben heiße, dich anzunehmen, wie du bist,
Nicht Stärken noch Schwächen abzuspalten,
Nicht darauf zu pochen, dass besser man ist,
Gleichberechtigte Beziehungen zu gestalten.

Liebe sei frei von Zwang und von Fanatismus.
Fanatisch werde eher der, dem Liebe fehle.
Liebe sei ohne die Worte wie Soll oder Muss.
Alle werden geachtet, niemanden man quäle.

Ethik zähle zur Grundstruktur aller Evolution,
Sei Naturgesetz gleich, hergeleitet aus Liebe.
Wer liebe, brauche weder Status noch Lohn.
Freie Liebe überwinde Moral sowie Triebe.

Töte ich dich und wenn ja, wie töte ich dich?
Angesichts der Liebe absurd diese Fragen.
Wer in Liebe ruhe, habe Moralität nicht nötig.
Was zu tun sei, werde das Herz ihm sagen.

Liebe erscheine als die wahre Wirklichkeit.
Sie sei vom Wesen her grenzüberwindend,
Mache uns zu wirksamem Frieden bereit,
Menschliches zum Weltethos verbindend.

Die Menschheit gab sich Menschenrechte.
Doch kaum eine Nation halte sich daran.
Herrsche die Liebe nicht, herrschten Mächte,
Lieblos Menschheit kaum einen sich kann.

Wer vom wahren Wesen sei entfremdet,
Brauche Macht, um seinen Wert zu erleben.
Der Kampf um Macht sei erst dann endet,
Wenn der Liebe wir die Macht übergeben.

Aus dem Möglichkeitsraum der Liebe heraus
Gelinge es uns leichter, uns neu zu erfinden.
Was bisher im Leben uns war Ekel und Graus,
Müsse nicht länger unser Handeln begründen.

Spirituelle Begleitende

Seele für Kontakt mit dem Göttlichen steht.
Jeder erfahre diesen einzeln und unmittelbar.
Jenseits Konfessionen sei freie Religiosität.
Was göttlich sei, sei nur allein für mich wahr.

Es gebe weder Unglauben noch Ketzerei.
Kein Kodex definiere dann, wer Sünder ist.
Alle Menschen auf dieser Erde seien frei,
Ob Moslem, Jude, Buddhist, Heide, Christ.

Zweifel geselle sich frei neben die Wahrheit.
Allzu Wahres sei oft nur Wahrscheinlichkeit.
Glaube gern. Doch bitte auch geistige Klarheit.
Komme es zum Konflikt, man löse ihn gern.

Niemand müsse verlieren oder gewinnen.
Kampf und Krieg: nicht mehr in meiner Welt.
Ich kann mit Friedlichkeit in mir beginnen.
Nur ein Irrglaube in den Weg sich mir stellt.

Sehnsucht nach Göttlichem gilt allein für mich.
Ich will niemanden überzeugen und bekehren.
Doch tiefen Wunsch trage in mir ich sicherlich:
Lasst uns zusammen Menschlichkeit mehren.

Wir tun das, was wir den anderen empfehlen.
Ich will menschlich werden zu dir und zu mir.
Menschlichkeit hat Ursprung in den Seelen.
Mit Liebe als Kompass den Weg ich erspür.

Ich ahne, dass Liebesweg zur Seele uns führt
Und die Seele mich mit Göttlichem verbindet.
Doch Liebloses in der Welt mich noch irritiert,
Dass mein Herz zur Seelenruhe kaum findet.

Kann ich mich an die Hand nehmen lassen,
Ohne in fremde Hände mich zu begeben?
Gibt es Menschen, die die Hände erfassen
Voll Respekt vor der anderen Eigenleben?

Gibt es Menschen für mich, weise genug,
Mir stimmigen Weg zur Seele zu weisen,
Befreit von Gier, Macht und Selbstbetrug,
Weil lange genug sie selbst dahin reisen?

Seelenwärts zu wandeln mache tolerant.
Allen Wohl wollend erlebe man das Leben.
Wer seine Identität als Seelenwesen erkannt,
Habe es leichter, Verfehlungen zu vergeben.

Seelenreisende seien demütig voll Humor,
Erlebten die Mitwelt aus innerer Heiterkeit.
In Demut kommen auch die Schwächen vor.
Das macht uns zu reifer Selbstliebe bereit.

Spirituell eher Erfahrene seien bescheiden,
Machten wenig Aufhebens um ihre Person,
Könnten Abhängigkeit von sich nicht leiden,
Säßen nicht abgeklärt auf geistigem Thron,

Redeten nur davon, was sie selbst erfahren,
Wollten weder verführen noch überzeugen,
Wollten nicht Bewunderer um sich scharen,
Müssten vor Mammon sich nicht verbeugen,

Versprächen nicht Gesundheit noch Glück -,
Leid und Enttäuschung seien Teil des Lebens -,
Schreckten vor Schattenseiten nicht zurück,
Dunkles zu integrieren, sei Ziel des Strebens,

Drängten sich niemals als Wegweisende auf,
Zwängen und bäten nicht. Sozial seien sie frei.
Es gehe ohne Werben, Konsum und Verkauf,
Dass wer ein Begleitender der Suchenden sei.

Spirituell Erfahrene, die die anderen begleiten,
Ließen diese, die Seele erlebend, nicht stecken,
Hülften ihnen, sich zur Freiheit hin zu weiten,
Im Alltäglichen ihr höheres Selbst zu wecken.

Erfahrene, die schon Seelenwege erahnten,
Andere auf den Gnadenweg vorbereiteten,
Diese zwar zu viel Achtsamkeit ermahnten,
Trieben nicht an, sondern nur sie begleiteten.

Seinen Weg zu Göttlichem gehe jeder allein.
Kein Weg werde je einem anderen gleichen.
Weise könnten nur Reisebegleitende sein.
Sein Ziel müsse man für sich selbst erreichen.

Weise erkennen dabei: Es gehe nicht um sie.
Sie stellten eigene Gnadenerfahrung hintan,
Verzichteten auf Status und auf Hierarchie.
Ein Partner wirksamer begleiten uns kann.

Weise feierten jedes Experiment im Leben
Als Ausdrucksform dieser göttlichen Kraft.
Göttlich und menschlich sich so verweben,
Weil Trennendes zunehmend abgeschafft.

Sie ermutigten andere, daran zu glauben:
Vom wahren Wesen her göttlich wir sind.
Lasst dir dieses Urvertrauen nicht rauben!
Vertraue dem Sein wie ein geliebtes Kind!

Gib dich hinein in den Lauf deines Lebens!
Erlaube dir ein Einssein mit allem und allen!
Rückhaltloses Öffnen sei niemals vergebens.
Ins Vertrauen zu fallen, werde dir gefallen.

Erschaue, wohin dich das Göttliche führe!
Räume die Hindernisse zur Seele beiseite!
Erspüre, was dich im Herzraum berühre!
Tiefer und tiefer in das Herz hinein schreite!

Wer loslassen könne, dem werde gegeben.
Sich lösend erkenne man die Wirklichkeit.
Seine Leerheit werde man als Fülle erleben.
Leeres Nichts sei angefüllt mit Möglichkeit.

Worte wie Eingebung, Intuition und Ahnen,
Deuteten Zerbrechlichkeit der Anderswelt an.
Klarzarte Achtsamkeit sei stets anzumehmen,
Dass hinter seinen Alltag man spüren kann.

Göttliches zeige sich in alltäglichen Dingen,
Es durchwirke uns in allen Augenblicken.
Es außen zu suchen, könne nicht gelingen.
Kontakt werde nur auf Herzensweg glücken.

Es sei die Wirklichkeit hinter allem Werken.
Es habe weder Form noch habe es Namen.
Suchten wir es, werde es sich eher verbergen.
Verberge sich unhörbar im Ja und im Amen.

Göttliches sei stets bei uns, weil wir leben.
Sei bedingungslos ohne wenn und warum.
Wir müssten nicht nach Gründen streben.
Jetzt ganz hier zu sein, sei uns Evangelium.

Alltag leben, doch sich nicht darin verlieren.
Zeit für diesseitige Spiritualität sich einräumen.
Geistig-seelisch hinter Erscheinungen spüren.
Wachbewusst ins Ganze hinein sich träumen.

Schöpfergott oder Liebesgöttin bei Eugen Drewermann (geb. 1940)⁴

Wie finde ich dich?

Will ein verantwortliches Leben ich wagen -
Zunehmend bewusst dabei weiser und milder -
Ist es hilfreich, mein Dasein zu hinterfragen
Und abzulösen mich beschränkende Bilder.

„Wer bin ich als Mensch?“, ist zu fragen.
Die Antworten formen mein Menschenbild.
Bin ich Opfer, um mein Sein zu beklagen,
Oder bin ich mich neu zu erproben gewillt?

Was ist gut, zu lassen oder hinzunehmen?
Was sollten besser eher neu wir gestalten?
Wodurch vermeide ich künftiges Grämen?
Welche Handlung hilft, Glück zu entfalten?

„Was kann ich tun?“, ist eine weitere Frage.
Welches Handlungsprinzip soll mich leiten?
Wie mich bewerten, dass ich nicht versage?
Wie gütig mich durch dieses Sein begleiten?

Frage auch zum Sinn: Was darf ich hoffen?
Wie nur könnte mein Dasein sich erfüllen?
Setze ich mir Ziele oder ist eher ergebnisoffen
Meine Sehnsucht nach Sinn besser zu stillen?

Wie finde ich mich selbst? Wie werde ich erfüllt?
Wie zu Sterbemut finden und zu Lebenssinn?
Worunter ist das Göttliche in mir noch verhüllt?
Wie finde ich heraus, wofür im Leben ich bin?

Allwissend, allerorten, allmächtig und allgütig:
Wo steckst du, Gott, in dieser unseren Welt?
Wir fragen uns herausfordernd bis demütig:
Was ist das, was noch den Blick mir verstellt?

Man erzählte mir einst, Gott sei der Schöpfer
Von einem Himmel wie auch von der Erden.
Gott ließ Körper aus Lehm, wie ein Töpfer,
Mit Atemhauch lebenden Menschen werden.

Wenn dieser aber Gott allweise und allmächtig:
Wieso schuf er zugleich auch Terror und Not?
So handelnd nicht an die Allgütigkeit dächt' ich.
Wieso strafe Gott die Menschen mit dem Tod?

Wenn dieser Gott sei allmächtig und allgütig:
Wenig weise seien all die Naturkatastrophen.
War dieser Gott schöpfend allzu übermütig?
Ging er erschöpft mittendrin einfach pofen?

Wenn der Gott hingegen allgütig und allweise:
Was machte er mit seiner umfassenden Macht?
Habe uns ein Engel Luzifer heimlich und leise
Ohne Gottes Wissen das Elend gebracht?

Die Glaubenszweifel hielten mich auf Abstand.
Gottes Schöpfung schien mir nicht geglückt.
Gottes Strafverhalten ich nicht recht verstand,
Nur weil Eva den Erkenntnisapfel gepflückt.

Sollen wir Menschen denn gar nichts erkennen,
Naiv und unwissend bleiben wie kleines Kind?
Will dieser Gott denn kein Denken uns gönnen,
Wozu wohl unsere Milliarden Hirnzellen sind?

Muss blöd und kindisch ich sein, um zu glauben:
Unterwürfig, gehorsam, fleißig und angepasst?
All die kirchlichen Dogmen wie saure Trauben
Waren zu schlucken mir schon immer verhasst.

Bibelgerechter Schöpfungsglaube ist so verlogen,
Dass der aufkeimende Geist in mir bald gestreikt.
Von der Zeit an machte ich um alles einen Bogen,
Worin sich dieser Gott aus der Kirche mir zeigt.

Stattdessen habe Göttliches in Natur ich gesucht,
Dachte, Göttliches sei das Wunder der Evolution,
Doch habe ich Natur auch als grausam verflucht.
Derartiger innerer Zwiespalt verwirrte mich schon.

Nicht dass die Verwirrung spiritueller Zielzustand,
Dass nur die verwirrten Geister sich nicht irren.
Leg doch, Revoluzzer, die Steine aus der Hand.
Scheiben müssen im Protest nicht zerklirren.

Mag sein, ich suchte dort, wo wirklich nichts ist,
Wo nicht ein Gott, sondern der Zufall bestimmt.
Lange im Trüben zu fischen, macht uns eher trist,
Weil es die Freude am Erforschen uns nimmt.

Vorrational

Vorrational hockten die Götter auf Bäumen,
Zauste dämonischer Wind an den Zweigen.
Zeigte sich das Böse als ein Alp in Träumen.
Musste man gottwärts die Berge besteigen.

Brannte die Sonne, so verbrannte das Gras,
Zeigte sich im Verbrennen Zorn der Götter.
Schien die Sonne nicht, blieb Boden nass,
War wer schuld, nicht nur einfach das Wetter.

All überall wuselten die Feen und Dämonen.
Sie wärmten die Teiche und kühlten sie ab.
Geister dicht neben den Menschen wohnen,
Das Dasein gestaltend von Wiege bis Grab.

Vorrational wuselten die Wichtelzwerge weiter,
In Märchen, in Mythen und in Heldensagen,
Auch in Esoterik-Büchern. Nicht sehr heiter:
Erwachsen und blöd sein in Glaubensfragen

Die Unwissenheit wurde mit Wesen besetzt.
Die Gefühle der Angst zu Dämonen verzerrt.
Die Geister beschworen, wenn wer verletzt.
Beschwörende geheiligt oder weggesperrt.

Natur war mächtig. Mensch dagegen war klein.
Bewusstsein war nur ein Spielball der Emotion.
Opfergaben sollten Leben von Elend befrei'n.
Natur war gewaltig. Ein Mensch Unperson.

Die Betuchten, die Besseren und die Braven
Ließen Tempel bauen, stets größer und höher,
Durften Arme, Frauen und Fremde versklaven.
Wer höher stand, kam seinen Göttern näher.

Wer Gott nahe war, hatte zumeist die Macht.
Macht wurde demonstriert, um sie zu erhalten.
Dafür wurden so was wie Wunder vollbracht,
Um die Herrschenden gottgleich zu gestalten.

Unverstandenes wurde zumeist zum Wunder.
Diese Wunder schufen Ehrfurcht und Sorgen.
Stetes Verwundertsein ist nicht gesund. Der
Menschen Selbstwert bleibt dahinter verborgen.

Vorrational waren wir Opfer der rauen Natur,
Blitz und Hagelschlag waren göttliche Strafe.
Gefühle lenkten das Denken, aber nicht retour.
Götter waren die Hirten, Menschen die Schafe.

Das Zeitalter der Geister schwand im Nebel.
Verstand ergriff eher städtischen Lebensraum.
Eine denkende Person war machtvoller Hebel.
Wissen wurde gepflückt vom Erkenntnisbaum.

Die Menschheit wurde schrittweise schlauer,
Wobei mancher Aberglaube infrage gestellt.
Statt Jägern und Sammlern herrschte Bauer.
Er machte sich untertan die natürliche Welt.

Rational

Das Zeitalter der Menschheit wurde rational.
Göttliches verkam zu reinem Schöpfergeist.
Bewusstsein beschränkte sich dabei fatal.
Gottgefällig war, wer die Natur verschleißt.

Der Mensch in wildem Machbarkeitswahn
Sich selbst, andere und Natur ausbeutete.
Wenige Herrschende nur und viele Untertan.
Die Kriegsglocke Jahr für Jahr laut läutete.

Die Weltbeherrschung mensch intensivierte.
Dabei entstand auch die Naturwissenschaft,
Was über viele Jahrhunderte nur dazu führte,
Dass die Vielfalt der Arten ward dahingerafft.

Man muss die Natur ausbeuten und nutzen,
Energie und Nahrung sehr teuer verkaufen,
Alles Störende ausrotten oder aber stutzen.
Und Unwillige schieße man über den Haufen.

Wer ökonomisch denke, denke zweckrational,
Frage selten nach, was Handeln allen bringt.
Was den Nachkommen bleibe, sei fast egal,
Solange privates Geld im Bankkasten klingt.

Hauptsache ist, das Handeln bringe was ein.
Das Geld diktat beherrsche auch Wissenschaft.
Fließe kein Geld, bleibe die Forschung nur klein
Oder geldlos werde vollständig sie abgeschafft.

Rational betrachtet werde der Schöpfergott,
Mehr und mehr aus Natur heraus gedrückt.
Den Gläubigen erscheint es wie ein Komplott,
Dass Denken den Wundern zu Leibe rückt.

Dummgläubige die Bibel noch wörtlich nehmen,
Nennen sich dabei scheinweise Kreationisten.
Doch auf die Art offenbarten sie nur im Extremen
Die Glaubensirrtümer der Schöpfungschristen.

Was einstmals verwunderte, war endlich erklärt.
Wissenschaftsgeist kommt aus ohne den Glauben.
Die eher äußere Glaubenswelt wurde entleert,
Sobald sich die Menschen zu denken erlauben.

Rational wurde die Natur zu unserem Opfer.
Was unverwertbar in Natur war, war nichts wert.
Naturschützer hielten ihren Kopf dafür her,
Dass die leidende Natur selbst sich kaum wehrt.

Die wundervolle Natur werde erneut zum Subjekt,
Nun aber als eine Gesamte, nicht nur als Baum.
Gottes Wirken werde in die Ökologie gesteckt.
Ureinwohner werden bewundert mit Federsaum.

Vorrational romantisch der Wald und das Grüne,
In dem allen herumwesend eine göttliche Macht.
Natur gerate ihren Rettern zur Glaubensbühne.
Die Launen der Natur blieben eher unbedacht.

Gott stecke nicht in krachender Plattentektonik,
Er schicke nicht Tsunamis übers Küstenland.
Gott wese auch nicht in einer Milch mit Honig.
Auf diese Weise bleibet sein Wirken unerkannt.

Paradies, Adam und Eva, Sintflut oder Urknall,
Siebentageweltbau oder viele Milliarden Jahre,
Gott als Schöpfer oder experimenteller Zufall -
Kein Streit mehr darum: Wer weiß das Wahre?

Das Göttliche gehöre nicht zur äußeren Natur,
Göttliches sei nicht mehr schuld, da Erde bebt.
Vom Schöpfergott verliere sich geistige Spur,
Er habe lange genug in unsren Hirnen geklebt.

Göttliches sei der Prozess in uns und zwischen,
Sei eine Begegnung und Segnung im Sozialen.
Unsere Dialoge scharfe Grenzen verwischen.
Liebe bestimme Göttliches, nicht Dinge, Zahlen.

Transrational

Das Rationale besitze zwar einen Alltagsnutzen,
Doch rational zu sein, mache nicht wirklich froh.
Schwanz und Ohren dem Rationalen wir stützen.
Jetzt aber ab ins Körbchen, braver Hund Ratio.

Rationales allein sei eng und uns begrenzend.
Doch Vorrationales halte klein uns und dumm.
All unsere Wissenschaft sinnkreativ ergänzend,
Sehen wir uns doch genauer im Inneren um.

Außer mir sei also nichts länger zu suchen,
Wenn Göttliches im Sein ich aufsuchen will.
Natururlaube muss ich dafür nicht buchen.
Ich wende mich inwärts, werde achtsam still.

Ich horche sorgsam nach innen und erlausche
Klang vor der Musik und unsagbare Worte.
Ich schaue achtsam nach innen und tausche
Den Herzenskontakt ein gegen heilige Orte.

Dort tief in einem Innen, das wissenschaftsfern,
Unauffindbar für jede Art von Diagnosegerät,
Leuchte hell in uns göttlicher Erkenntnisstern,
Beleuchte, was nur wahrhafte Liebe versteht.

Das Göttliche sei der Urgrund geistigen Seins,
Sei die sprudelnde Quelle für Sinn im Leben.
In göttlicher Liebe vereint werden wir alle eins
Frei von Angst, denn uns ist längst vergeben.

Wir brauchten weder Drohung mit Fegefeuer
Noch Einschüchterung bei Glaubenszweifeln.
Liebe zur Menschheit sei wert uns und teuer,
Läppisch sei das Drohen mit Tod und Teufeln.

Wer in der Liebe sei, der werde nimmer sterben,
Auch wenn der Leib zu Staub und Asche zerfällt.
Eine Seele zerfallet nicht in einzelne Scherben.
Seele sei weder Materie noch von dieser Welt.

Liebe, Wohlwollen, Entwicklung, Glück, Erfüllung
Seien nicht dinglich erfassbar, seien ein Prozess.
Materieller Bezug zu geistiger Sehnsuchtsstillung
Sei erstens sinnlos, erzeuge zweitens nur Stress.

Fließendes, Prozesshaftes solle man nicht halten.
Sezierende Ratio blockiere uns den Lebensfluss.
Wenn wir das Leben vom Herzen her gestalten,
Entfalte sich Sinn in uns samt Daseinsgenuss.

Liebe als Haltung zum Leben sei transrational,
Kalkuliere nicht mehr unser Geben wie Nehmen,
Sie suche Wahrhaftiges und gehe aus freier Wahl
Einen stimmigen Weg, nicht einen bequemen.

Von dem Herzen geleitet fragten wir nicht mehr:
Was bringe diese oder jene Handlung mir ein?
Ein Handeln sei nichts wert, dessen Sinn sei leer.
Liebloses Tun werde durchgehend sinnlos sein.

Wir hinterfragen: Was erscheint mir als richtig?
Was wirkt auf uns menschlich und wirklich wahr?
Ruhm und Ehre seien dann nicht mehr so wichtig,
Werde uns die Liebe im täglichen Tun offenbar.

Liebesgeleitet, transrational bewahren wir Natur,
Schon weil wir als Tierwesen ein Teil davon sind.
Wir seien zwar auch Tiere, doch das nicht nur,
Wir seien auch als Menschen großer Liebe Kind.

Du Göttin der Liebe, magst du mir helfen zu finden
Einen Zugang zum Herzen, zu dem wahren Sein.
Hilf mir bitte, meine Lebensängste zu überwinden,
Die mir einflüstern: Lasse aufs Herz dich nicht ein.

Schwarze und weiße Mystik bei Lutz v. Werder (geb. 1939) ⁵

Die Mystik ist besondere Richtung im Denken,
Die auf direkter Erfahrung von Einheit basiert.
In Weltengrund wir uns meditierend versenken,
Auf dass unser Selbst sein Einssein erspürt.

In intuitiver Erahnung unseres wahren Seins,
Wird die Einheit hinter dem Seienden erkannt.
Wir erleben uns im Grunde mit Universum eins.
Dies wird oft als Erleuchtungserleben benannt.

Schwarze Mystik bezeichnet den Jenseitsbezug.
Diesseitig sei uns Wesentliches nicht zu finden.
Mensch samt Mitwelt ist nicht interessant genug.
Die Diesseitigkeit sei meditierend zu überwinden.

Weißer Mystik hingegen orientiere unseren Geist
Am Denken und Tun in konkreter Diesseitigkeit.
Geistiges auf uns Menschen in Mitwelt verweist.
Vernunft und Mut machen uns wandlungsbereit.

Wohin wir uns wenden, wir selbst entscheiden.
Wie wollen wir, dass das Hiersein für uns sei?
Ist Auf-der-Welt-Sein nur ein endliches Leiden?
Oder sind wir hier trotz unsrer Endlichkeit frei?

Schwarze Jenseitsmystik

Eine Schwarze Mystik sei auf Gott bezogen:
Klösterlich und väterlich fliehe sie die Welt.
Ein irdisches Glück werde in ihr nicht erwogen.
Der Mensch in Dienste des Gottes sich stellt.

Schwarz sei Mystik, denn sie wendet sich ab
Vom diesem Menschsein im Erdenverbund.
Ihr ist es egal, schaufelt da wer unser Grab,
Geht durch das Geld die Welt bald zugrund'.

Gott zu suchen meine, in die Ferne zu gehen,
Über die Anfänge unseres Hierseins hinaus
Auf eine Welt jenseits aller Sterne zu sehen.
Das Wissbare werde dieser Mystik zum Graus.

Gott werde da reines Sein oder reines Nichts.
Sein sei das, was vor der Zeugung man war.
Göttliches existiere jenseits kreierten Lichts
Im Nichts, bevor ein Gott das Licht erst gebar.

Mensch stürze sich so hinein in Unendlichkeit,
Dabei erlebe unser Ich seinen geistigen Tod.
Das Ich verschwinde aus Raum und aus Zeit,
Sei nicht länger interessiert an der Erde Not.

Zu sterben sei unsere Erlösung vom Leiden.
Wer brav gelebt, komme zu Gott ins Nichts.
Also lebe mensch gottgefällig und bescheiden,
Nicht wild wie Luzifer, der Träger des Lichts.

Derlei Schwarze Mystik schaffe Resignation:
Da diese Welt hier nicht wirklich interessant,
Wenn alles Hiersein eher Maja sei und Illusion,
Nehme das Leben mensch kaum in die Hand.

Weißer Diesseitsmystik

Eine Weiße Mystik sei zu der Mitwelt hin offen.
Sie erlaube uns die gottfreie Einheitserfahrung,
Lasse wie mütterlich diese Menschheit hoffen,
Werde aktiv für sorgsame Mitweltbewahrung.

Mit Weißer Mystik wolle zur Einheit man finden,
Die hinter jeder Vielheit zugleich mit gedieh.
Sie wolle Zersplitterung der Welt überwinden,
Als eine seelisch vorweggenommene Utopie.

Mensch in den Mittelpunkt des Denkens gerät
Als in Mitwelt und Menschheit fest eingebunden.
Weiße Mystik lebt in unserem Leben konkret,
Wo ein Ich das Du, Wir und die Welt gefunden.

Mensch gegenüber wolle menschlich man sein,
Wolle anderen Menschen als Mensch begegnen
Und beziehe unsere gesamte Menschheit ein.
Diese Menschheitserhaltung werde uns segnen.

Eine gottferne Mystik beginne im Hier und Jetzt.
Sie beginnt mit wohlwollender Praxis der Liebe.
Man beende endlich, dass man andere verletzt,
Damit das Ich mit dem Du gut verbunden bleibe.

Liebeseinheit von Ich und von Du sei unser Gott.
In dem Du sei die gesamte Menschheit präsent.
Durch die Liebe überwinde unser Ich seinen Tod,
Werde zu liebenden Wir als tragendem Element.

Hinter der Menschheit stehe zugleich die Natur.
Stehe der Kosmos mit seiner ordnenden Kraft,
Alles das hinterließ in jedem von uns seine Spur.
Ein mystisches Einfühlen uns Zugang verschafft.

Die Gegensätze begönnen sich so aufzuheben
Zwischen uns Menschen und dieser Mitweltnatur.
Als ein Mitgeschöpf in der Welt wir uns erleben,
Erspürten in uns evolutionäre Entwicklungspur.

Trennendes schmelze, Einheit suchend, zwischen
Mir selbst und dieser Menschheit als ein Ganzes,
Sobald wir uns unsre inneren Augen klar wischen,
Werden zu Zeugen wir eines mystischen Tanzes.

Jedweder Mensch, der schon erwachsen und frei,
Könne dies Einheitsgefühl in sich selbst erfahren.
Er erlebe, dass ein Teil unserer Menschheit er sei,
Wenn den Zugang zum Herzen wir uns bewahren.

Unser logisch-rationales Denken werde ergänzt
Durch ein intuitiv-emotionales Hierseinserspüren.
Aufkommende Herzensweisheit, die unbegrenzt,
Könne zu erweitertem Einheitserleben uns führen.

Einengender Tunnelblick, analytisch und scharf,
Der die Objekte unserer Welt kritisch fokussiere,
Einer sanften, öffnenden Umsicht weichen darf,
Dank deren man eher seine Ganzheit erspüre.

Gespaltenes, beschädigtes und reduziertes Ich
Werde wieder geheilt, indem man es erweitere.
Im echten Dialog fänden die Menschen zu sich,
Auf dass Neues und Gutes nicht mehr scheitere.

Böses werde nicht mehr irrational personifiziert.
Es verstecke sich kein Teufel in unserer Seele.
Menschen beseitigen das, was Elend gebiert,
Auf dass kein Mensch hier mehr andere quäle.

Vorwegzunehmen sei geistig unser Gelingen,
Sei ein Zukunftsentwurf, der uns kann glücken,
Visionen würden zu neuer Kraft uns bringen,
Dank derer wir Elend und Leid überbrücken.

Unser Einheitserleben mache das Leben leicht.
Gesamtverantwortung wir so gern übernehmen.
Die Menschheit sich dadurch im Inneren gleicht.
Erlebt werde unter uns ein tiefes Einvernehmen.

Die Aufgabe von jeder Person werde es sein,
Alles beiseite zu räumen, was den weiten Blick
In uns auf das Weltgesamt noch schränke ein
Und unser Einheitserleben noch halte zurück.

Was in unserer individuellen Lebensgeschichte
Trennt uns noch von unserem wahren Wesen?
Wer saß bisher über uns spaltend zu Gerichte?
Wo haben Vorurteile wir gehört und gelesen?

Was hat uns einstmals so erheblich verletzt,
Und dabei unser Band zur Natur zerrissen?
Wer oder was hat uns dermaßen aufgehetzt,
Dass wir noch heute tiefe Liebe vermissen?

Die Weiße Mystik erwähle stets sich das Leben.
Sie suche im Sein nach gemeinsamer Freude.
Sie wolle Lebendigem stets eine Chance geben.
Widerstehe auch menschlichem Hang zum Leide.

Wieso sei in uns noch so viel Selbstzerstörung,
Anstatt auf das liebende Herz mehr zu hören?
Wieso spürten wir meist noch wenig Empörung
Über all die, die uns unsere Mitwelt zerstören?

Eine Weiße Mystik verlange nie nach Gewalt,
Wolle keine Krisen durch das Horten von Geld,
Wolle nie den Kampf in dunkler Kriegergestalt,
Wolle Versöhnung mit sich selbst und der Welt.

Wieso seien wir nur so selten im guten Kontakt
Mit der Sehnsucht nach einer besseren Welt,
In der unsere Liebe allein bestimme den Takt,
Nicht eine Jagd nach Ruhm, Ehre und Geld?

Wieso einerseits um unsere Einheit wissen,
Andererseits Verbindung innen nicht spüren?
Sinnliches möchte mensch doch nicht missen,
Lieber ein pralles als ein ödes Leben führen.

Zu einer Weißen Mystik könnten wir finden,
Wenn Alltagssein wir in der Weise befragten,
Engende Herkunftsängste in uns überwinden,
Aktiv handelnd an neue Antwort uns wagten.

Materie und Psyche ⁶

Leben ist nicht nur Materie. Leben ist Prozess -
Hoffentlich meist Freude und selten Disstress.
Wir sind zwar auch Hülle aus Fleisch und Blut,
Doch nur materielle Sichtweise tut uns nicht gut.

Beziehungen werden nicht am Schalter gebucht.
Liebe wird nur finden, wer wahrhaftig sie sucht.
*Doch wonach ist zu suchen, wohin ist zu sehen,
Will man, Liebe erlebend, im Wesen verstehen?*

Liebe folgt den Gesetzen der psychischen Welt.
Kennt man diese nicht, bleibt der Blick verstellt.
Liebesverständnis eher entwickeln man kann,
Kennt man Gesetze der Psyche, wendet sie an.

In der Wunderwelt des Psychischen, Freunde,
Sind andere Gesetze als man zumeist meinte.
Psyche: Nicht zu schneiden, pressen, biegen.
Psyche: Nicht zu zeigen, messen und wiegen.

Psyche zeigt sich in neuronaler Hirnaktivität.
Was nicht heißt, dass Psyche daraus besteht.
Psyche ist nicht Materie, nicht kaufbar mit Geld.
Die Psyche ist der Schlüssel zur geistigen Welt.

Man kennt viele Gesetze aus materieller Welt.
Oft rächt sich, wenn man sich nicht an sie hält.
Beachtet man Gesetze der Schwerkraft nicht,
Wie leicht man stolpert und ein Bein sich bricht.

Man hat Respekt vor Feuer, denn jeder weiß:
Es kann uns verletzen. Es ist schrecklich heiß.
Auch in geistiger Welt gilt so manches Gesetz.
Hältst du dich nicht daran, du die Seele verletzt.

Seelengesetzkenntnisse könnten uns nützen,
Vor Enttäuschen und Verletzen uns schützen.
Wer Geistiges von Materiellem unterscheidet,
Irrtümer beim Gesetzesauslegen vermeidet.

Geistige Werte

Eine Denkfalle sind die fehlerhaften Allegorien:
Übertragend von geistiger auf materielle Welt
Wenn im Leben falsche Schlüsse wir zieh'n,
Oft die Frustration sich in unser Leben gesellt.

In der Materiewelt kommt man zum Schluss:
Was man verschüttet, man neu auffüllen muss.
Geistiges funktioniert anders, als man denkt:
Liebe wird mehr, wenn man sie verschenkt.

Dank Liebegeben wächst die Liebesfähigkeit.
Je mehr man rausgibt, je mehr strömt nach.
Strömt Liebe, macht sie den Herzraum weit.
Liebesstrom ist weder aus Wasser noch Bach.

Das Wasser ist auf Erden ein endliches Gut.
Ein Bach hat begrenzte Aufnahmekapazität.
Vergleich mit Materie tut der Liebe nicht gut.
Erleben von Verschütten so eher entsteht.

In der Materiewelt verwendet Mensch Kraft:
Pressend und biegend er Wertsachen schafft.
In geistiger Welt kannst Kraft du vergessen,
Die Werte dort lassen sich nicht erpressen.

Gesundheit, Freundschaft, Liebe und Glück,
Weichen bei Erpressungsversuchen zurück.
Darfst Werte nicht durch Willen erschrecken.
Musst dich hingebend öffnen, Waffen strecken.

Geistige Werte kommen zu dir dadurch allein,
Dass du dich öffnest für sie und lädst sie ein.
Sind Liebe sowie Glück bei dir angekommen,
Bleiben dein sie, da dankend sie angenommen.

Je mehr Liebe du nimmst, je mehr mag ich geben.
Jenseits von uns beiden entsteht damit ein Wir.
Etwas Neues, Unbekanntes tritt in unser Leben.
Eine materielle Basis braucht man nicht dafür.

Beeinflussbarkeit

Ist in enger Materiewelt zu hell dir das Licht,
Drehst du am Dimmer. So stört es dich nicht.
Doch die geistige Welt sich das anders ersann,
Da man Psyche, die stört, nicht abstellen kann.

Da nützt keinerlei wissenschaftliches Gerieren,
Sanktionieren, Motivieren und Konditionieren.
Da hilft nicht Schimpfen, Drohen, Strafgericht.
Nur ich allein ändere mich, doch du mich nicht.

Mechanisches Denken passt nicht für die Seele.
Kann ich mir schenken, weil ich mich so quäle.
Als Wesen mit Geist muss man nicht reagieren,
Man kann fast alles Handeln zuvor reflektieren.

Wir können vor denken und wir denken nach.
Wir können dösen oder wir machen uns wach.
Doch ein Fußball denkt beim Rollen nicht mit.
Er rollt meist genau dahin, wohin man ihn tritt.

Du meinst, es wirke, uns mit Strafen zu lenken.
Strafe unterdrückt Handeln, nicht aber Denken.
Äußerlich zwar angepasst, wenn andere drohen,
Beginnen wir doch innen voll Hass zu verrohen.

Drohen klappt dann, will Schmerz wer meiden.
Es klappt nicht, ist jemand bereit auch zu leiden.
Strafen wirkt nur bei denen, die voller Angst,
Für ihr Überleben alles tun, was du verlangst.

Du kannst mich beeinflussend wenig erreichen,
Wenn meine Motive von deinen abweichen.
Wenn auch viele weitgehend gesellschaftsgängig,
Bleiben wir Menschen im Grunde unabhängig.

Aktion führt nicht zwangsläufig zur Reaktion.
Er bedarf zum Reagieren meiner Motivation.
Wenn die Aktionen mich kaum interessieren,
Wird in mir auch nur wenig Aktives passieren.

Zeit

In der Materiewelt fließt die Zeit meist linear.
Jede Stunde stets so lang wie vorherige war.
Hingegen in Zeiträumen der geistigen Welt
Psyche von linearem Gleichtakt nichts hält.

Ob planende Vorschau oder Erinnern gelingt,
Psyche mal vorwärts, mal rückwärts springt.
Tauchst du in den Erlebensfluss hier und jetzt,
Scheint dir, als hätte Zeit alle Regeln verletzt.

Plagt dich der üble Quälgeist der Langeweile,
Erscheint es, als ob Zeit wie Schnecke eile.
Bist du begeistert und von Kurzweil getrieben,
Sind von Stunden nur Sekunden geblieben.

Zeit ist wie ein Raumschiff, in dem wir leben.
Zeit wird vom Leben zum Leben gegeben.
Zeit hat man nicht, muss man sich nehmen.
Viel Zeit vertun wir mit Grollen und Grämen.

Zeit ist der Aufenthaltsort für Liebe und Glück.
Zeit fließt vorbei und kehrt nie mehr zurück.
Öffne dich fließendem Sein, sei stets bereit
Klug zu nutzen dein kostbares Gut - die Zeit.

*Nimmst du dir genug Zeit, um innezuhalten,
Um das Leben von innen her auszugestalten?
Oder hastest deinen Lebensweg du entlang,
Hektisch und in ständigem Handlungszwang?*

*Nimmst du dir auch Zeit, dich zu versenken,
Mitwelt erforschend jenseits vom Denken?
Oder fließt dein Sein wie kanalisierter Bach:
Schmal, schal, morastig, stinkend und flach?*

*Nimmst du aktiv dir Zeit für die Passivität
Für Augenblicke, in denen der Atem steht?
Oder erlebst du, dass dich passive Sachen
Wie Einkehr und Ruhe nur unruhig machen?*

Klar, du lebst in einer materialistischen Welt,
In der Aktivität gepaart mit viel Leistung zählt.
Doch träumst du nicht in Stunden, den stillen,
Von Dasein, befreit vom Zwang zum Willen,

*Das hingebend durch eine Liebeswelt treibt,
In dem alles, was hart war, hinter dir bleibt,
Von einer Welt in Eintracht und Harmonie?
Nimm dir doch die Zeit: Suche und finde sie.*

Es dreht sich das Jahreszeitenkarussell
Für Kinder noch langsam, im Alter schnell.
Stellst du dich dem Erleben ehrlich und tief,
Siehst du: Nur auf Zeigern ist Welt objektiv.

Erkenntnis erfolgt stets über Subjekterleben.
Keiner kann sich neutral darüber erheben.
Alle Illusionen von Objektivität wir entlarven:
Handelnde erkennend diese Welt entwarfen.

Raum

Wenn man an den Materiegesetzen hängt,
Ist klar: Raumkörper die anderen verdrängt.
Je stärker wir uns nur als Körper berühren,
Desto schmerzhafter die Grenzen wir spüren.

In psychischer Welt wird dies Gesetz verletzt,
Wenn einführend man sich in andere versetzt.
Einführend ich dich niemals vollends verstehe,
Doch bin ich näher, als wenn ich bei dir stehe.

Die Psyche ist absolut, geistig und grenzenfrei.
Ob nah oder fern: Seelenkontakt ist das einerlei.
Ich kann nahe dir sein, wenn ich ferne dir bin.
Ein Raumabstand macht für Psyche kaum Sinn.

Psyche ist mehr als begrenzende Sinneswelt,
Weil an die Materieregeln sie selten sich hält.
Psyche ist weitaus mehr als unsere Gedanken.
Nichtdenken überspringt die Geistesschranken.

Wer materiehaftend in das Weltall will reisen,
Muss samt Treibstoff Rakete bauen aus Eisen.
In geistiger Welt herrscht ein Allverbundensein,
Treten wir achtsam ins Jetzt der Innenwelt ein.

Die Psyche lässt durch Galaxien uns sausen.
Psychisch gilt das Gesetz: Wie innen, so außen.
Psyche steht stets uns als Raumschiff bereit,
Enge zu überwinden von Raum und von Zeit.

Mit Psyche kann die Innenwelt man bereisen,
Kraftplätze finden und einen inneren Weisen,
Mit Sternen und Englein Flohwalzer tanzen,
Verbundenheit leben mit dem größeren Ganzen.

In dem Verbindungserleben erahnen wir schon:
Die Raum-Zeit-Begrenzung ist schiere Illusion.
Wenn wir Psyche mit dem Universum verbinden,
Hinter allem wir unsere Bestimmung eher finden.

Teilbarkeit

Nach Gesetzen der materiell geprägten Welt,
Der Körper zuletzt zu Staub und Asche zerfällt.
Er zerfällt in staatlichen Wissenschaftsdomen
Zu Molekülen aus Atomen und Subatomen.

Es gilt als ein Gesetz in Wissenschaftswelt,
Dass auf der Erde alle Energie sich erhält.
Verbrennt ein Baum, wandelt sich seine Form,
Baumenergie aber bleibt erhalten nach Norm.

*Was bleibt auf der Erde von meiner Seele,
Wenn gestorben ich mit meinem Körper fehle?
Gibt es mich nur noch auf dem Nachlasspapier
Als verblässend wehmütige Erinnerung in dir?*

*Oder schwebt die Seele in parallelen Welten,
In denen dann die Gesetze des Geistes gelten?
Wäre an dem so, könnten wir uns beizeiten
Auf Gesetze in jenseitiger Welt vorbereiten.*

Wir blieben, wenn die Körper verschwunden,
Über unsere Seelenbeziehung noch verbunden.
Wirst dann auch du ins Jenseits entschwinden,
Könnten dort die liebenden Seelen sich finden.

Vorerst sind wir beide jedoch noch am Leben,
Entscheidend, was demnächst wir anstreben.
Dabei gilt Gesetz: Seele lebt nicht bei Zwang.
Wo Freude sich offenbart, da geht es entlang.

Alte und neue Physik

Leben als erstaunliche Erscheinungsform,
Ist äußerst selten in der uns bekannten Welt.
Instabilität sowie Verletzbarkeit sind enorm.
Ein Leben sich nur durch Bewegung erhält.

Der Mensch hat Bewusstsein mitbekommen,
Dadurch befähigt zu absichtsvollem Handeln.
Neue Stufe des Lebendigen ward erklommen,
Denn wir können unsere Mitwelt verwandeln.

Ein Mensch erlebt sich allein auf sich gestellt,
Solange er ausschließlich aufs Äußere schaut.
Doch wendet mutig den Blick er zur Innenwelt,
Wird stete Verbundenheit alsbald ihm vertraut.

Jede Überbetonung der äußeren Welt trennt
Uns vom anzustrebenden Ganzheitserleben.
Getrennt vom Ganzen man meist sich verrennt.
In Details des Alltäglichen bleibt man kleben.

Derart getrennt wird mensch naturvergessen,
Sägt sich den Ast ab, auf dem er noch sitzt.
Man glaubt, man herrsche, währenddessen
Das Biosystem aus der Natur uns unterstützt.

Natur wird es ohne Menschen noch geben.
Andersherum jedoch macht es keinen Sinn,
Dass wir unabhängig von Natur überleben,
In die als ein Mensch ich fest eingepasst bin.

Ein veräußerlichter Mensch bildet sich ein:
Er mache unsere Erdnatur sich untertan.
So zu denken, wird unser Untergang sein,
Gründet es sich doch nur auf Größenwahn.

Mehr als hundert Jahre ist inzwischen es her:
Damals wurde unser altes Bild von der Welt,
Durch Physiker, die dachten revolutionär,
Wieder einmal total auf den Kopf gestellt.

Die Alltagswelt meist mechanistisch besteht,
Der sie begreifenden Hand oft angemessen.
Greifbarkeit erscheint uns als einzige Realität,
Denn reale Materie lässt meist sich messen.

Unser Überlebenshirnanteil ist darauf trainiert,
Die Äpfel mit Leitern von Bäumen zu pflücken.
Doch falls mit uns was Unbestimmtes passiert,
Offenbart das Gewohnheitsgehirn arge Lücken.

Eine mehrdeutige Logik, anfangs unentschieden,
Wie die neue Physik uns in Prozessen offenbart,
Wird von alter, linearer Physikdenke gemieden.
Gleichzeitiges Sowohl-als-Auch wird ausgespart.

Vergleichbar mit mechanischem Werk in Uhren
Laufen die Naturprozesse linear ab, determiniert.
Naturgesetze physikalische Vorgänge fest spüren.
Eine Ursache sicher zu späterer Wirkung führt.

Der Mensch ist von der Natur oft abgetrennt.
Verfügt er doch über Geist und über Wissen.
Mensch, gottgleich sich dünkend, nicht erkennt,
Wie sehr sein Band zur Natur ihm zerrissen.

Der Mensch hat die Materiewelt sich erdacht,
Das Weltgesamte in allerkleinste Teile zerlegt.
Aus Atomen scheinbar alle Formen man macht.
Dieses Denken wird heute noch häufig gehegt.

Moderne Physik begreift heute, was die Welt,
Wenn tief genug in die Materie man schaut,
Im ihrem Inneren wahrhaftig zusammenhält,
Woraus unser gesamtes Sein scheint gebaut.

Dringt tiefer zum Urgrund des Seins man vor,
Schwindet all das Materielle mehr und mehr.
Stoffliches in Bezug und Prozess sich verlor.
Die Materie ist ihrem Wesen nach materieleer.

Das alte Materieverständnis wird umgekehrt:
Prozesse und Beziehungen sind nun primär.
Auch wenn sich unsere Anschauung wehrt:
Stofflichkeit wirkt wirklich nur noch sekundär.

Menschen müssen sich erst daran gewöhnen:
Wir können die Natur nicht einfach verstehen,
Solange wir die Blicke nach innen verhöhnen,
Solange nur auf das Vorstellbare wir sehen.

Wirklichkeit ist nicht dinglich, ist nicht Realität,
Besteht nicht nur aus den Sachen und Dingen.
Leben wesentlich aus Informationen besteht,
Die dieses Weltall im Ganzen durchdringen.

Im ihrem tiefsten Grunde ist Materie verwaist.
Dort gibt es nichts Festes mehr, was existiert.
Im Grunde gibt es daselbst nur noch den Geist.
Der verkalkend gleichsam die Materie gebiert.

Es gibt wirklich nur Beziehung im Wandeln,
Operationen im ständigen Werdensschwung,
In neue Einheiten einfließend durch Handeln,
So dass wirklich ist nur unsere Veränderung.

Unsere Welt ist damit eine voll Möglichkeiten:
Ganzheitlich, gestaltbar, offen und voll Leben.
Wenn wir unseren Geist zum Ganzen weiten,
Wird es Trennendes für uns nicht mehr geben.

Was uns oberflächlich wie ein Teil erscheint,
Ist in Wirklichkeit durchgängig allverbunden.
Jeder Mensch ist hier als Mitschöpfer gemeint,
Trägt dazu bei, ob wir Menschen gesunden.

Wir sind verantwortlich für uns und für Welt,
Weil die Welt mit allem zurück auf uns wirkt.
Zusammenhang allen Seins sich uns erhell,
Vernetztes Leben sich nicht länger verbirgt.

Wir und die Mitwelt sind in Wirklichkeit eins.
Biologisch, chemisch und sozial verflochten.
Dank der Mineralien dieses und jenes Steins
Wir unsere Existenz zu erhalten vermochten.

Weil alles stets mit allem zusammenhängt,
Wird grundsätzlich man nicht überheblich.
Mit unserer Schöpfungsordnung vermengt,
Ist nichts, was achtsam man tut, vergeblich.

Unsere Wirklichkeit ist darin eine Potenzialität,
Ein Kann-Möglichkeitsraum zum Realisieren,
Nicht eine abgetrennte materielle Solorealität,
In der unsere realen Bezüge wir oft verlieren.

Ursache und Wirkung sind nicht länger mehr
Derart eindeutig und klar miteinander verquickt.
Eine bessere Zukunft zu gestalten fällt schwer,
Wenn mit Vergangenen man total verstrickt.

Die Zukunft lässt sich nicht allein erschließen,
Aus den erkennbaren Fakten der Gegenwart.
Lediglich Möglichkeiten hier schon ersprießen,
Meist mit zarten Wahrscheinlichkeiten gepaart.

Wir kreieren auf diese Weise ein Erwartungsfeld,
Ziehen vorwegnehmend bestimmte Zukünfte an.
Nur das wird von uns ins künftige Leben gestellt,
Was man erahnt und deshalb gestalten kann.

Da das Ganze stets mehr als Summe der Teile,
Kann man die Zukunft nicht einfach so machen.
Doch aus einer Potenzialität kann mit der Weile
Eine noch ungeahnte neue Aktualität erwachen.

Seien wir Menschen endlich schöpfungsbereit,
Neues und Noch-Nicht-Gewesenes zu stiften,
Wird aus einer Möglichkeit bessere Wirklichkeit,
In die hinein wir alle mit fortschreitend driften.

Aus Einzelteilen werden auf die Art Beteiligte,
Die im neuen konstruktiven Zusammenspiel,
Wobei der Weg die Wandelrichtung heiligte,
Gemeinsam gelangen zu unbekanntem Ziel.

Für die neue Physik ist unsere Wirklichkeit,
Ein großer geistiger Netzwerkzusammenhang,
Der unzählige Möglichkeiten uns stelle bereit,
Die uns befreien von ödem Tatsachenzwang.

Was wir vorgefunden haben auf dieser Welt,
Sind die Sachen, die andere vor uns getan.
Altes Unmenschliches wird in Frage gestellt.
Unsere Liebe befreit von vergangenem Wahn.

Wer im größeren Rahmen sich eingefunden,
Sich als Teil im System des Ganzen begreift,
Kann seelisch und geistig endlich gesunden.
Derart wachsend Menschlichkeit in ihm reift.

Kleine Schattengeschichte der Seelsorge⁷

Wenn wir beginnen, auf unsre Schatten zu sehen,
Die, versteckt in der Psyche, Dasein verdunkeln,
Neue Chancen für Wachstum in uns entstehen.
Wir werden bewusst, statt im Dunkeln zu munkeln.

Kind in mir schien die jüdisch-christlichen Mythen
Von Gott, Schöpfung, Sündenfall und Fegefeuer
Trotz aller kritischen Erkenntnis in sich zu behüten.
Ihm schien Religion lange wert noch und teuer.

Um Kind in mir von enger Mythologie zu befreien,
Um an Glaubensresten nicht kindisch zu kleben,
Wollte vor mir ich die Glaubenszweifel aufreihen,
Um samt Kind aus Glaubenssumpf mich zu heben.

Kind in mir, du brauchst den Glauben nicht mehr.
Wir können zu einer Haltung für Menschen finden,
Die liebe- und freudvoll, nicht Bedrohungsschwer.
Unterdrückungsreligionen geistig wir überwinden.

Natürlich ist uns umgebende Natur auch gefährlich:
Erdbeben, Vulkanausbruch, Seuche und noch mehr.
Das ist heute erklärbar. Wissenschaft macht ehrlich.
Für Elendsabwehr braucht man Götter nicht mehr.

Wir brauchen keinen Gott, der uns sagt, was zu tun.
Ein mitfühlender Mensch kann sich selbst regulieren.
Auf Gesamtverantwortung muss unsre Moral beruh'n.
Sonst wird die Menschheit Existenzrecht verlieren.

Der Mensch ist nicht böse. Welt ist nicht schlecht.
Das sind nur Geschichten, die Herrscher erzählen.
Kooperation statt harter Konkurrenz ist uns recht.
Wir befreien uns, um menschlich Gutes zu wählen.

Auch den Jugendlichen in mir galt es zu schützen,
Der sich taufen ließ mit vierzehn und konfirmieren.
Christliche Glaubenslehre sollte wenig ihm nützen.
Widersprüche in der Moral konnte er nie kapieren.

Andere Jugendliche glaubten schlicht vor sich hin.
Mit seinen Zweifeln erlebte er zumeist sich allein.
Immer weniger machten die Bibeltexte ihm Sinn.
Dabei wollte er doch eigentlich nur zugehörig sein.

Austritt aus der Kirche dann mit achtzehn Jahren.
Glaubensirrationalität war nicht mehr auszuhalten.
Nur wenige der Ideen wollte er für sich bewahren.
Doch Mythen lange ins Bewusstsein sich krallten.

Schlechtes Gewissen, Isolation und Einsamkeit:
Wer nicht glaubte, wurde an Seitenlinie gestellt.
Jungerwachsen war ich jedoch nicht mehr bereit,
Für wahr zu nehmen, was in der Kirche erzählt.

Mein Kind in mir, du musst nicht länger glauben.
Jugendlicher in mir, geh deinen dir eigenen Weg.
Wer wir sein wollen, kann niemand uns rauben.
Die Selbstbestimmung ist unser Menschprivileg.

Vielgötterei und Eingotttum

In fernen Menschheitszeiten auf diesem Planeten
Gab es an Göttern zuhauf in Dörfern und Städten.
Den Hirten und Bauern unter unseren Vorfahren
Die Geister der Natur eher nächststehend waren.

Weil stets sie kämpften mit den Naturelementen,
Mussten an deren Stellvertreter sie sich wenden.
Ein Mysterium schien jeder Baum, jedes Blatt.
Wohl dem, der Respekt vor der Schöpfung hat.

In Tieren und Pflanzen wie in Sonne und Regen
Geister sie begeistern zum Schaden und Segen.
Schamanentrommeln die Stille durchdrangen,
Hatten Menschen sich in Krankheit verfangen.

Schamanen zu den Ahnen und Seelen reisten.
Halfen nicht jedem damit, doch den meisten.
Für der Menschen Seele gab es Heilung nur,
Durch Einswerden mit den Rhythmen der Natur.

Aus Städten verschwanden Feld sowie Baum.
Belebte Natur sah man dort selten bis kaum.
Orientierung boten Sonne, Sterne und Mond.
Astrologen berechnen, wann Leben sich lohnt.

Beten in Städten, welch ein anderer Charakter:
Wissenschaftlich, entsinnlicht und abstrakter.
Doch als Gemeinsamkeit wurde allen zu Teil
Eine Wahl dank Vielgeister- und Vielgötterei.

Doch die Vielgötter waren nicht abstrakt genug,
Jedweder Teilgott menschliche Züge noch trug.
Außerdem konnte man viel sicherer regieren,
Wusste man alles in eins zusammenzuführen.

Wenn ein einziger Gott für alle Götter steht,
Ist dies ein mächtiger Zuwachs an Autorität.
Ein Herrscher herrscht und mit ihm ein Gott.
Erklärt Vielgötterei für erledigt und bankrott.

Einzig ein winziges Völkchen, die Hebräer,
Standen Gott als alleinigen Schöpfer näher.
Kamen in Konflikt mit den Vielgötterreligionen.
Lernten andere zu hassen statt zu schonen.

Liebe und Erbarmen waren dann keine Werte,
Solange falsche Götter man noch verehrte.
Darum wurden Juden unterdrückt, vertrieben.
Sollten auf die Art einen Gott lernen zu lieben.

Sie haben, wenn mächtig, selbst unterdrückt,
Den Fehlgläubigen die Köpfe zurecht gerückt
Oder besserwisserisch auch mal abgeschnitten.
Wer Falsches glaubte, hatte zu Recht gelitten.

Ihr Gott war hauptsächlich ein Gott der Rache,
Darauf achtend, dass jeder es richtig mache.
Wer sich nicht an die engen Vorschriften hielt,
Wurde als abtrünnig bestraft: hart und gezielt.

So steht in der Bibel hochsymbolisch zu lesen:
Eva und Adam seien aufbegehrend gewesen,
Weil sie vom Baum der Erkenntnis genossen.
Aufmüpfigkeit habe den Herrgott verdrossen.

Weil beide auf Schlange und Teufel hörten,
Sie lange ihr Glück durch Zweifel zerstörten.
Selig sind die Menschen, die dumm und leise.
Ein autoritärer Gott will nicht Laute und Weise.

Höre nur darauf, was die Altvorderen sagen.
Füge dich, zweifle nicht, stelle keine Fragen.
Lasse das, selbst im Leben herum zu pfuschen.
Besser ist, vor wissenden Priestern zu kuschen.

Sei unterwürfig und gehorsam, fleißig und brav.
Gott ist allmächtig. Der Mensch ist ein Schaf.
Kaum machten erste Menschen sich mündig,
Erklärte die Religionsmythologie sie für sündig.

Sündenfall

Die Prototypen Adam und Eva hatten versagt.
Gar bitterlich hat dies der Herrgott beklagt,
Hat für lebenslang aus Paradies sie gefegt,
Zur Strafe sie mit Leben in Erbsünde belegt.

Ein armseliger Gott, der schöpfend scheitert.
Nicht ein Hauch von Humor hat ihn erheitert.
Freudlose, lustferne Schöpfungsmythologie:
Wer es gern kurios mag, mag glauben an sie.

Gott als Machthaber, Gott als Ordnungshüter,
Den Menschen verwehrend die Geistesgüter.
Gestrenger Gott verlangt Rache und Sühne
Fast wie ein Polizist auf der Kasperlebühne.

Hätten die Menschen sich an Regeln gehalten,
Wären sie bis jetzt noch vereint mit dem Alten.
Seither erträgt ein Gläubiger jede Peinigung,
Still hoffend auf göttliche Wiedervereinigung

Gott stürzte uns in dies Schöpfungsgewühle,
Auf dass Mensch auf ewig schuldig sich fühle.
Getrennt von dem Gottvater und vom Paradies,
Nichts Gutes uns das irdische Dasein verhieß.

Kam ein weiterer Mensch neu auf diese Welt,
War es um ihn nicht gut und recht mehr bestellt.
Automatisch durch sein Sein in Sünde gefallen,
Konnte nur büßen er und Gebete dazu lallen.

Mit dieser Erbsünde ließ Gottvater uns allein.
Nur noch ein Messias konnte Sünder befrei'n.
Ansonsten sei das Leben nur Leiden und Plage.
Das glauben noch viele bis zum heutigen Tage.

Den Chef der Hebräer mit Namen Abraham
Ein zürnender Gott in harte Lehrjahre nahm.
Auf dass er lerne, den Herrgott zu beachten,
Sollte er sogar seinen Sohn Isaac schlachten.

Gehorsam, herzlos und ohne Eigenverstand,
Hatte das Messer er schon fest in der Hand.
Will der Gott, dass wir ihm ein Opfer bringen,
Muss ein Sohn dafür über die Klinge springen.

Weil er gottesfürchtig und ideologisch stramm,
Durfte er seinen Sohn ersetzen durch Lamm.
Was ist die Moral dieser biblischen Geschichte:
Den Ungehorsam zu Gott überlebt man nicht.

Die Menschen als Schlachtvieh wie die Schafe:
Der Gott war voll Rache mit Krieg und Strafe.
Verstieß jemand noch gegen Religionsmoral,
Bedrohte die Folter ihn samt Gewissensqual.

Das ist nur eine der unzähligen Geschichten,
Die bis heute drei Weltreligionen berichten.
Abraham vereint Juden, Moslems, Christen,
Drei sich stets bekämpfende Monotheisten.

Die Eingottgläubigen sind nicht zu beneiden.
Tun sie doch alles, um sich zu unterscheiden.
Es scheint, als ob zu viel an Gemeinsamkeit
Die einen verbindet, doch die andren entzweit.

Gleichartige Religionen müssen sich profilieren,
Wollen sie Menschen ihrem Glauben zuführen.
Soll eine Mission erfolgreich sein, sich lohnen,
Müssen diese, was sie unterscheidet, betonen.

Wer stets unterscheidet, anstatt zu verbinden
Wird Zwietracht und Hass niemals überwinden.
Unterschied schafft nur Abstand und Einsamkeit.
Doch unsre Liebe erwächst aus Gemeinsamkeit.

Religionen, die beflissen für die Liebe plädieren
Und zugleich die Unrechtgläubigen exekutieren,
Haben mit einer Göttlichkeit gar nichts zu tun,
Weil sie statt auf Liebe auf Macht nur beruh'n.

Hebräer

Doch zurück zur Geschichte über die Hebräer,
So kommt man dem Monotheismuswahn näher
Und erfährt noch am Rande, ganz nebenbei,
Was Wesen und Werk eines Priestertums sei.

Wie man geschickt Gott und Macht verband,
Zeigte jahrhundertlang sich im Ägypterland.
Mehrere Götter hielten Leben und Tod im Lot
Und der Pharao als Gott über den Rest gebot.

Es schien Teil von Gottes Demütigungsplan:
Pharao machte Judenstämme sich untertan.
Juden mussten am Nil in Versklavung leben,
Mussten Gottes Zorn zu besänftigen streben.

Nach langer Versklavung bei den Pharaonen
Wollte Gott seine Kinder auch mal belohnen,
Ihnen vorübergehend ihre Sünden verzeihen,
Hebräer aus Not, Fron und Sklaverei befreien.

Pharao war die Sklavenbefreiung nicht recht.
Sklaven waren zum Herrschen nicht schlecht.
So brachte Gott den Ägyptern Hunger und Tod,
Bis Ramses den Hebräern die Freiheit anbot.

Schon wieder ein Gott mit Strafe und Drohen.
Was Wunder, wenn dabei Menschen verrohen.
Sanft wird kaum ein Mensch, der stets bedroht.
Er wird selbst zum Bedroher, sieht er mal rot.

Von Moses geleitet, floh das Völkchen hinfort
Durch Wüsteneien zu einem gesegneten Ort.
Je mehr das Völkchen wandernd entbehrte,
Desto mehr das den Eingottglauben aufzehrte.

Drohte Völkchen, zu Vielgötterei zu verrohen,
Konnte Moses mit Wegfall der Wunder drohen.
Wieder und wieder drohpredigte Moses ihnen:
„Nur noch dem einen Herrgott sollt ihr dienen.“

Dem Völkchen fiel dieses Eingotttum schwer.
Es mochte noch die Vielzahl der Götter so sehr.
So erstieg denn Moses allein des Gottes Berg.
Kam zurück mit umfassendem Gesetzeswerk.

Im dem ersten Gebot stand darin geschrieben:
„Neben mir sollst nicht andere Götter du lieben.“
Dem folgten neun weitere Pflichtparagraphen
Und für Regelverstoß gab es saftige Strafen.

Nur an das Gebot, Menschen nicht zu töten,
Sich auch zu halten, schien nicht vonnöten.
Das war so wohl nur unter Hebräern gemeint,
Galt grundsätzlich nicht auch noch für Feind.

Nach vielen Jahrzehnten mit blutigen Kriegen
Mit vielen Verlusten und noch mehr Siegen
Kamen die wandernden Hebräer irgendwann
Im gelobten Milch-Honig-Land Palästina an.

Dort lebten sie mal frei oder mal unterdrückt
Durch Prophezeiungen von Hoffnung beglückt,
Dass irgendwann braven Völkchen zum Lohn,
Gott würde zur Erde senden den einzigen Sohn.

An dieser Stelle wird die Geschichte dramatisch,
Weil an dem Messias Jude und Christ fanatisch
Den zentralen Religionsunterschied konstruierte,
Jahrtausende Kampf gegeneinander man führte.

War Jesus nun der Messias oder war er es nicht?
An mehrdeutiger Antwort auf die Frage zerbricht
Die gespaltene Menschheit mal wieder in Teile,
Auf dass die einen die Strafe der anderen ereile.

Wieder einmal bekam die Liebe keine Chance.
Liebe sieht nicht auf Teile, steht für das Ganze.
Wer sich von sich selbst und anderen entzweit,
Der verliert den Liebesbezug, findet nur Streit.

Jesu Geburt und Tod

Zurzeit, als die Römer heiliges Land besetzten
Und als Besatzer der Juden Stolz tief verletzten,
Da schickte sich an des Gottes Heiliger Geist
Eine Jungfrau zu schwängern, die Maria heißt.

Das glauben alle Christen weltweit beflissen.
Zweitausend Millionen werden es schon wissen.
So ist in Gefolge des Neutestaments Exegese
Noch heute gut denkbar die Parthenogenese.

Lange wurde Wissen durch Glauben ersetzt,
Wer unrecht glaubte, wurde gefoltert, verletzt.
Viele Priester bis heute hin sich nicht schämen,
Bibeltexte als wörtliche Wahrheit zu nehmen.

Entsprechend sehen sich die Kreationisten,
Als Speerspitze der bibelgläubigen Christen.
Christen, erregt euch nicht über Ignoranten,
Die Wissenschaft als Irrglaube verkannten,

Die Darwins Evolutionstheorie abschwören,
Nur noch wortwörtlich auf diese Bibel hören.
Denn die gesamte Schöpfungsgeschichte,
Sähen nur Bibelchristen im rechten Lichte,

Alles, was in der Bibel stehe, stimme genau.
Erst war Adam da, dann kam Eva als Frau.
Asexuelle Fortpflanzung, so Gott uns zeugt.
Entdecke Gott in dir. Aids ist so vorgebeugt.

Priester entgegenen: Das ist nur Metapher.
Nun gut, wenn niemand dafür bestraft wär',
Dass er oder sie anders denkt und glaubt,
Man denen nicht dafür ihr Leben mehr raubt.

Stimmen der Priester, die uns verdummen,
Wann endlich werden diese verstummen?
Man kann Worte gern als Sinnbild verstehen.
Doch wortwörtliches Dogma kann nicht gehen.

Konkretismus ist eine Geist-Seelen-Verstörung.
Ist häufig ein Merkmal bei der Schizophrenie.
Wieso bei Zweifel an Wörtlichem Empörung?
Ist das der Ausdruck kollektiver Kirchildiotie?

Wenn Buchstaben mehr Wert sind als Leben,
Kann kein Liebender den Glauben anstreben.
Eigentlich ist Liebe Grundfeste im Christentum,
Nicht ein verbiestertes Priesterrechthabertum.

Wann nur wird unterscheidend man verstehen,
Dass wir wissend und glaubend anders sehen.
Wer glauben will, soll doch - was immer - glauben,
Jedoch Wissenden nicht mehr ihr Wissen rauben.

Wer die Menschen in Glaubensfragen bekriegt,
In sich die Liebe und den Seelenfrieden besiegt.
Wenn endlich Glaubenskrieg dann gewonnen,
Ist alles, was lebenswert ist, dabei zerronnen.

Dabei stieg doch das Jesuskind nieder zur Erde,
Auf dass dauerhaft Liebe und Friede hier werde.
Wenn alle Menschen dem Wesen nach gleich,
Sei der Mächtige arm und der Liebende reich.

Liebe und Frieden wollten die Römer mitnichten.
Sie wollten nicht auf ihre Herrschaft verzichten.
Unter den Juden gab es Priester und Pharisäer.
Die waren dem Volke fern, den Römern näher.

Der Herr Jesus beging einen tödlichen Patzer:
Er muckte auf gegen Priester und die Besatzer.
Dafür und um sündige Menschheit zu befreien,
Musste Christus alle Frevel am Kreuze bereuen.

Erst gab Gott den Menschen den freien Willen,
Um dann seinen eigenen Sohn dafür zu killen.
Weil die Menschen machtgeil und unbescheiden
Musste Gott als gütiger Messias darunter leiden.

Am Drama des Schicksals erkennt man schon:
Der Mensch ist vollkommene Fehlkonstruktion.
Solchem Elend hätte Gott besser vorgebeugt,
Indem er, wie Jesus, alle Menschen gezeugt.

Christliche Mission

Nach Jesu Foltertod dem Herrgott zum Ruhm
Erschufen Petrus und Paulus das Christentum.
Gott Vater, Sohn Jesus und der Heilige Geist,
Wurden fest zu einziger Gottheit verschweißt.

Damit Christen sich untereinander erkennen,
Galt es, gleichartig glaubend sich zu bekennen.
Zugehörigkeit, so noch heutiges Verständnis,
Erfordert ein deutliches Glaubensbekenntnis.

Ich habe jugendlich das Bekenntnis mit gebetet.
Dabei schrittweise jedoch den Glauben getötet.
Je erwachsener ich wurde, je mehr ich verstand,
Je weniger mit dem Christentum mich verband.

Wie wurden die geächtet, wie waren die allein,
Die einstmals begriffen: Das darf doch nicht sein.
Die Erbsündebefreiung durch Jesu Kreuzigung,
Dabei Gläubige arm und die Kirche voll Prunk.

Durch einen Bekennerzwang wird aus Religion
Nicht ein Liebesdienst, sondern Glaubensfron.
Bis heute sich bekennende Christen drohten:
Christus richtet die Lebendigen und die Toten.

Kaum bekannten sich Christen auf der Welt,
Wurde ihnen von Herrschenden nachgestellt.
Weltmächtige Römer ehrten der Götter viele,
Gaben, die Armen beruhigend, Brot und Spiele.

Christen beteten hingegen zu nur einem Gott.
Dies Verhalten roch Cäsaren nach Komplott.
Christen warf man zum Rachegöttinnen Chor
Als eine Nahrungsergänzung den Löwen vor.

Doch der Vernichtungsfeldzug ging nicht auf.
Die Christen erhielten mehr und mehr Zulauf.
Den Unterdrückten erschien Christsein schon
Als ein allfällige Sozial- und Kulturrevolution.

Christentum war eine ausgeklügelte Sache:
Man hatte Sohn für Liebe, Vater für Rache.
Je nachdem, was opportun und was virulent,
Nahm das alte man oder das neue Testament.

Ob Auge um Auge oder Wangen-Hinhalter,
Für alles das gab es entsprechende Psalter.
Christen durften flexibel nach außen agieren,
Konnten alles gewinnen und nichts verlieren.

Aber der Römer altehrwürdige Vielgötterschar
Nicht derart konzentriert und beweglich war.
Götter wie die Römer waren häufig zerstritten.
Unter den Streitigkeiten hat ihre Macht gelitten.

In einer Götterschar wurde zu viel diskutiert,
Kein so klares Eingottregiment wurde geführt.
So entfaltete die neue Soloreligion mit der Zeit
Allzu klar staatstragende Machtüberlegenheit.

Weil Christen sich auch natürlich vermehren,
Konnten Römer sich ihrer nicht mehr erwehren.
So traten die Cäsaren zum Christentum über,
Blieben dabei am Drücker. Es war ihnen lieber.

Rom wurde Hauptstadt einer christlichen Welt.
Ab dann war um Heiden es schlecht bestellt.
Schwört ab alten Göttern von Odin bis Thor,
Sang drohend ihnen zu der Missionareschor.

Friedliche Soldatenchristen zu Gottes Ruhm
Bekämpften so das Vielgötzen germanentum.
Der Papst samt Gefolge mit Feuer und Schwert
Hat die Heiden im Norden schließlich bekehrt.

Rituale wie Sonnenwende wurden geschickt,
Zu der Feier des Heilands Geburt umgestrickt.
So haben die Missionare alte Götter vertrieben
Doch heidnischer Lichtenbaum ist geblieben.

Der Baum war ein Heiligtum bei den Kelten.
Insgeheim noch immer die Naturkräfte gelten.
Nur das Göttliche in allem ward abgemagert,
Durch Macht christlichen Papstes überlagert.

Gottes Erdstellvertreter machte sich wichtig,
Entschied im Glauben was falsch, was richtig.
Hatten die Gläubigen noch Zweifel und Fragen,
Durfte nur Papst letztgültige Antworten sagen.

Wer nicht an des Papstes Unfehlbarkeit glaubte,
Sich seiner Katholiken-Zugehörigkeit beraubte.
Oder man nahm ihm gleich komplett das Leben,
Denn Glaubensabweichung darf es nicht geben.

Wer oben war, der wusste genau, was wahr.
Wer diese Wahrheit anzweifelte, war in Gefahr.
Viel schwerer als Demut und Zweifel wog da
Machtaufrechterhaltung durch Papstdogma.

Unfehlbarkeit: Ein anmaßender Machtkomplott.
Jedermann ist fehlbar. Unfehlbar ist nur Gott.
Dass Macht und Liebe sich schwer vertragen,
Sollte deutlich an dieser Stelle man sagen.

So wurde einmal mehr zertrennt und gespalten,
Um über Gläubigenheer die Macht zu behalten.
Getrennt wurde der Mensch auch von der Natur,
Ersetzt durch einen naturfernen Gottesschwur.

Kirche muss Menschen von Natur wegführen,
Um den Glauben auf einen Gott zu zentrieren.
Doch wir Menschen sind als Wesen auch stur,
Sind kaum zu zentrieren, weil ein Teil der Natur.

Unter den Vielgötterheiden waren auch Spötter.
Sie verhöhnten Christen: „Ihr habt drei Götter:
Einen Vater nebst Sohn und dem Heiligen Geist.
Solche Dreiheit sich dann Monotheismus heißt.“

Recht hatten die Heiden, doch das war gemein.
Drei Götter durften es demnach nicht mehr sein.
Für den Papst und die Kirche verbale Kleinigkeit:
Sie verordneten dogmatisch die Dreifaltigkeit.

Sie kannten das unchristliche Hexeneinmaleins:
„Aus drei wird eins, aus eins wird dann deins.“
Zu solch heidnischem Wissen, holterdiepolter,
Kamen bösfriedliche Christen durch die Folter.

Bei bekehrten Germanen, Sachsen und Kelten,
Naturgötter klammheimlich noch weiterhin gelten.
Besonders die Frauen, die Naturkräfte kennen,
Die musste Kirche verfolgen und verbrennen.

Frauen wurde als Hexen in unserem Gottesland
Noch bis achtzehnhundertundachtzig verbrannt.
Die Kirchenväter hatten mehr dafür als dagegen,
Gaben der Grausamkeit fast immer den Segen.

So wie die Priester noch heute Panzer segnen,
Mit denen sich Soldaten im Krieg begegnen.
Priester, zeigt Christus am Kreuz nicht mehr,
Sondern gebt ihm Granaten und ein Gewehr.

Man sieht, wie manch Priester sich verrennt,
Solange man Staat von Kirche nicht trennt.
Staat halt dich da raus. Es sollen die Pfaffen,
Ihr Glaubensgeld selbst zusammen raffen.

Ansonsten sind staatsunterstützte Christen,
Ähnlich den kämpfenden Fundamentalisten.
Glaube wird leicht zum Terror über Nacht,
Solange verbündet er mit bewaffneter Macht.

Nur in wirksamer Freiheit wird Liebe gedeihen,
Bei Macht sich Mensch und Liebe entzweien.
Liebe maximieren statt missionieren mit Macht
Hätte uns als Menschheit viel weiter gebracht.

Dunkles Mittelalter

Christentum war herrschende Religion geworden
Nach vielen Kriegen und Tausenden Morden.
Bibeltext wurde herrschaftsgerecht ausgelegt,
Glaube als Einheit von Kirche und König gepflegt.

Christliche Könige riefen: „Frischauf und voran,
Wir machen Menschen samt Erde uns untertan.“
In dieser Untertanenwelt für Jahrhunderte lang,
Geist und Natur in stagnierendem Elend versank.

Christen waren dogmatisch, deshalb strohdumm,
Nahmen Denkenden jede Abweichung krumm.
Wer Dogmen anzweifelnde Fragen laut stellte,
Kirchenhörige Obrigkeit so erheblich verprellte,

Dass flugs er die Daseinsberechtigung verlor,
Falls er nicht klug genug vom Denken abschwor.
Noch heute erleiden die Menschen ein Stigma,
Jenseits vom herrschenden Denkparadigma.

Wer Erde als Scheibe sich nicht ließ verkaufen,
Scheiterte nach Inquisition auf Scheiterhaufen.
Wer die Jungfernzeugung nicht wollte glauben,
Empfing zur Bekehrung die Daumenschrauben.

Das Dogma von Mariä unbefleckter Empfängnis
Wird heute noch den Menschen zum Verhängnis.
Religionsprofessorin, die Witze darüber gerissen,
Wurde neulich vom Papst aus Amt geschmissen.

Was man aus solch aktueller Begebenheit lernt?
Das düstere Mittelalter ist so weit nicht entfernt.
Damit wir derlei Absurditäten besser verstehen,
Lasst uns noch mal zurück in dies Zeitalter gehen.

In verdunkelten Zeiten, einem Eingott zum Hohn,
Entstand neben Dreiheit aus Vater, Geist, Sohn
Eine Heerschar von Scheingöttern im Christenland.
Deren Monotheismus man nicht mehr verstand.

Der Himmel war weitgehend mit Männern besetzt.
Das hätte auf Dauer jedoch die Frauen verletzt.
So setzte man Vater, Geist, Sohn an die Seite
Noch die gütige Jungfrau Maria, die Geweihte.

Wem die Personalaufstockung genug nicht war,
Dem bot Papstes Kirche noch der Erzengel Schar.
Besonders Gottes Gegenspieler, Engel Luzifer,
Bot dank schlechtem Image der Kirche Gewähr,

Dass Bauern rechtzeitig den Zehnten bezahlten.
Künstler die Hölle im Auftrag der Kirche malten,
Womit Priester den Bauern nachhaltig drohten,
Auf dass diese nicht mehr zu Heiden verrohten.

Der gefallene Antichrist sicherte Kirchensteuer.
Bis heute heizt er das satanische Fegefeuer.
Glaubt ein Christenmensch an den Satan nicht,
Bleibt ihm immer noch Christi jüngstes Gericht.

Ganz am Ende des Neuen Testamentes steht,
Wie es am Ende der Erdzeiten so zu sich geht.
Tote und Lebende treten vor des Gottes Sohn.
Der betreibt an der Rampe dann eine Selektion.

Nach diesem Wahlmodell allein die Frommen
An Petrus vorbei in den Himmel entkommen.
Die mangels Gutgläubens nicht auserkoren,
In der Hölle in ewiger Verdammnis schmoren.

Der Staat mit den Gesetzen und mit Soldaten,
Die Kirche mit den Priestern in ihren Ornaten,
Die sorgten mit viel Drohung und Vielgötterei
Dafür, dass der Mensch ihnen Untertan sei.

Mit der Vielgötterei trieb es Kirche noch toller.
So wurde der Himmel mit den Teilgöttern voller.
Für im Innen noch heidnische Christen zuletzt
Wurden viele Naturgeister durch Heilige ersetzt.

Monotheisten

Neben den Christen gab es andere Religionen,
Wo andere Eingottwesen im Himmel wohnen.
Christliches Mittelalter wir südwärts verlassen.
Wollen kurz uns mit den Muselmanen befassen.

Zur nämlichen Zeit in fernerer Morgenlanden
Auch die Araber ihren Stammheiligen fanden.
Mohammed hieß der für sie besondere Mann,
Schuf den Koran, mit ihm auch den Ramadan.

In der Bibel wie im Koran wird vorgeschrieben:
Nur so sollst du leben und so sollst du lieben.
Und das so, dass den tiefe Furcht beschleicht,
Wer oft vom vorgeschriebenen Pfad abweicht.

Auf dass man den rechten Glauben recht führt,
Wurden Texte von den Gelehrten interpretiert.
Allah, Mohammed, Gott sowie Jesus meinen:
Nur hier darfst du lachen. Da musst du weinen.

Der Juden Jachweh sowie Christus und Allah:
Drei Eingötter stritten um die Vorherrschaft da.
Das konnten die Monotheisten nicht leiden.
Sie zogen die Schwerter aus den Scheiden.

Die Moslems bogen die Schwerter krumm,
Brachten mit Allah Juden und Christen um.
Darauf die Christen auf etlichen Kreuzzügen
Ereilten Juden und Moslems blutige Rügen.

Wenn die Juden vom einzigen Gott erzählten,
Viele Moslems im Namen Allahs sie quälten.
Kamen die fliehenden Juden ins Christenland,
Hat man gern sie mit den Ketzern verbrannt.

Christen hatten ein dickes Religionsproblem,
Was den Gierigen unter ihnen nicht angenehm.
Weil Christus einstmals die Wucherer hasste,
Ein Christ mit Geldverleih nicht sich befasste.

Für Geldgeschäft Christen die Juden brauchten,
Damit bei den Fürsten Schornsteine rauchten.
Darum fielen die Hebräer manchmal in Gnade.
Durften Synagogen bauen für die Bundeslade.

Juden wurden meist isoliert in eigenen Gassen.
Wer separiert wird, lässt leichter sich hassen.
Hass hält getrennt, doch nur die Liebe vereint.
Wer sich nicht liebt, braucht einen Außenfeind.

Kaum drohten den Christen Hunger und Pest,
Wie schnell doch Gnade die Juden verlässt.
Jude war schuld, ward beraubt und vertrieben.
Nicht viele sind dabei noch übrig geblieben.

Für Christen war erlaubt, die Juden zu hassen,
Hatten die doch den Heiland kreuzigen lassen.
Was an Vernichtung nicht schafften Christen,
Erledigten später und gründlich die Faschisten.

Wer Menschen liebt, diese niemals gettoisiert
Noch sie terrorisiert oder sie zwangsintegriert.
Wer andere liebt, erbaut Begegnungsräume,
Wo sich verweben die Menschen und Träume,

Wo sich die Menschen wahrhaftig begegnen,
Sich verstehen wollen, nicht Waffen segnen,
Wo keiner mehr leibseelisch hungert und friert,
Mit freien Gedanken nicht Anschluss verliert.

Wer die Menschen liebt, der liebt auch sich,
Lässt die Liebesbedürfnisse niemals im Stich.
Lässt von niemand sich jemals dazu zwingen,
In des Glaubens Namen wen umzubringen.

*Inwieweit darf ein Liebender wehrhaft sein?
Hier bin ich am Ende mit meinem Ethiklatein.
Wie weit erlaube ich es, mich zu beleidigen?
Wann und wie darf ich mich auch verteidigen?*

Repressionsreligion

Mensch gelangt zu schweren Gewissensnöten,
Gebietet ihm die Religion: Du sollst nicht töten!
Zugleich der Priester mit dem Weihwasserquast
Segnet Kugeln, die man den Feinden verpasst.

Mensch ist anscheinend nur, wer recht glaubt.
Allen anderen wird das Existenzrecht geraubt.
Wer die Andersgläubigen tötet im heiligen Krieg,
Wird jenseitig belohnt, ganz besonders bei Sieg.

Repressionsreligion liebt Dogmen und Gebote.
Diese durchzusetzen, riskiert man auch Tote.
Rabbiner, Ayatollah und Papst segnen Waffen,
Mit denen Gläubige mordend Frieden schaffen.

Religion vereint meist, die im Geiste gebunden.
Doch glaubensgefesselt haben wenige gefunden
Zu Frieden des Herzens und Freiheit der Seele,
Auf dass man sich selbst und andere nicht quäle.

Zu Gottes Sieg viele Religionen sich schlagen.
Selbst untereinander sie kaum sich vertragen.
Bei Christen morden Evangelen die Katholiken.
Bei Moslems morden die Sunniten die Schiiten,

Nehmen sich Glaubensabweichungen krumm
Morden sich bisweilen auch mal anders herum.
Die Orthodoxen verachten die liberalen Hebräer.
So kommt man dem Gott der Liebe nicht näher.

Katholiken mit Evangelen Abendmahl essen?
Solch ein Tun sollen tunlichst sie vergessen.
Papst mitsamt Bischöfen verhinderten zuhauf,
Dass die Christenbasis zusammen sich rauf.

Alle bekämpfen sich bis auf den heutigen Tag,
Weil einer die Dogmen des anderen nicht mag.
Vergiss den Urvater Abraham, vergiss die Liebe.
Was nachbleibt sind Bomben, Folter und Hiebe.

Weil irdisches Leben hart, doch der Freitod süß,
Bomben verstörte Moslems sich ins Paradies.
Denn hinter irdischem Leben in Edens Garten
Sexbereite Jungfrauen zuhauf auf sie warten.

Allah zur Ehre diese Selbstmörder schaffen,
Unschuldige Feinde rühmlich dahinzuraffen.
Jeder Tote bei anderen scheint wie ein Sieg.
Man kämpfe doch für Gott im Glaubenskrieg.

Dieses Juden und Christen nicht verzeihen.
Folglich sie Moslems von sich selbst befreien.
Mit Folter, Flugzeugen und anderen Waffen,
Sie Freiheit und Frieden im Orient schaffen.

So geht es Jahre bis zu der Heiligen Nacht.
Wofür hat der Heiland sein Opfer gebracht?
Damit die Menschen in Frieden sich lieben?
Wäre Jesus doch lieber am Leben geblieben,

Dann schlugen Zerrbilder nicht auf den Magen,
Von einem, für uns ans Kreuz ward geschlagen.
Glaubt ihr noch, dass Christus darauf stolz wär',
Sinnbild zu sein für Seelenbefreiung durch Folter?

Wer oder was in und um uns musste sterben,
Damit wir nicht länger die alte Erbsünde erbe?
Steht der Tod Jesu für ein Sterben des Ich?
Stirbt unser Ich, indem großer Liebe es wick?

Können wir die Erbsünde nicht so überwinden,
Indem wir unser Ich mit der Liebe verbinden?
Erbsündehörig bleiben klein wir und schwach.
Mensch, sei nicht töricht, werde mutig und wach.

Ich möchte nicht, dass mein Ich vor mir stirbt.
Weil ich-los mir das alltägliche Dasein verdirbt.
Auch auf Kreuzigungsmetaphern kann ich pfeifen.
Möchte herzlich, das Ich achtend, seelisch reifen.

Ich brauche nur Liebe, keinen drohenden Gott.
Verzichte auf den spaltenden Religionsbankrott.
Möchte dem Menschlichen näher mich bringen,
Jedoch frei von Hassen, Kämpfen und Zwingen.

Konsum und Amoral

Wird ein Glaube ersetzt durch Denkkonvention,
Tritt bald an Stelle des Glaubens weltlicher Lohn.
Glaube wird zum Zeichen, um dazu zu gehören,
Um Gemeinschaftsvorgaben nicht zu zerstören.

Wer abweicht, wird verachtet, gemobbt, gequält.
Glaube als Daseinskraft wird dabei ausgehöhlt.
Was bleibt, ist eine erstarrte Glaubensfassade.
Leben als Maskerade wird für uns öde und fade.

Woran hat der Jesus wahrscheinlich gedacht
Als am Kreuz er stöhnte: „Es ist vollbracht!“?
Sah er vor sich ein Plastikrentier mit roter Nase,
Schokoladenweihnachtsmann und Osterhase?

*Denkt ihr wirklich, ein Gott brachte Christus um,
Für Weihnacht und Ostern als Fest für Konsum?*
Doch zurück vom Karfreitag zur Heiligen Nacht,
Als der Heiland im Stall in der Krippe erwacht.

Dort die Könige Caspar, Melchior, Balthasar
Dem Christkindl brachten Geschenke sie dar.
Sie gaben ihm Weihrauch, Myrrhe und Gold.
Seid ihr sicher, dass Jesus die Dinge gewollt?

Seitdem fragen Kinder: „Wieso dem Knaben?
Fordern: „Auch wir wollen Geschenke haben!“
Durch Kitsch, Geschenke und Zwangskonsum
Ist Fest der Liebe verfremdet im Christentum.

Wie Sonnenwendfest einst nutzten die Christen
Nutzen Weihnachtsfest Marketingspezialisten:
Einzig im wirtschaftlichen Gewinnsuchtssinne
Machen Konzerne mit Jesus Riesengewinne.

Unheiliger Konsum kurbelt Marktwirtschaft an.
Geschenk bringt vervielfachter Weihnachtsmann.
Das Christkindl, Knecht Ruprecht und Nikolaus,
Tragen Jahr für Jahr mehr Wegwerfplunder aus.

Mit dem Weihnachtsmann kam auch die Moral,
Den freien Kindern zur Not, den wilden zur Qual.
Nur den Kinderlein, braven und richtig „guten“,
Droht der Weihnachtsmann nicht mit der Ruten.

Ehre Gott in der Höhe und Friede auf Erden,
Doch nur für Menschen, die guten Willens sind.
Übernimmst du nicht meinen Willen mein Kind,
Kann es mit Frieden auf Erden nichts werden.

Eltern zusammen mit dem Weihnachtsmann
Machen Kinder beschenkend, drohend untertan.
Das freut die Kirche und Wirtschaft samt Staat.
Doch für Zukunft der Menschen ist das schad'.

Liebe und Frieden können dann nur gedeihen,
Wenn sich Menschen verstehen und verzeihen,
Sich wertschätzend samt ihrer Würde achten,
Nicht nur nach unterwerfender Geste trachten.

Ein freier Eigenwille und mitfühlende Herzen
Lindern der Menschheit zahllose Schmerzen.
Für lebenskluge Menschen keine Neuigkeit:
Menschenliebe ist immer das Kind der Freiheit.

Mit befreiter Liebe überwindet man irgendwann
Sich bekämpfender Religionen Dogmenwahn.
Keiner muss sich seines Glaubens erwehren.
Jeder darf Ein-, Viel- und Nichtgötter verehren.

Borgen wir uns nicht länger fremde Wahrheit
Als Weltanschauungen oder aus den Religionen.
Erkennen wir die göttlichen Kräfte mit Klarheit,
Die stets schon jedem Menschen innewohnen.

Egal ob jemand Jude, Moslem oder Christ,
Freigeist, Schamane, Buddhist oder Taoist:
Frei jeder vom Baum der Erkenntnis genieß.
Mit Liebe erschaffen wir ein Erdenparadies.

Weihnachts(an)gebote

Nun leuchten Rentiere in Vorgärten wieder,
Aus Draht sowie Lichterschlangen gebogen.
Radios leiern erbauliche Weihnachtslieder.
Alles wirkt wie zumeist: unecht und verlogen.

Vom Fest der Liebe nur wenig man merkte,
Von Menschwerdung des Gottes als Wunder.
Rund um die Kirchen nur Weihnachtsmärkte:
Bier, Wein, Wurst und Baumschmuckplunder.

Familien entdecken neu ihren Zusammenhalt.
Man sieht sich so wenigstens einmal im Jahr.
Die Tante wirkt aber schon klapprig und alt.
Ob Weihnachten das letzte Fest mit ihr war?

Man bemüht sich um gute Miene zum Spiel.
Kummer samt Ängsten will man verstecken.
Deine Offenheit gehört nicht zum guten Stil.
Verdrängtes knistert in schummrigen Ecken.

Nur keine Kritik und keine klärenden Worte.
Ausschließlich die Harmonie ist angebracht.
Iss doch noch ein Stückchen von der Torte,
Schließlich ist nur heute eine Heilige Nacht.

Von wegen: Weihnachten als ein Liebesfest.
Liebe erwächst frei, nicht jedoch aus Zwang.
Moralismus engt uns ein. Angst hält uns fest.
In Gefangenschaft wird jedwede Liebe krank.

Lebendige Liebe wird so nicht mehr gelebt.
Sie wird nur noch verkitscht und geheuchelt.
Tür zum Herzen ist mit Tapeten überklebt.
Seelenfreude wurde grausam gemeuchelt.

Sei friedlich, auch wenn dir anders zumute.
Man begeht schließlich das Fest der Liebe.
Sei niedlich und wasch dir deine Schnute.
Wer nicht pariert, der spürt dafür Rutenhiebe.

Am Weihnachtsbaum Kringel aus Marzipan.
Alles entscheidende Frage in diesem Jahr:
Tun's Lampen oder zünden wir Kerzen an?
Wir nehmen Kerzen, weil das festlicher war.

Vor der Bescherung singen alle zusammen
Englisch Song vom Rentier mit roter Nase.
Von wem die großen Geschenke stammen?
Zu stramm unterm Bauch sitzt meine Hose.

Träge wälzt man sich von Essen zu Essen.
Verdauungsspaziergang wird jährlich kürzer.
Habe ich alle bedacht oder wen vergessen?
Waage im Bad zeigt falsch an und stört sehr.

Wie schwängerte wohl dieser heilige Geist?
Man kann mit Gedanken schwanger gehen.
Jungfrauengeburt - von der Kanzel es heißt.
Wir plappern nach, ohne recht zu verstehen.

Zur Taufe, Konfirmation und Heiligen Nacht,
Zur Hochzeit und zuletzt noch zum Sterben,
Wird Christi, der Menschen Retter, gedacht,
Auf dass Optionen nach Tod nicht verderben.

Wenn Christus richtet Lebendige und Tote,
Möchte einigermmaßen gut man abschneiden.
Wie hießen doch noch diese zehn Gebote?
Lesbische Pastorinnen kann ich nicht leiden.

Wir sollten zwar nicht andere Götter haben.
Doch nichts zählt bei uns höher als das Geld.
Je größer unter dem Christbaum die Gaben,
Desto besser ist es um unser Leben bestellt.

Der Name des Gottes wird gern missbraucht.
Dank ihm wird ein Krieg geführt und geflucht.
Fehlgläubige werden zusammengestaucht.
Die Gottlosen aber sind besonders verrucht.

Wie kann man nur auf den Gott verzichten,
Die Existenz des Göttlichen in Frage stellen?
Ungläubige sollte sogleich man vernichten,
Weil das Weihnachtsfest sie uns vergällen.

Komm mir nicht als Nichtchrist mit Geboten
Von wegen, diese gelten doch universal?
Sehe ich Ungläubige, könnte ich rot seh'n.
Wer mich in Frage stellt, wird mir zur Qual.

Was meint schon, den Feiertag zu heiligen?
Für derlei Heiligkeiten habe ich keine Zeit.
Um sich am Konsumrausch zu beteiligen,
Stehen Adventssonntage für Einkauf bereit.

Und Vater wie auch Mutter sollen wir ehren.
Schaffe das mal, wenn diese alt und dement.
Sie stören uns eher beim Vermögenvermehrten.
Seniorenilos sind für die alten Eltern patent.

Obendrein sollst du doch niemanden töten.
Vor allem nicht ohne eine Gesetzesgrundlage.
Milliarden von Hungernden in täglichen Nöten
Klammern besser wir aus bei solcher Frage.

Wir sollen auf keinen Fall die Ehe brechen,
Auf dass Erbfolge nicht durcheinander gerät.
Freiheit der Liebe war kirchlich zu rächen.
Nach Seitensprung kein Hahn mehr kräht.

Dem Gebote nach sollten wir nicht stehlen.
Doch plündern wir weiter die Erde mit aus.
Artenvielfalt wird offensichtlich nicht fehlen,
In Städten wohnend im Plattenhochhaus.

Wir sollen auch nicht falsch Zeugnis ablegen,
Also nicht tratschend Gerüchte verbreiten.
Aber im Arbeitskampf von jeden gegen jeden
Ist zu mobben beliebt in den heutigen Zeiten.

Zwei letzte Gebote den Sozialneid verhindern:
Keiner soll begehren, was der Nächste hat.
Die Frau gehört zum Vieh und zu Kindern.
Hoch lebe der Herrgott mitsamt Patriarchat.

Ein Gebot kann ganz schön ätzend sein,
Vor allem, wenn man dagegen verstößt.
Katholiken haben es diesbezüglich fein.
Sie werden leichter durch Beichte erlöst.

Schließlich klopft es an Tür oder Fenster.
Es poltert, stöhnt je nach Größe des Sacks.
Kleine Kinder wittern Spuk und Gespenster.
Weihnachtsmann hält moralische Schnacks.

Er erinnert Kinder an das vermeintlich Gute,
Liest ihnen aus dem Sündenregisterband vor,
Deutet Drohung bekräftigend auf seine Rute.
Zu all dem singt noch jubelnd der Elternchor.

Betrübte Alte erfreuen sich an Kinderaugen,
Wie diese in leichtgläubiger Unschuld glänzen.
Lebendigkeit sie oft second-hand aufsaugen.
Weil sie nicht ganz, müssen Kinder ergänzen.

Das Zwangsgebot Liebe über allem schwebt,
Wofür Christus zuletzt sein Leben verloren.
Jeder Christ eigentlich diese Liebe anstrebt,
Die zu künden Gott zur Weihnacht geboren.

Nun frage dich, ob du zur Heiligen Nacht,
Trotz Essen, Geschenk und Tannenbaum,
Jemals Liebe zu dir und zur Mitwelt bedacht.
Ich kam dazu Weihnachten selten bis kaum.

Anstatt nur Braten und Kekse zu verputzen,
Statt nur abgedroschene Lieder zu singen,
Könnten wir unser Zusammensein nutzen,
Unsere Erfahrungen mit Liebe einzubringen.

*Liebe ich nun mich oder liebe ich mich nicht?
Finde ich mich liebenswert? Bin ich geliebt?
Kann ich andere lieben, ehrlich und schlicht?
Oder glaube ich nicht, dass es Liebe noch gibt?*

Wenn Liebeserfahrung miteinander wir teilen,
In Liebe uns unterstützend zusammenhalten,
Muss niemand bei ödem Geschenke verweilen,
Glänzen auch alltags noch die Augen der Alten.

Teil 2: Spiritualität im Diesseits

Poetische Qualität menschlichen Geistes tut gut.
Ganzheit erahnend durch Tanz, Bild und Lieder,
Lassen wir alltagssprachliche Ausdrucksarmut
Zurück, finden, die Seele erahnend, uns wieder.

Es ist unser Schicksal, solange wir inkarniert,
Sind wir auch sterblich, zeiträumlich begrenzt.
Doch poetische Vorstellung in Räume entführt,
Wo Einheitserahnen uns göttergleich bekränzt.

Entweit sind durch Grenzlinien wir abgetrennt.
Uneins wirkt unsere Haut wie ein Kettenhemd.
Doch wenn Verbundenheit man in sich erkennt,
Wird Seele Begegnungsort, einend was fremd.

Heilende Worte wiederholend, Geste und Klang,
Dabei nicht folgend unterbrechendem Denken,
Aufmerksam und entspannt, befreit von Zwang
Achtsam Schritte zur Seeleneinheit wir lenken.

Grenzleistung des Leibes und sexuelle Ekstase,
Musikalische Verzückung und tiefe Meditation
Eröffnen bisweilen in uns eine Erlebensphase,
Wo Unteilbarkeit des Seins mehr als nur Illusion.

Eine Gestalt reflektiert Lichtwellen, die im Kopfe
Zu einem Bild des Menschen zusammengefügt.
Schallwellen der Seelentüre, an die ich klopfe
Dringen in mein Herz. Ohr allein nicht genügt.

Wir brauchen keinen Gott, um eins zu werden.
Wir brauchen jedoch direkten Zugang zur Liebe.
Mit Gottglauben Kontakt zu uns wir gefährden.
Als Mittler ein Gott vor unsre Liebe sich schiebe.

Das Diesseits ist unser Ort, an dem wir leben.
Jegliche Jenseitsideen sind reine Spekulation.
Warum dann ein Nachtodesjenseits anstreben?
Zu lieben gelingt uns doch auch heute schon.

Es ist menschenmöglich, zu lieben zu lernen,
Denken und Haltungen gen Liebe zu entfalten,
Das Lieblose aus unserem Alltag zu entfernen,
Bedingungen für Liebe zusammen zu gestalten.

Diesseitige Liebe lässt sich unmittelbar erfahren,
Wenn wir Zugang zu unserem Herzen gefunden,
Wir eine friedliche Haltung zueinander bewahren
Und mehr von dem tun, was uns lässt gesunden.

Zufriedenheit, Zuversicht und gelassene Freude
Sind unsere Zutaten zu einem diesseitigen Glück.
Wir entscheiden über das Morgen hier und heute
Und lassen Neubeginnend das alte Elend zurück.

Was war, ist vorbei, und was wird, ist noch nicht.
Was gerade geschieht, ist gesamte Wirklichkeit.
In konkreten Augenblick hinein das Leben bricht.
Machen wir uns jetzt hier vollends zu leben bereit.

Demütiges Erkennen

Du fragst mich, ob ich wisse, wie Leben geht,
Was man tun kann, dass man Sein versteht.
Für mich allein habe ich eine Ahnung schon.
Doch was sage ich dir als fremder Person?

Ich zögere. Meine Zweifel springen mich an:
*Ob meinen Seinsgrund ich je verstehen kann?
Darf ich denen, die um einen Rat mich fragen,
Wahrhaftig wagen, ihnen Antworten zu sagen?*

Es beginnt der zwiespaltender Gedanken Tanz:
Ist zu antworten hier möglich oder nur Arroganz?
Arrogant zu sein, meint: Ich habe keine Frage,
Vermutend, dass ich dir das Passende sage.

*Ist, auf Fragen zu antworten, überhaupt klug?
Ist zu fragen allein nicht schon Antwort genug?*
Wer auf Fragen antwortet, der frage sich hier:
Was in mir gibt eigentlich die Antworten dir?

*Bin wirklich ich höchstselbst, der in mir denkt,
Oder wird mein Gedanke mir nur geschenkt?
Wer oder was legte in mir eine geistige Spur?
Ist es meine Intuition oder Reflex der Kultur?*

*Wo verläuft meine reale personale Grenze,
Bin ich doch stets verbunden Sein in Gänze?*
Begreife ich mich als ein Teil in dem Ganzen,
Erlöschen all meine individuellen Arroganzen.

Demut ist unser Mut, Grenzen anzunehmen,
Ist die Gnade, sich derer nicht zu schämen.
Denn Grenzen sind Zonen, die uns verbinden,
Um, gut verbunden, das Grenzlose zu finden.

Allverbunden verstehe ich mehr Mal für Mal:
Etwas erkennend bin ich nur Erkenntniskanal.
Weil nach Innen reisend ich was mitgebracht,
Erlebe ich klar: Nicht ich allein habe gedacht.

Ich suche mich selbst, bin für Erkenntnis offen.
Dass ich wahrhaft mich finde, will ich hoffen.
In der kosmischen Wirkwelt erkenne nicht ich.
Eine wegweisende Inspiration beatmet mich.

Zu meinem Wesen weist, was jenseits von mir.
Nur ein Erahnen des Jenseitigen, jetzt und hier.
Den Seinsgrund kann sensiblen Sinnes ich orten,
Ihn hervorlocken mit ihm angebotenen Worten.

Nur Ideen für Antworten kann ich dir bringen,
Die vom Seelengrunde nach außen dringen.
Die Antwort jedoch musst du selbst dir geben,
Denn dein Leben ist einmalig, ist dein Leben.

Weh uns, erwächst zwingend Antwortenwollen.
Sich verschließend höre die Seele ich grollen.
Metaphern geraten schwülstig, falsch und trivial,
Worte werden verschoben, künstlich und schal.

Bedeutung klärender Begriffe erkennen

Bilde dir nicht ein, du seiest eins mit dem Bilde,
Gleich der Idee, die du vom Leben dir machst.
Allzu leicht wird ein Menschenbild zum Schilde,
Hinter dem du als Mensch kaum mehr erwachst.

Bilder können uns hilfreich sein für Übergänge,
So lange Bewusstsein noch Krücken braucht.
Doch die Dauerkrücken erzeugen geistige Enge,
Wo Neues durch Gewohntes zusammengestaucht.

Bilder rauben dem Leben die Unmittelbarkeit.
Als Medien verbinden und trennen sie zugleich.
So nutze folgende Begriffe für die Übergangszeit.
Rechtzeitig dich wieder hinaus daraus schleich'.

Nehmen wir an, fünf Bewusstseinsinstanzen -
Das Ich, Ego, Selbst, die Seele und das Sein -
Formen sich zu einem wegweisenden Ganzen.
Auf solche Sicht lasse dich vorerst einmal ein.

Das Ich

Ich gehört zu dir, seitdem du mehr als ein Jahr,
Als der Teil, den du im Spiegel von dir erkennst.
Ich als Auskunftsfunktion dir für Alltag bewahr'.
Dort ist sinnvoll, wenn du als Ich dich benennst.

Ich trennt dich sicher vom Nicht-Ich, vom Du.
Ich hält die dir Mitwelt als äußerlich vom Leib.
Ich hilft dir entscheiden: Dies lass und das tu.
Ich sagt den anderen: Ich geh' oder ich bleib'.

Ein Ich zu haben, ist erst mal nicht schlecht,
Verhindert, dass wir mit Dus verschwimmen.
Ich als Wertskizze ahnt: Dieses scheint recht.
Mit jenem scheint etwas nicht so zu stimmen.

Ich-Stärke entwickeln

Rein spirituell sollten unser Ich wir dropfen,
Auf dass das Selbst seinen Platz einnimmt.
Ich-los hier leben? Wollen die mich foppen?
Irgendwas mit Spiritualität noch nicht stimmt.

*Wenn man sein Ich wieder loslassen muss,
Wieso das Ich überhaupt dann noch stärken?
Ist mit meinem Ich letztendlich es Schluss,
Wie soll man da einen Unterschied merken?*

*Wie soll jemand denn auf sein Ich verzichten,
Der niemals ein stabiles Ich sich aufgebaut?
Was nicht da ist, ist auch nicht zu vernichten.
Mutig ist, wer sein Ich zu bewahren sich traut.*

*Wozu brauchen wir überhaupt unser starkes Ich,
Das selbstwirksam und seines Wertes bewusst?*

Du wagemutiger Mensch, wir brauchen dich
Mit klarem Verstand in einer herzlichen Brust.

Jede Revolution ist bislang daran gescheitert,
Dass Revolutionäre ihr Ich nicht gut kannten.
Sie hatten ihr Herz nicht zum Wir hin erweitert,
Steckten im engen Kampf-Ich, dem militanten.

Wahre Revolte gegen den Egoismus beginnt.
Eine selbstsüchtige Enge ist zu überwinden.
Ein Ich sich auf die Einbindung ins Wir besinnt,
Auf dass das Ich kann im Wir neu sich erfinden.

Sich zu erfinden zu einer neuen Seinsqualität,
Heißt, die Ketten einer Kultur zu zerbrechen,
In deren Mittelpunkt der Egoismus noch steht,
Wo Altruismus noch zählt zu den Schwächen.

Ein Ich, das von sich weiß, was wirklich ist,
Existenzgrundlagen im Großen Wir versteht,
Die Selbstverwirklichung im Ganzen vermisst,
Den Verlockungen der Macht eher widersteht.

Erst gestärktes Ich kann wahrhaft rebellieren,
Den zerstörenden Mächten sich widersetzen,
Kann ermutigt gewaltlose Kämpfe ausführen,
Muss nicht mit neuen Gewalttaten verletzen.

Ein Revolutionär muss menschlich bleiben,
Sonst war all sein Revoltieren vergebens.
Wenn künftig Geschichte wir neu schreiben,
Schreiben wir die Geschichten des Lebens.

Wenn ein Mensch an Todesangst erkrankt,
Könnte er seine Vergänglichkeit hassen,
Oder er erkennt, dass die Angst verlangt,
Das Leben mit beiden Händen zu fassen

Die Begegnung mit dem Nichts erzwingt
Frage von mir nach dem Sein und dem Sinn.
Die Antwort vollends ins Leben mich bringt
Als kreative Bejahung dessen, dass ich bin.

Ein stabiles Ich akzeptiert sich als beleibt,
Erlebt sich als eingebunden in diese Welt,
Erlaubt sich, dass auch zu Höherem es treibt,
Weil gänzlich es seinem Hiersein sich stellt.

Ein starkes Ich wächst an der Grenzsituation,
An Leiden und Kampf, an Schuld und Tod.
Es tritt ein in eine ehrliche Kommunikation
Über Ängste und Hoffnung in all seiner Not.

Es entscheidet sich für ein lebendiges Sein,
Um sich offen und klar einem Du zu zeigen.
Es bezieht die Bewusstseinsweiterung ein,
Um von der Angst zur Hoffnung umzusteigen.

So ein starkes Ich braucht nichts über sich,
Keinen Herrschenden und auch keinen Gott.
Ein starkes Ich unterjocht die anderen nicht,
Ist nicht mehr interessiert am Machtkomplott.

Ist unsere Menschheit samt Mitwelt bedroht,
Ist es an der Zeit, ein starkes Ich zu werden.
Klar und mutig, jedoch nicht seelisch verroht,
Um unser Leben in Liebe nicht zu gefährden.

Das Ego

Beizeiten schält sich aus Ich ein Ego heraus -
Selbstbild: gewohnheitsstabil, einstellungstarr.
Mit innerer Freiheit und freiem Fließen ist es aus.
Bild zur Rolle gerinnt: Mann, Frau, König, Narr.

Ego erhärtet dich, auf dass Charakter wird fest.
Ego-Gewissen ist sicher, was gut und schlecht.
Ego zum Experimentieren kaum Raum dir lässt.
Ego ist Maske, Fassade. Nichts an ihm ist echt.

Ego herrscht und versklavt dich zur Einseitigkeit,
Raubt dir Entscheidungsfreiheit, innere Wahl,
Ist statusverhaftet kaum mehr wandelbereit.
Unter Herrschaft des Egos wird Leben schal.

An die Stelle der Liebe tritt Macht ins Leben.
Statt Freude treten Sucht und Lust als Ersatz.
Statt zu Wahrem wir weiter zu Waren streben.
Für Freundschaft und Friedlichkeit kein Platz.

Außen scheint Leben prall, innen wird es hohl.
Krankheit als Warnsignal wird noch übersehen.
Du hast zwar alles, doch fühlst dich nicht wohl,
Du erahnst es: So kann es nicht weitergehen.

Krisen machen bereit, dich vom Ego zu lösen.
Nicht vom Ich als brauchbarer Lebensfunktion.
Doch du trennst dich vom Ego nicht im Bösen,
Entziehst Ego nur die Macht über deine Person.

Das Selbst

Unser Selbst ist der Prozess unserer Identität:
Identität als Erfahrung von ständigem Werden.
In uns selbst ein sehndes Fließen entsteht.
Steter Wandel kann uns nicht mehr gefährden.

Schrumpft das Ego, kann das Selbst gedeihen,
Kann in dem Dasein sich unser Sosein entfalten,
Müssen wir uns Statuskrücken nicht mehr leihen,
Können Leben von Schein zu Sein umgestalten.

Selbst erlaubt uns zu werden, wie wir gemeint.
Selbst ist unsere Entfaltung zum wahren Sein.
Im Selbst sind wir uns nah und mit allem vereint.
Selbst braucht nicht Macht und macht nicht klein.

Selbst ist weder starr noch stabil, ist nicht fest.
Seinssicherheit erwächst uns aus Lebensfluss.
Wer Leben gestaltet und Leben gestalten lässt,
Wird frei von Angst. Angst nährt sich vom Muss.

Im Selbstsein wird das Leben von innen her voll.
Wir nehmen hin, was geschieht, und geben uns hin.
Wir erlauben uns ein Dürfen, erlösen uns vom Soll.
Aus wachsamem Werden erwächst Lebenssinn.

Das Selbst, anfangs Bach, wird Strom und Meer,
Treibt uns dem Wesenskern, der Seele entgegen.
Demut macht bescheiden. Stille macht uns leer.
Wir erleben Selbstbezug und Sosein als Segen.

Selbst oder Ego

Selbst ist Prozess, ist ein fortwährendes Werden,
Substanzlos, wie Wasser, das wasserlos fließt.
Selbst verleiht Richtung, solange wir auf Erden,
Erschafft, was ihr sterbend als lebenswert priest.

Sind wir erst ins Herzensreich heimgekommen,
Macht uns der stete Zyklus von Tod-Leben-Tod
Nicht mehr verzweifelt, gelähmt und benommen,
Erscheint Hiersein als Chance, nicht nur als Not.

Mich ängstigt der Herzensweg, weil unbekannt.
Gleichwohl spüre ich danach ein tiefes Sehnen,
Herztüren zu finden jenseits Trieb und Verstand,
Mich allmählich an Herzenskontakt zu gewöhnen.

Sagst du manchem Mann, er sei weich und zart,
Klingt für den das wie eine Geschlechtsbedrohung.
Doch die Seele erschrickt, wenn wir rau und hart.
Preis für solch Männlichkeit ist Herzensverrohung.

Man hat mir gesagt, dass der Mann was schafft,
Wenn ein Mann einer Aufgabe voll sich verschreibt,
Wenn ein Mann im Berufsleben mit all seiner Kraft,
Auf Durchhaltspur zu ehrwürdigem Ziel verbleibt.

Ich habe über viele Jahre dies Märchen geglaubt,
Mit Verstand und Durchhalten hohe Ziele fixiert,
Habe mich meiner Intuition und Träume beraubt,
Zielstarr mein Leben vorbei am Herzen geführt.

Ich habe mich in Magie der Ich-Stärke verfangen,
Fehlglaubend, ich müsse stets Besonderes leisten,
Bin beschränkendem Ego auf den Leim gegangen.
Verstand folgt den normalen Wegen der meisten.

Verstand verweist uns auf ausgetrampelte Pfade,
Indem er vergleichend Einzigartigkeit vorgaukelt.
Auf verstandesbedrohenden Wegen, wie schade,
Wird per Normalitätsprogramm man verschaukelt.

Verstandes-Ego fühlt sich vom Herzensweg bedroht,
Suggestiert mir, dass Herzöffnung Sterben bedeutet.
Der Herzensweg erscheint so als existenzielle Not:
Hörst du, wie die Totenglocke dein Ende einläutet?

Herzenskontakt heißt nicht, Geistiges zu schmähnen
Und Irrationalität, Gefühl oder Triebe zu kultivieren.
Auf dem Wege des Herzens zum Ganzen zu gehen,
Meint, achtsam Gefühl und Verstand zu integrieren.

Im Herzenskontakt sind wir niemals einsam, allein,
Weil verbindende Liebeswellen Leiber durchwogen.
Wir können kraftvoll und freudig wie die Babys sein,
Uns heiler Zeiten erinnernd, bevor wir uns verbogen.

Liebe gibt Richtung vor, nicht die kühle Kalkulation.
Triebenergie ordnet sich ein, will der Liebe nur dienen.
Herzenskontakt ist herstellbar. Selbst ist nicht Illusion.
Es wird offensichtlich auf herzlich liebenden Mienen.

Ego-Trolle und das Selbst

Du wünschst, Ego vom Selbst zu unterscheiden
Um nicht mehr so sehr unter dem Ego zu leiden.
Wenn ich dir hier zum Ego Metaphern anbiete,
Warne ich dich zugleich: Vor Bildern dich hüte.

Stell dein Leben dir vor als ein Haus mit Türen,
Die in noch fremde Möglichkeitsräume führen.
Vor jeder Tür ist ein Wächter postiert, ein Troll,
Der Türöffnen mit allen Mitteln verhindern soll.

Trete ich nah an geschlossene Türen heran,
Dass ich die Klinke fast schon berühren kann,
Wird Wächter-Troll schrecklich finster und roh.
Angstmächtig vermutet er, dass ich ihn bedroh'.

Er beginnt zu kämpfen. Zu wissen er glaubt,
Dass mein Türöffnen die Existenz ihm raubt.
Sein Kampfziel ist, dass ich mir suggeriere:
Nicht Troll, sondern ich mein Leben verliere.

Du fragst dich: Was hat der Troll-Kram nun,
Mit Vitalität, Klarheit und Spiritualität zu tun?
Trolle alle zusammen stehen für ein starres Ich.
Wird Ego-System bedroht, so wehren sie sich.

Liebe gehört von jeher einem Größeren an.
Man sie jenseits des Egos entdecken kann.
Wer in Liebe blüht, sprengt Ego-Barrieren.
Sprengen ego-haftende Ängste verwehren.

Mensch neigt dazu, bei wichtigen Sachen
Sich Leben schwerer als nötig zu machen.
Es ist wohl der Menschen traurig Geschick,
Dass sie sich verstellen Türen zum Glück.

Nehmen wir einmal an, da gibt es Wesen,
Tun uns nicht gut, zählen nicht zu den Bösen.
Sind einfach nur in uns, wollen uns betören,
Dass wir Neues in uns im Keime zerstören.

Auch wenn du das nicht verstehen kannst:
Was ersehnt wird, macht meist Riesenangst.
Wovor schrecken häufig wir heftig zurück?
Vor Hingabe und Erfüllung, Liebe und Glück.

Ich ahne, diese Erkenntnis macht nicht froh.
Besser man weiß: Wir Menschen sind eben so.
Man kann den Zerstörmechanismus verstehen,
In Liebe bezogen auf neuen Wege zu gehen.

Sollte Treue zur Vertiefung der Liebe führen,
Müssen Mächte des Egos Treue sabotieren.
Dein Ego erzeugt Trolle, die machen dir klar:
Untreue macht geil, macht uns glücklich sogar.

Tugend und Treue: Nur für versklavte Spießler.
Beweglich und frei bleibt Mensch ein Genießer.
Willst Glücksseligkeit du vollends erhaschen,
Solltest von sehr vielen Früchten du naschen.

So wispern Trolle, sülzen und schmeicheln.
Freiheitssehnen hätscheln sie und streicheln.
Erlaubst du dir, dich von Trollen zu befreien.
Werden Ego-Trolle dir das kaum verzeihen.

*Begreifst du nun, dass die Trolle sich freuen,
Da du verängstigt bist bei heilendem Neuen?
Dir schaffst du Elend, Troll schaffst du Glück,
Weichst du vor den Möglichkeitstüren zurück.*

Beschränkst du dich auf deinen Status quo,
Bleibt dein Leben öde. Doch Trolle sind froh.
Höre genau zu, wie erleichtert der Troll kichert:
Tür ist geschlossen. Überleben ist gesichert.

Wenn du schon die Trolle entlarven kannst,
Ahnst du auch: Du bist mehr als deine Angst.
Kein Troll kann dich zu Stillstand verführen,
Hörst du auf, dich mit ihm zu identifizieren.

Hör Trollen zu, doch identifiziere dich nicht.
Du führst sonst ein Engleben voller Verzicht.
Dies hasst der Troll, nicht ertragen er kann's:
Wachheit, Verständnis, Integration, Balance.

Trolle hassen das Licht, fangen an zu grollen,
Wenn wir beide ihnen Aufmerksamkeit zollen.
Brich Schweigen, hör auf, dich zu schämen,
Da verschwiegene Troll-Worte heftig lähmen.

Nehmt diese Trolle aus eurer inneren Mitte.
Sprecht über sie wie über merkwürdige Dritte.
Wenn ihr so diese Unholde außer euch stellt,
Sie nicht länger vergiften die Beziehungswelt.

Humor ist ein Putzmittel, verleiht Leben Glanz,
Ermöglicht ein Hinschauen bei Selbstdistanz.
Eines mögen die Ego-Trolle nimmer und nie:
Man besieht sie, hört gut zu und belächelt sie.

Von begrenzendem Denken die Nase voll,
Sprecht den Lösungsspruch: Troll dich Troll.
Wenn wir Trolle nicht ängstlich an uns binden,
Nach und nach aus dem Sein sie schwinden.

Trollfreies Leben ist ein tanzendes Schweben.
Es lohnt sich, sich dem Herzen zu übergeben.
Trolle meiden das Herz, das ihnen zu warm.
Sitzen denkend im Hirn und grollend im Darm,

Denken und denken und fühlen und fühlen,
Gehirne, Bäuche durchdringend zerwühlen.
Zwischen Hirn und Bauch in des Leibes Mitte
Sitzt ein liebendes Herz, das lächelnde Dritte.

Die Liebe verbindet, doch der Ego-Troll trennt.
Unterschiede macht er zum Kampfelement.
Bevor du dich demnächst also unterscheidest,
Frage das Herz, ob du darunter nicht leidest.

Fraglich, ob wir unterscheiden hier müssen:
*Wer in dir beherrscht zurzeit dein Gewissen?
Wer zwingt, mich gegen dich zu profilieren?
Gelingt es, Interessen zusammenzuführen?*

*Was wird, da wir offen und freundlich blieben?
Wie, da wir anstatt uns zu hassen uns lieben?*
Ich bin sicher, dass solch Sichtwechsel lohnt,
Auch wenn Liebesdenken kaum wir gewohnt.

Gemeinsamkeit betonend, empfinde ich dies
Als Mangel an Intellekt und fühle mich mies.
Jahrzehntelang habe ich wie viele gedacht:
Differenziert sei, wer Differenzen ausmacht.

Träumend von Frieden unter uns, denke ich:
Das ist utopisch, illusionär, naiv und lächerlich.
Die Erde ein Gesamtorganismus? Zum Lachen,
Sich zum Sprecher für Spinnerte zu machen.

Weil Verbindendes ich abwerte, fällt mir ein:
Denker in mir wird wieder der Ego-Troll sein.
Verlasse ich Bereich akademischer Würden,
Wird Ego-Troll emsig mit Fallen und Hürden.

Ego-Trolle füttern

Meist, wenn Mensch leibseelisch verletzt,
Bleibt in ihm ein Rest von Kränkung nach.
Kränkungsrest wird mit einem Troll besetzt.
Der hält den Kränkungsschmerz in uns wach.

Die Schmerzen mutieren zu Seelenschatten.
Die Schattenwelt begrenzt Daseinsentfaltung.
Freiheit, die einst zur Verfügung wir hatten,
Gerinnt zum Charakter, zu starrer Haltung.

Charakter wird meist zu hoch eingeschätzt,
Solange zu herrschenden Normen er passt.
Man vergisst, dass er birgt, was uns verletzt.
Wer Verletzung nicht verbirgt, ist verhasst.

Es bildet sich ein geheimes Troll-Parlament.
Als ein Treffpunkt unsrer Schattengestalten
Vom prallen, lebendigen Leben es uns trennt,
Will uns unfrei, feige und schwächlich halten.

Die Trolle wählen uns beherrschendes Ich,
Dieses merkwürdige Gewohnheitswesen.
Beherrscht es uns, lässt man sich im Stich.
Getrennt von sich kann man nicht genesen.

Die Trolle warten, bis ins Leben wir treten,
Auf eine für sie günstige Eintrittsgelegenheit.
Mit einst Gekränkten sie eindringlich reden,
Damit die zur Kränkung ihrer Kinder bereit.

So werden diese Ego-Trolle weitergereicht
Von alter Generation zu neuer Generation.
Ein Troll sich erbgleich ins Leben schleicht.
Neues Leben wird belastet mit uralter Fron.

Trolle sind nicht Kobolde, nicht böse Wesen,
Auch nicht die fratzenhaften Geistergestalten.
Trolle ermöglichen uns, Schatten zu lesen.
Zerstörerisch beengten Geist sie erhalten.

Troll kann Kindheitskonflikten entspringen,
Die wir mit geliebten Menschen austragen.
Trolle mit ihren Ängsten uns niederringen,
Machen ein Grundgefühl uns von Versagen.

Ein Troll zeigt sich als Sucht nach Nikotin,
Alkohol und Drogen, Pornografie oder Geld.
Die Trolle die Vitalenergie aus uns zieh'n.
Leben in Freiheit wird durch sie verstellt.

Trolle sind Funktionen unseres Geistes,
Wurzeln in unsrer Neigung zu polarisieren.
Wahrheit meidend entweder-oder heißt es.
Durch Abspaltung wir die Ganzheit verlieren.

Trolle werden gern in die Mitwelt projiziert.
In den anderen sieht man den Spiegel-Troll.
Solange man seine Trolle nicht integriert,
Zerstören wir uns noch und leben nicht voll.

All diese Trolle sind eigentlich nur Illusion,
Sind die Erfahrungen, die uns beschränken.
Sie bleiben bei uns, solange wir uns droh'n,
Solange wir immer noch weiter uns kränken.

Auch wenn wir es nicht wahrhaben wollen,
Die Ego-Trolle gehören zu unserem Leben,
Bleiben mächtig, solange wir ihnen grollen.
Sie werden abgelehnt niemals Ruhe geben.

Angst, Zwangsideen und Suchtverhalten
Werden durch die Abtrennung dämonisiert,
Können verleugnet ihre Kraft voll entfalten.
Kein Weg vorbei an ihrer Annahme führt.

Du bist da, alte Angst. Ich will dich sehen.
Du treibst in mir ein zerstörerisches Spiel.
Ich erkenne dich, will auf Grund dir gehen.
Zeig mir, was zu ändern an meinem Profil.

*Welche Bedürfnisse habe ich nicht gelebt?
Welche Wege bin ich noch nicht gegangen,
Dass Angst noch durch das Leben schwebt,
Mich einschränkt, als wäre ich gefangen?*

*Welche Zwänge, Sehnsüchte halten fest?
Welche Hoffnung macht Sein mir schwer?
Was ist, was mich nicht still werden lässt?
Weshalb diese Angst vor allem, was leer?*

Die Trolle setzen in Leibseelen sich fest
Als Zorn, Angst, Sucht oder Unwissenheit.
Ein Troll sich nicht leicht beseitigen lässt.
Er ist mächtig schlau, uns zu narren bereit.

Verwirrung, Selbsthass, Verletztes, Verlust:
Das Treiben dieser Trolle ist vielgestaltig.
Sie treiben ins Elend, in Leid und in Frust.
Als Gewohnheiten werden sie urgewaltig.

Trolle sind das, was wir fürchten im Leben.
Unseren Weg zu uns selbst sie blockieren.
Sie hindern uns, uns über uns zu erheben,
Um Leben in Liebe und Frieden zu führen.

Der uns gängelnden Trolle geballte Kraft
Bewirkt unermessliches Leiden auf Erden.
Krieg, Hunger, arge Dummheit sie schafft,
Auf dass eher wenige glücklich hier werden.

Man kann lernen, mit Trollen umzugehen,
Sich mit Gier und Hass auseinanderzusetzen,
Die Quellen der Troll-Gewalt zu verstehen,
Um uns samt Mitwelt nicht so zu verletzen.

Es geht darum, mit Trollen zu verhandeln,
Mit Perfektionismus, Scham, Eifersucht, Wut,
Ihre destruktiven Energien umzuwandeln.
Ein weites Herz voll Mitgefühl tut Trollen gut.

Wer angenommen ist, muss nicht rebellieren,
Kann Zerstörerisches ab dann unterlassen,
Muss nicht dafür sorgen, dass wir verlieren,
Will konstruktiv lieben, nicht destruktiv hassen.

Was man nicht haben will, wird man nicht los.
Abgespaltenes kann man nicht transformieren.
Im Weghabenwollen sind die meisten groß.
Schwer fällt es, Schwieriges zu integrieren.

Versuchen wir, Ungeliebtes zu unterdrücken,
Zu bekämpfen und von uns fern zu halten,
Wird das nicht zu unserem Nutzen glücken,
Weil Trolle im Kampf ihre Kraft voll entfalten.

Ein bekämpfter Troll wird stärker und gieriger.
Im Kampf gegen können wir nicht gewinnen.
Wer sich bekämpft, macht Leben schwieriger.
Lebensfreude wird uns kämpfend zerrinnen.

Fünf Schritte zur Integration kann man gehen,
Schritte, sich mit den Trollen anzufreunden.
Ihre Bedürfnisse voll und ganz zu verstehen,
Sie aufmerksam nährend einzugemeinden.

Bevor wir mit der Troll-Integration beginnen,
Ist es gut, nach dem Sinn des Tuns zu fragen,
Uns unterstützende Motivation zu gewinnen,
Vom kleinen Ich uns ins große Wir zu wagen.

Wir atmen tief aus und ein und entspannen,
Beziehen alle Wesen in den Wandel mit ein.
Egoistisches Bedürfnis schwebt von dannen.
Was wir tun, kann zu aller Befreiung gut sein.

Der Wunsch, Lebendiges von Leid zu befrei'n,
Eigensinn und Gemeinwohl zu harmonisieren,
Lädt Liebe und Mitgefühl in unser Jetzt mit ein.
Vom Herzen her wir unser Handeln motivieren.

Schritt eins: Annehmende Wachheit

Im ersten Schritt wird man leibseelisch wach,
Hört auf damit, Leiden weghaben zu wollen.
Wir spüren in uns hinein und forschen nach:
Wo in uns mag Troll am meisten uns grollen?

Wir sind es, die uns an die Trolle klammern,
An ihnen festhalten mit Hoffnung und Angst,
Die Gewohnheiten beibehaltend bejammern.
Unser Festhalte-Ego ist, woran du erkrankst.

Wir fragen uns: *Was nutzt mich hier noch aus?
Was zehrt mich aus? Was zieht mich herunter?
Was scheint im Leben ein besonderer Graus?
Was verhindert, dass ich zufrieden und munter?*

*Welchem Troll will ich mich heute zuwenden?
Wer kommt als erster Troll mir dabei in Sinn?
Kommt: „Bloß-das-Nicht, es wird böse enden.“,
Weiß ich, dass bei dem richtigen Troll ich bin.*

*Wo im Körper genau halte den Troll ich fest?
Welche Farbe und Form? Woraus besteht er?
Ob er sich hören, schmecken, riechen lässt?
Woher kommt, wo bleibt und wohin geht er?*

Man kann nur etwas loslassen, wenn man
Begriffen, dass man sich an etwas klammert.
Loslassen kann man das Etwas nur dann,
Wenn man Verlust nicht länger bejammert.

Schritt zwei:

Der Blockierung eine Gestalt geben

Im zweiten Schritt mag blockierte Energie
Vor den Augen eine Troll-Gestalt annehmen.
Wie einst als Kind personalisieren wir sie.
Ein Bild als Kraftquelle zur Hilfe wir nehmen.

Ich weiß noch, wie Kindwelt voll Trollen war.
Überall lauerten sie zumeist bei Dunkelheit.
Seelenschmerzen wurden mir derart offenbar.
Für die anderen nur kindliche Empfindlichkeit.

Ich musste mich Trollen durch Flucht entziehen.
Bei Dämmerung fing ich zumeist an zu laufen.
Wir müssen den Trollen nicht mehr entfliehen.
Wir stellen mutig uns ihnen und verschmaufen.

Da Energien personalisiert Gestalt erhalten,
Kommen schädigende Muster mit ans Licht.
Was erkannt ist, lässt sich eher umgestalten.
Denn unsichtbare Kräfte ändert man nicht.

Ich gebe dem Leibempfinden eine Gestalt.
Es kann Tier sein, Mensch und Fabelwesen.
*Wie groß, welchen Geschlechtes und wie alt?
Wie ist es außen? Kann die Gefühle ich lesen?*

Ich nehme Augenkontakt, beachte Resonanz,
Gehe mit ihm eine fühlbare Verbindung ein.
Ich betrachte Troll von oben bis unten ganz:
Welche Besonderheit gerät in Augenschein?

Ich stelle ihn und stelle ihm meine Fragen,
Auch wenn er ausweicht oder untertaucht,
*Was willst du, brauchst du, nicht zu klagen?
Was fühlst du? Kriegst du, was gebraucht?*

Schritt drei: Einfühlen in den Troll

Wir spüren genau hin, wie er auf uns schaut,
Bevor wir den Troll auf uns antworten lassen.
Wir prüfen, ob er ehrlich ist und uns vertraut,
Oder ob er noch dazu neigt, sich anzupassen.

Was ich von dir will, ist...

Wollen und Brauchen werden unterschieden.
Wollen ist, was an der Oberfläche erscheint.
Wahres Bedürfnis wird oft wollend gemieden.
Meist ist damit ein Ersatzbedürfnis gemeint.

Was ich von dir brauche, ist...

Was man braucht, ist hinter Wollen versteckt,
Liegt, vom Troll gehütet, meist im Geheimen.
Frage nach Brauchen das Bedürfnis aufdeckt.
Die Erkenntnis, was Troll nährt, kann keimen.

Wenn ich bekomme, was ich brauche, fühle ich...

Man sieht auf das Gefühl. Wenn alles wird gut,
Erfährt man ein Bedürfnis, das unbenannt.
Genau dieses zu erspüren, erfordert Mut,
Weil uns heilende Erkenntnis oft unbekannt.

Welche Verletzung hat mich wachgerüttelt?

Was will mit meiner Existenz ich dir sagen?

Warum habe ich bisher derart dich geschüttelt?

Was hast du bisher versäumt, mich zu fragen?

Schritt vier: Troll sättigen

In einem vierten Schritt gibt mein Körper her,
Was der Troll braucht, was er lange vermisst.
Wir sättigen ihn und machen uns dabei leer,
Füttern ihn, bis dass satt und zufrieden er ist.

Sättigen wir, was uns fehlte, als wir verletzt,
Wird der Troll von Zerstörungskräften befreit.
Im Konflikt gebundene Kraft wird freigesetzt.
Gesättigter Troll wird wieder wandlungsbereit.

Wir stellen uns dabei vor, der Körper zerfließt
Zum nährenden Nektar mit guten Gefühlen,
Wie der Troll ihn sich einverleibt und genießt.
Welche Wirkung wird die Sättigung erzielen?

Energie, die noch an den Troll gebunden war,
Nimmt meist die Form von Verbündetem an.
Unterstützung und Schutz wird uns so offenbar.
Neue Form verschmilzt mit der unsrigen dann.

Wir erwecken innere Verbündete zum Leben:
Wie willst du mir helfen und mich beschützen?
Welches Heilversprechen kannst du mir geben?
Wie finde ich dich? Wie kannst du mir nützen?

Um Antworten auf diese Fragen zu erfahren,
Nehmen wir den Platz des Verbündeten ein.
Seine Energie wir in unsrem Herzen bewahren.
Es ist gut, mich sich selbst verbündet zu sein.

Schritt fünf: Ruhen in weitender Leere

Wir schmelzen weiter, weit in die Leere hinein,
Verweilen in dem Gewahrsein im fünften Schritt.
Nichts ist mehr unmöglich. Alles darf jetzt sein.
Wer heil werden will, nimmt vollständig sich mit.

Wir legen beiseite die vorangehenden Mühen,
Ruhen vollkommen entspannt im So-wie-es-Ist.
Nur die Leere zulassen. Keine Bilanz wir ziehen.
Alles ist nur so wie es ist wie es ist wie es ist...

Friede, Entspannen und unermessliche Weite:
Wir tauchen in den Raum zwischen Gedanken.
In den Raum, wo sich innerer Friede ausbreite,
Wir frei sind und unbegrenzt, ohne Schranken.

Fazit: Frieden durch Integration

Feinde zu befrieden, werden wir zu Müttern.
Statt Kampf wir einverleibend liebevoll tragen.
Unsere Trolle annehmen und zärtlich füttern,
Nicht abwehren, verjagen oder erschlagen.

Religion und Ideologie, an Kampf orientiert,
Sei es in uns oder im Wettstreit auf Erden,
Haben uns polarisierend ins Elend geführt.
Liebe und Frieden sie so lange gefährden.

Wie viele Trolle zu vernichten wir suchen:
Mehr rücken nach, nehmen Leerplatz ein.
Wie viele Terroristen wir killen, verfluchen:
Es kommen neue, die schließen die Reih'n.

Kampf und Gewalt sind untaugliche Schritte,
Menschheitsentwicklung weiter zu führen.
Entwicklungsweg weist zur Herzensmitte,
Dorthin, wo sich unsere Seelen berühren.

Um Zusammenleben wirksam zu gestalten,
Brauchen wir viel Mitgefühl und den Dialog,
Verabschieden wir die Herrschaftsgewalten,
Wodurch Menschheit um Glück sich betrog.

Trolle können sich in Beziehung einmischen.
Lass uns zusammen sie verstehend füttern.
Dann stehen sie uns bei, nicht dazwischen,
Wollen unsere Liebe nicht mehr erschüttern.

Seele ist Prozess

Wer bewusst lebt, wird selten bestreiten:
Leben ist Prozess mit wechselnden Zeiten,
Ist teilweise chaotisch, teilweise zu planen.
Manches ist überraschend, kaum zu ahnen.

Behauptet man, alles sei Prozess, mag das
Überraschen: Veränderung ohne Unterlass.
Lehnen Wandel wir ab, lügen wir uns in die
Taschen. Ein prozessloses Dasein gibt es nie.

Prozesse existieren ohne Ende und überall,
Umfassen das All von jetzt bis zum Urknall.
Sie weisen uns sogar noch darüber hinaus,
Weil nur Behauptung: Vorher war alles aus.

Dass sich alles stets wandelt, ist fast trivial,
Das in Frage stellen, steht nicht zur Wahl.
Fast jeder hält Prozesse für real existent.
Doch keiner sie misst und ihr Wesen kennt.

Prozess ist zugleich real und total abstrakt.
Prozess am geistigen Zwickel uns zwackt.
Prozesse verpackt man nirgends in Tüten,
Doch kann man täglich achtsam sie hüten.

Prozesse zu denken, ist extrem verwirrend.
Will man sie aufzeichnen, ist das beirrend,
Weil Prozesse nur im Kontext zu verstehen.
Doch Kontexte selbst sind nicht zu sehen.

Zu messen sind nur die Prozessetappen.
Ihn unterbrechend im Dunkeln wir tappen.
Ein Prozess keinesfalls zerteilen sich lässt.
Wasser ist flüssig, wird zu Eis, wenn es fest.

Prozess ist nicht Erde, Wasser, Feuer, Luft.
Substanzlos ohne Raum, Gestalt und Duft.
Ist nicht greifbar, da er fortwährend vergeht.
Niemand analysierend ihn wirklich versteht.

Prozess ist flüchtig, unfassbar wie Seelen,
Doch keiner existierte, würden sie fehlen.
Keiner hat beschrieben im Daseinsbericht:
Lebensprozess ist unwirklich, gibt es nicht.

Lebensprozess erlebt man außen und innen,
Entwickelt sich, scheidet wieder von hinnen.
Lebensprozesse wurden weit nach Urknall,
Teils zwar berechenbar, teils aber nur Zufall.

Unser Atemprozess ist einzig real im Leben,
Nur im steten Wandel kann Leben es geben.
Alles jenseits des Hier-und-Jetzt ist eher fiktiv,
An Vergangenem, Künftigem zu haften: naiv.

Seelendasein zu beweisen, ist zu vergessen.
Seele ist Basis von allen Lebensprozessen.
Leben als solches zeigt an, dass wir beseelt.
Seele verlässt Leiber, sobald Atem ihr fehlt.

Seelenkontakt

Motiv und Motor unseres Seins ist die Seele.
Häufig scheint uns, als ob die Seele uns fehle.
Obwohl in allen belebende Seele sich regt,
Bemerkt man es kaum, wie sie uns bewegt.

Den Klang der Seele kann man überhören,
Wenn Empfang laute Ego-Stimmen stören,
Solange noch nicht aufnahmebereit wir sind
Für das, was jenseits des Denkens beginnt.

Über Seelenkontakt ist schwer zu berichten.
Kontakt mit ihr wird alle Konzepte vernichten.
Seelenqualität ist nicht zu beschreiben, dort
Zählt reines Erleben ohne wertendes Wort.

In dem Seelenraum bei achtsamer Intuition,
Wirst verwoben du in ein Feld von Pulsation.
Wach für Seelenrhythmen kann es gelingen,
Dich auf die Seelenfrequenz einzuschwingen.

Stell dir vor, dass jede Seele auf der Welt
Die Schöpferkräfte des Universums enthält.
Milliarden Menschen, mit denen wir leben,
Erleben in sich ein sie schöpfendes Streben,

Jeder Mensch, Heide, Jude, Moslem, Christ,
Gigantisches, expandierendes Universum ist,
Schöpfungsergebnis und schöpfendes Licht.
Dass als Liebeserleben in Seelen sich bricht.

Wir sind aus Materie, Energie und Information,
Aktiver Teil der kosmischen Gesamtevolution.
Man kann umfassenden Erkennen sich stellen:
Allerfahrung durchdringt ständig unsere Zellen.

Jeder kommt aus dem All und ist dieses All.
Gab es den Urknall, sind wir auch der Knall.
Ahnung von vor Knall bis nach Zeugungsakt
Ist im genetischen Code der Zellen verpackt.

Billionen Zellen wissen, woher wir gekommen,
Welche Entwicklung wir bis heute genommen,
Fast alle Zellen kooperieren, ohne zu stören,
Sie wissen, was zu tun, zu wem sie gehören.

Milliarden Zellen hinter Stirn sich befinden,
Um spürdenkend uns mit Welt zu verbinden,
Uns zu vernetzen mit allen Mitweltsachen,
Leben auf Erden lebenswerter zu machen.

In den Gehirnen ein Denkwunderwerk wohnt.
Zellverbindungen von der Erde bis zum Mond.
*Warum uns mit diesen Gaben beschenken,
Wenn wir uns nur aufs Haben beschränken?*

Weiten wir Bewusstsein, stellen wir uns ein,
Auf Kontakt zur Urkraft, auf ein geistiges Sein.
Mit erdhaftendem Leib, Seele als Schwingen
Wir zum Universum des Geistes vordringen.

Seelensuche

Habe schon lange dich, meine Seele, gesucht,
Dich nicht in mir erkennend oft mich verflucht,
Seelsüchtig zweifelnd vehement dich verdrängt,
Anderem als dir mehr an Beachtung geschenkt.

Doch du, Seele, bist mir im Herzen geblieben,
Zeigtest mir auf: „Es lohnt, im Leben zu lieben.“
Hast viele Personen in mein Leben gelassen,
Mich lehrend, was denkend nicht zu erfassen.

Es gibt zu dir keine universal gültigen Wege.
Wir wandern auf eigenem schwankenden Stege.
Ich will dir, Seele, danken, die Stunden segnen,
Wenn wir einander auf Seinsstegen begegnen.

Hast auf manch Umweg mich zu dir gewiesen.
Dich, Seele, finden zu dürfen, sei gepriesen.
Es ist an der Zeit, neue Wege zu beschreiten.
Nichtsuchend mich weiter zu dir hin zu weiten.

*Wie lerne ich, meine Suchsucht zu beenden,
Scheu zu überwinden, mich dir zuzuwenden?*
Ich ahne: Dem engen Ego wird nicht passen,
Noch mehr aufs Paradoxe mich einzulassen.

Ich erahne eine Welt weit hinter allen Dingen,
Zu der niemals mit Alltagsinn wir vordringen.
Sind wir von Normalsinn uns zu lösen bereit,
Betreten wir die Bereiche der Übersinnlichkeit.

Ich erahne eine Welt weit hinter allen Worten,
Die wir mit verengtem Verstande nicht orten.
Indem wir hier total auf die Logik verzichten,
Muss das Ego nicht neue Grenzen errichten.

Ich erahne eine Welt weit hinter den Bildern,
Auf Leinwänden lässt sich die nicht schildern.
Es gibt keine Galerie zum geistigen Erbauen.
Seele zeigt sich, wenn ins Leere wir schauen.

Ich erahne eine Welt weit hinter dem Spüren.
Zu erreichen nur durch des Loslassens Türen,
Sobald voll der Hingabe man fallen sich lässt,
Sich frei fließend löst, nicht mehr haftet fest.

Weg zur Seele fließt unter Füßen uns weg.
Seele haftet weder an Sinn noch an Zweck.
Jeglicher Rückhalt wird uns weglos zersetzt.
Seelengestalt lebt stets im fließenden Jetzt.

Seele, atemlos zwischen zwei Atemzügen,
Verrückt uns in Echtwelt jenseits der Lügen,
Ist da, wenn Suchende die Suche aufgeben,
Erscheint uns, sobald wir absichtslos leben.

Seele zeigt unverhofft, dass Täuschung ist
Alles Alltagserleben, dass getrennt du bist.
Mag zwar der Alltagsverstand uns täuschen,
Im Seelenkontakt jedoch wir uns neu seh'n.

Weisheit der Seele ⁸

In materialistischer Welt ist schwer für fast jeden,
Unbefangen über Glück, Liebe, Seele zu reden.
Schnell landet man auf geistigem Abstellgleise,
Dass seriös man Seelenexistenz auch beweise.

Man dreht sich intellektualistisch im Teufelskreis:
Seelenbeweis ist unmöglich wie Gegenbeweis.
Weil Seelenexistenz nicht beweisen man kann,
Glauben wenige an Seelen, viele weniger dran.

Materialist als Empirist mit Objektivitätswahn
Hat Seele nicht gesehen, glaubt also nicht dran.
Leib wurde durchleuchtet, in Stücke geschnitten,
Seele nicht gefunden, Existenz folglich bestritten.

Was Glaubensfrage ist, deswegen eher beliebig,
Erscheint für Wissenschaft nicht sehr ergiebig.
Seelenkunde verkürzt zu Verhaltenspsychologie:
Die Erforschung des Geistigen missachtet sie.

Ihr seelenentleert scheingelehrten Psychologen:
Seelen sind nicht zu erkunden mit Fragebogen.
*Dürft ihr Themen aus Universitäten verdammen,
Die unergründbar sind mit Statistikprogrammen?*

*Ist Staatspsychologen, was innen zu finden ist,
Subjektiv eingefärbter Unberechenbarkeitsmist?
Muss Seele aus Statistikgründen verschwinden,
Weil sie nur in einzigartiger Innenwelt zu finden?*

Wo Berechenbarkeit erkenntnisleitendes Motiv,
Ist geistiger Fortschritt gefährdet, geht was schief.
Wo Forscher über Bewusstseinsgrenzen geh'n,
Bleibt Erkenntnis meist singuläres Phänomen.

Wenn Empiriker das Singuläre nicht interessiert,
Wissenschaft zu Stillstand und Rückschritt führt.
*Welcher Geist mag Standardforschende leiten,
Die nicht Fortschritt, nur Normschritt begleiten?*

Sie halten Forschungsstand für Nachwelt fest
Zurechtgestutzt auf, was berechnen sich lässt.
Wissenschaftler gefangen in Erkenntnisfalle:
Berechenbar, messbar ist meist das Triviale.

Seelenwege und tiefe Bewusstseinszustände
Man in Schriften solcher Forscher selten fände.
An herrschender Lehre allzu eng ausgerichtet,
Wird auf Bewusstseinsforschung verzichtet.

Wer meditativ klar, sensitiv ist und innig liebt,
Erfährt spürend, ahnend, dass Seelen es gibt.
*An wen wendet sich, wer das Ganze berührt,
Wer ahnt, dass Geistweitung weiter uns führt?*

Wer solches erahnt, kann zusammenfinden,
Verein zur Erforschung der Seelen gründen.
Nicht Wissenschaft abwartend, laden wir ein:
Lasst uns Forscher für Seelenweisheiten sein.

Dies sei Erkenntnisinteresse aus Philosophie:
*Was ist das mit Seelen? Wie erkenne ich sie?
Wird sich Chance für uns und Mitwelt ergeben,
Wenn in herzgegründeter Weisheit wir leben?*

In einer Weisheit, die in uns zusammenführt,
Was stets unserer Aufmerksamkeit gebührt:
Denken, Fühlen, Handeln und Leibempfinden
Gilt es, im bewussten Erleben zu verbinden.

Alle Kontexte unseres Seins wir einbeziehen.
Nicht länger realer Komplexität wir entfliehen.
Mensch und Mitwelt gehören stets zusammen,
Da wir alle demselben Ursprung entstammen.

*Gibt es den Urgrund des Sein, der uns befreit
Aus Verzweiflung, Ängsten, Sorgen und Leid?
Die Schau des Ganzen überfordert den Geist,
Der uns eher in Richtung der Teile verweist.*

Weil Ursprungsschau Bewusstsein übersteigt,
Ein enger Geist davon nicht weiß und schweigt.
Hinter diesem Geist unsere Seele aufscheint,
Die uns jenseits des Denkens mit allem vereint.

Seele ist der Ausdruck für die geistige Kraft,
Die uns Zugang zu allem Ursprung verschafft.
*Wie können wir Hürden zur Seele überwinden,
Uns klug, beseelt mit dem Ganzen verbinden?*

*Wie können Furcht und Elend wir meistern,
Uns für Seelenwege und Liebe begeistern?
Was wäre, ließen von Liebe wir uns führen?
Wohin leitet uns Seele, zu welchen Türen?*

Vielleicht gibt es Seele, vielleicht auch nicht.
Offenes Experiment hier Klärung verspricht.
Was weise Denker seit langer Zeit erdacht,
Vielleicht per Erleben auch Sinn mir macht.

Das Sein

Selbstbewusstsein überschreitet Zeit und Raum,
Verlässt Dimensionen des Alltags, Welt des Ich.
Alltag wird Illusion, zu täglich gelebtem Traum.
Befreites Selbst zum Seinsgrund hin öffnet sich.

Ich löst sich ins all-einige, ins kosmische Sein.
Bewusstsein weitet sich in das Überpersonelle.
Geist tritt in Erlebenswelt des Unsagbaren ein.
Still staunen, furchtfrei ehrend an Wortes Stelle.

Uns bleiben Metapher, Gleichnis, Bild, Traum,
Vage Ahnung vom Wichtigem weiterzugeben.
Im Klang die Stille, in Sätzen der Zwischenraum
Über wahrhaftiges Sosein uns Auskunft geben.

Augenblick, Jetztzeit wird in Ewigkeit überführt.
Paradox löst sich, Einheit wird Exklusivrealität.
Raum gemeinsamen Seins die Seele berührt.
Wir werden allgütige Liebe, die hinter uns steht.

Nutzen der Begriffsunterscheidung

Alles Behauptungen. Seit Tausenden von Jahren
Geben Weisheitslehrende ähnliche Zeugnisse ab.
Besser, des Hauch des Unendlichen zu erfahren,
Als wenn ich im Geist nichts zum Einordnen hab'.

Überrascht uns Einheitserleben beim Meditieren,
Kommt es zufällig quer, wenn man Sterben muss,
Muss man Ich-Verstand nicht dann erst verlieren,
Macht man mit Ich und Ego zuvor schon Schluss.

Wissen um Bewusstseinswelt schützt vor Wahn.
Unvorbereitet stimmt Ich-Abwesenheit nicht heiter.
Da ich, bevor ich erlebe, Auswirkung schon ahn',
Bringt das beim Wachsen zum Wesen hin weiter.

Wir dürfen auf Vorahnungen uns nicht versteifen.
Jede einzelne Person erlebt ihr Sein sehr speziell.
Berichte der Weisen ist als Hinweis zu begreifen.
Spirituelle Erfahrung ist einmalig, stets individuell.

Kosmisches Sein wartet hinter jeder Ecke auf dich.
Achtsame Liebe lässt vom Ego nur wenig entstehen.
In Momenten wilder Ekstase schwindet unser Ich.
Ohne Not kann man sich selbst entgegen gehen.

Das ewige Sein, Selbst, Seele, Ego und das Ich:
Diese Bewusstseinsinstanzen bilden Menschenbild.
Bleibst am Bilde du kleben, lässt du Leben im Stich.
Ströme wahrhaftigen Lebens fließen vorbildlos wild.

Nimm Instanzen als Leitbild, bis Ego geschrumpft,
Bis Selbst und Seele sich entfaltet und Sein erahnt.
Dass in Modellvorstellungen man nicht versumpft,
Sei die Achtsamkeit hier noch einmal angemahnt.

Geh deinen Weg, bleib im Rationalen nicht stecken.
Sein ewiges Sein erfährt Mensch nur transrational.
Es geht darum, unsere geistigen Kräfte zu wecken.
Doch wie sie erwachen, steht uns nicht zur Wahl.

Existenz-Bewusstsein entwickeln

Ich erlaube mir, mein Sein zu erschauen,
Schauend auf dunkle wie auf helle Seiten,
Mein Leben eher illusionslos aufzubauen,
Einbeziehend die Erfolge wie auch Pleiten.

Dasein ist ein klarer Zustand: Ich bin da,
Bin aufgebrochen aus Sphäre des Nichts.
Fraglich bleibt dabei: Sage ich zu mir ja,
Begebe ich mich in das Reich des Lichts.

Oder bleibe ich im Schatten meiner Nacht,
In dem noch so viele der Menschen stehen,
Verweile in all dem, was einst hergebracht,
Ohne dabei auf die Verweilfolgen zu sehen.

Wir können unser Leben auf die Art führen,
Dass wir uns fest an die Vorgaben halten,
Dabei eher vegetieren als aktiv existieren.
Oder wir können das Leben aktiv gestalten.

Wir können unser Leben lebenswert machen,
Die es zerstören, aus ihren Ämtern treiben,
Raum erschaffen für unserer Enkel Lachen,
Uns sorgen, dass wir als Menschheit bleiben.

Existieren als Ich

Zu existieren meint erst einmal: Ich existiere
Unvertretbar einmalig und nicht zu ersetzen.
Mein einzigartig besonderes Leben ich führe,
In meiner Besonderheit leicht zu verletzen.

Existieren bedeutet, in diesem Sein zu sein,
Was heißt, dass ich ich bin, nicht nicht bin.
In dieses Sein geworfen, einsam und allein,
Schafft mein Ich, mich erkennend, mir Sinn.

Zu Sein zeigt mir auf: „Mir droht das Nichts.“
Zum Werden zählt so auch das Vergehen.
Frage ist: Kann ich des Nichts angesichts
Dennoch zu mir und zum Leben stehen?

Ich bin gebunden an Zeit und an Raum.
Zu existieren ist auch immer geschichtlich,
Ist stets materiell konkret, nicht nur Traum.
Wer hier existiert, der ist niemals nichtig.

Wer existiert, der ist verurteilt zu Freiheit,
Für Existenz so verantwortlich, wie sie ist.
Sinn wächst nur handelnd zur Lebenszeit.
Wer sich Sinn nicht erschafft, ihn vermisst.

Das pure Dasein begründet unseren Wert,
Das ohne Wenn und Aber, total unbedingt.
Deshalb lebt ein Mensch zumeist verkehrt,
Der sich selbst oder andere zu Tode bringt.

Doch dieser Wert ist immer einer für mich.
Unser Leben leben wir einmalig und allein.
Ob Leben lebenswert ist, entscheide nur ich.
Das kann nie das Recht von anderen sein.

Mich sowie die anderen wir indirekt töten,
Wenn Existenzgrundlagen wir vernichten,
Wir Menschheit nicht schützen vor Nöten
Und auf die Heilung der Mitwelt verzichten.

Aus der Wahl: Mein Leben ist lebenswert,
Erkeimt für mich jeder Sinn meines Seins.
Wer sich Vernichtung des Lebens erwehrt,
Wird derart eher mit dem Lebendigen eins.

Wert entsteht und vergeht durch Handeln.
Vorab geht Entscheiden. Danach Kontrolle.
Wenn sich per Handeln die Dinge wandeln,
Frage ich wertend, ob ich das auch so wolle.

Existenz gerät uns dabei zur Verpflichtung,
Chancen unserer Wahlfreiheit zu nutzen,
Zu rebellieren gegen Mitweltvernichtung,
Gewalttaten der Weltvernichter zu trutzen.

Doch Widerstehen nicht mit Gegengewalt.
Es gilt, die Gewaltspirale zu unterbrechen.
In Utopie, in Liebe und im Wir finden wir Halt,
Nicht im Rechthaben, Hauen und Stechen.

Existieren im Wir

Evolution schafft ein Ich durch Kooperation.
Ein Ich ist nicht allein Physik und Chemie.
Das Ich entsteht durch soziale Interaktion.
Ohne den Hauch der Liebe gäbe es uns nie.

Existenz erwächst nur durch Kommunikation
Mit den anderen zugleich existierenden Ichs.
Unser Wir ist der wahre Ort der Inkarnation.
Ohne die anderen wären wir alle nichts.

Auf dass lebendiges Wir am Leben bleibt,
Wir ohne Zwänge sind und Unterdrücken,
Uns zu beständiger Entwicklung es treibt.
Nur im Aufbruch kann Leben uns glücken.

Wir begreifen uns als die lernenden Wesen
In einer Evolution als forschendes Wandeln.
Ichs samt Wir erhalten sich und genesen,
Wenn wir miteinander Werte aushandeln.

Existenz begründet derart Einsatzfreude
Für gutes Leben von Mensch und Natur.
Freude erstirbt, wenn ich Einsatz vermeide,
Dumm, selbstsüchtig, machtgierig und stur.

Eine Rettung der Mitwelt ist noch möglich,
Jedoch nur als ein aktiv uns rettendes Wir.
Diese Hoffnung aktiviere ich in mir täglich,
Wenn ich mein Leben vom Ganzen her führ.

Ein Wachstum von Weisheit ist möglich,
Weisheit ist schon bei vielen zu erleben.
Noch herrscht Engstirnigkeit vor unsäglich.
Segensreich wäre ein Weisheitserdbeben.

Vieles auf dieser Welt ist uns noch fremd.
Was uns fremd ist, muss nicht so bleiben.
Wir unterlassen, was die Neufreude hemmt,
Können so freudig am Fremden uns reiben,

Welt-Wir wächst, wenn man in sich vereint,
Was einstmals getrennt war per Empörung.
Wem diese Welt noch als fremdartig erscheint,
Ist viel eher geneigt zu Hass und Zerstörung.
Über Eigenes kann in der Regel man lachen.
Doch das Fremde verführt eher zum Hassen.
Wenn wir uns Fremdes zu Eigenem machen.
Wird uns Fremdenangst kaum mehr erfassen.

Integre Ichs schaffen gemeinsam rettendes Wir,
Ein Wir, in dem das liebende Ich ist geborgen,
Von allen geschützt, auf dass ein Leben es führ'
Im Hinblick auf lebendig gelingendes Morgen.

Ein geborgenes Freisein kann uns alle befreien
Von unsäglichem Hass, der das Leben zerstört.
An Stelle von Weltfremdheit tritt das Erfreuen,
Dass man einem Menschheits-Wir zugehört.

Wir können unseren Hass in Liebe verwandeln,
Zerstören ersetzen durch kreatives Erneuern,
Müssen die Mitwelt nicht länger verschandeln,
Indem wir lernen, uns verantwortlich zu steuern.

Wir haben unser Riesengehirn zum Denken
Haben Spiegelneuronen für unser Mitgefühl,
Müssen uns und unsere Mitwelt nicht kränken,
Können denkend beenden Vernichtungsspiel,

Müssen uns nicht im gegebenen Elend verlieren,
Uns nicht als ein Opfer der Umstände empfinden,
Wir können uns mutig Richtung Heil therapieren,
Einen Welttherapieclub mit anderen gründen.

Die Kernfrage lautet für gemeinsames Handeln:
Welche Chance hat unser kreatives Rebellieren?
Wie können wir uns samt Menschheit wandeln?
Wie verhindern wir, als Menschheit zu krepieren?

Wir stehen zusammen ein für unser aller Glück.
Gemeinsam kann kein Rückschlag uns schrecken.
Wir holen revoltierend uns unsere Würde zurück,
Wollen ein Liebessehnen nicht länger verstecken.

Existieren in Allverbundenheit

Ich erlebe mich als einen Teil dieser Welt,
Im steten Stoffwechsel mit unserer Natur,
Mitten hinein in diese Menschheit gestellt
Als Mitverwalter und Mitgestalter der Kultur.

Die Evolution des Kosmos in uns steckt,
Aus dem Prozess sind wir hervorgegangen.
Wird diese Einheit mit ihm wiederentdeckt,
Sind wir nicht mehr in Einsamkeit gefangen.

Unser Kosmos ist dynamisch und kreativ.
Wir Menschen sind mit seine höchste Blüte.
Menschen sind nicht machtgeil und primitiv,
Sind grundsätzlich fähig zu Liebe und Güte.

Das Leben hält für uns viele Wunder bereit.
Die Evolution ist noch lange nicht zu Ende.

Sie entwickelt sich weiter in Innerlichkeit
Und im Miteinander vieler Milliarden Hände.

Um unser wunderbares Sein zu erfahren,
Lasse ich mein Leben mich durchströmen,
Kann ich diese Erfahrung in mir bewahren,
Um sie als Kraftquelle für Alltag zu nehmen.

Wenn ich ein Verbundensein in mir erahne,
Zugleich meine Wahlfreiheiten entdecke,
Schützt mich dies vor dem Größenwahne
Oder vor Resignation an der anderen Ecke.

Existieren in Geistigkeit

Jeder Mensch strebt früher oder später,
Planvoll oder nur in den Grenzsituationen,
Danach, dass dieses Dasein versteht er,
Um dabei zu erfahren: Leben kann lohnen.

Sinn, Glück, Verwirklichen und Erfüllen:
Nicht nur eine schwülstige Sonntagsrede.
Diese Sehnsucht gilt es in uns zu stillen,
Ergreift beizeiten einen jeden, eine jede.

Nicht immer ist uns Bedürfnis bewusst,
Dass Sinn und Gelingen wir brauchen.
Sich zu verwirklichen, wird nicht gemusst.
Man kann ohne durchs Leben krauchen.

Ohne Liebe wird das Leben zu Überleben.
Ohne Sinn wird ein Sein zu Sinnlosigkeit.
Ohne Seele kein Zum-Herzen-hin-Streben.
Ödnis und Ängstlichkeit machen sich breit.

*Was ist für dich, für mich die Seinsqualität?
Wie wird aus einem Ich und Du ein Wir?
Was braucht es, dass man Sein versteht,
Was ist zu tun, was zu unterlassen dafür?*

Ablenkung ist nicht der Weg zum Glück:
Freizeit, Fernsehen, Fußball und Ficken.
Wir konsumieren und machen uns schick.
So wird ein Leben auf Dauer nicht glücken.

Solange ich mich hinter Aktionen verstecke,
Verstrickt in Beruf, Geld und Warenschein,
Bleibt die Lebenserfüllung auf der Strecke,
Falle ich in die Sinnlosigkeitslöcher hinein.

Ein Mensch ist sinnlich aus Fleisch und Blut.
Ein Mensch ist geistig mit denkführender Stirn.
Nur im Konkreten zu gründeln, tut nicht gut.
Dazu brauchten wir weder Kultur noch Hirn.

Ein Mensch stumpft ab, entwickelt sich kaum,
Im ständigen Hantieren mit dem Materiellen
Findet Bedenken des Lebens nicht Raum,
Entfernt sich mensch von den vitalen Quellen.

Wer nie die Wunder des Daseins erfahren,
Nie von dem Baum der Erkenntnis genascht,
Nie über Tod gesprochen in all den Jahren
Wird von der Vergänglichkeit einst überrascht.

Unser Leben wird uns nicht recht gelingen,
Wenn wir Schatten und Sterben verdrängen.
Wir müssen Leben abwehrend verbringen,
Uns ängstlich absichernd ständig beengen.

Konfrontiert mit Wahrheit der Endlichkeit,
Mit den Schrecken des unfassbaren Nichts,
Ist so jemand schwerlich zu sterben bereit
Ohne Wegweiser seines geistigen Lichts.

Menschlich ist, sich seinem Geist zu stellen,
Letzte Fragen zuzulassen zum Erdensein,
Pragmatiker womöglich dabei zu verprellen.
Erst mit dem Hinterfragen stellt Sinn sich ein.

Antworten hat kaum unser Alltagsverstand,
Meist materiell und pragmatisch allzu verkürzt.
Wir reisen suchend in ein Bewusstseinsland,
Wo Außergewöhnliches unser Dasein würzt:

Mit Trance-Trommel, Trance-Tanz und Beten,
Intensivatmen, Schweigen und Meditation,
Hellräumen und im Zengarten Unkraut jäten,
Fasten und Dichten oder Singen mit Oberton.

Nur experimentierend kann man Wege finden,
Um dem Herzen, der Seele näher zu kommen.
Engendes Wachbewusstsein zu überwinden,
Gelingt nicht nur den Mönchen und Frommen.

Sich Geistigem zu stellen, ist es nie zu spät.
Fragen keimen auf, wenn Existenz bedroht.
Antwortend erwacht in uns die Spiritualität,
Es sei denn, wir sind zu pragmatisch verroht.

Für Spiritualität braucht man keinen Gott,
Keine Religion und Glaubensgemeinschaft,
Nicht Frömmigkeit samt dem Machtkomplott,
Nur mutige Öffnung hin zur geistigen Kraft.

Spiritualität meint, sich als geistig zu sehen,
Nicht nur als Spielball äußerer Materialität.
Freiheit unseres Bewusstseins zu verstehen,
Die Menschen zumeist zur Verfügung steht.

Spirituell zu sein, meint, im Tun und im Denken
Licht- und Schattenaspekte mit einzubeziehen,
Randerscheinungen Beachtung zu schenken,
Nicht aus komplexer Verantwortung zu fliehen.

Spirituell zu sein, meint, dem Wohl allen Seins
Volle Konzentration und Energie zu schenken,
Auf Verbindung: „Wir sind im Grunde eins.“,
Statt auf das Trennende den Blick zu lenken.

Es geht um Sinn und Wert des eigenen Seins
Wie um der Menschheit in gemeinsamer Welt,
Um tiefe Erkenntnis, dass mit allem wir eins,
Und um Anforderungen, die das an uns stellt.

*Was wäre Selbstverwirklichung im Leben?
Welche Aufgaben haben dabei ich und du?
Wie kann es Menschen noch lange geben?
Was tue ich, tust du und was tun wir dazu?*

*Welche Wahrheit wirkt auf das Leben ein?
Welchen Sinn kann ich mir hier noch geben?
Was ist unsre Wahrheit hinter allem Schein?
Waltet in mir ein seelisch-göttliches Leben?*

Wirkkräfte der geistig-immateriellen Welt
Kann jede Person täglich in sich erfahren.
Wie man zu Denken und Fühlen sich stellt,
Das verändert uns merklich mit den Jahren.

Die unanschauliche Welt jenseits der Sinne
Öffnet sich uns durch Sprache und Kultur.
Mitfühlend und nachdenkend halten wir inne,
In Worten erlauschend der Bedeutung Spur.

Einsicht, Erkenntnis, Weisheit sind möglich
Wie Mitgefühl, Großzügigkeit und Toleranz.
Man kann seine Seinskultur fördern täglich,
Wird mit den Jahren eher integer und ganz,

Hat auf Macht und Gewalt keine Lust mehr,
Pfeift man zunehmend auf Status und Geld,
Wird man im Umgang mit allem bewusster:
Mit sich, mit anderen und mit unserer Welt.

Neufreude, Staunen, Ehrfurcht, Dankbarkeit,
Gefühle der allumfassenden Daseinswonne,
Machen sich so nach und nach in uns breit.
Im Herzen erstrahlt die Daseinssinnsonne.

Es erwacht die Intelligenz unserer Herzen
In Muße innerer Einkehr und bei Meditation.
Selbst im Grauen bleibt Kraft zu scherzen.
Wir lachen scheinbarem Schicksal hohn.

Wir sind nicht nur kleines, mickriges Ich,
Als ein Staubkorn im Universum verloren,
Wir sind auch Selbst, das verbindet sich,
Als Bindeglied dieser Evolution geboren.

Ahnend: Wir alle einer Quelle entstammen,
Auf ewig gehalten durch kosmisches Band,
Hält uns ein mystisches Wir zusammen,
Dass Liebe in uns allen hat eingebrannt.

Wir geben uns hin, geben uns nicht auf.
Aufrichtigkeit und Redlichkeit verpflichtet,
Begleiten wir achtsam unsren Lebenslauf.
Es wird niemand verurteilt und hingerichtet.

Gewissen gründet sich auf eigener Moral.
Schuld wird durch Verantwortung ersetzt.
Wir bestehen auf jedermanns freie Wahl,
Beachtend, dass keiner hier unnötig verletzt.

Wahrhaftigkeit gepaart mit Freundlichkeit,
Klarheit stets ergänzt durch Liebe und Güte,
Helfen Täuschungen meiden und Eitelkeit,
Bringen Mitmenschlichkeit zu voller Blüte.

Mit inneren Stimmen konstruktiv umgehen

Das Ego ist in Unterabteilungen gegliedert,
Je gegliederter, je weniger man es integriert.
Integriert wird schwer, was uns angewidert,
Doch dennoch oft früh in Kindheit passiert.

Strenges vom Vater, Wirres von der Mutter,
Stimmen sind in uns zusammengeschmissen.
Desto weniger ist das Seelenleben in Butter,
Je mehr das Ego in separate Teile zerrissen.

Die inneren Kinderstimmen, die sich wehren,
Andere Teile, die sich angstvoll anpassen.
In uns widersprüchliche Personen verkehren,
Die uns oft nicht zur Ruhe kommen lassen.

Viele innere Stimmen nur danach streben,
Sich leise bis lärmend Gehör zu verschaffen.
Die meisten davon erschweren das Leben,
Fordern Urteile uns ab, unterwerfen, raffen.

Stimmen, die beurteilenden Eltern gleichen,
Bestimmend gepaart mit Besserwisserei,
Sich identifizierend ins Leben einschleichen.
Folgt man diesen nach, ist man nicht frei.

Gestrenge Eltern in uns mit Muss und Soll.
Strafende Eltern mit dem Das-Tut-Man-Nicht.
Rebellisches Kind in uns hat die Nase voll.
Angepasstes Kind senkt brav das Gesicht.

Ein Stimmengewirr sich in uns ansammelt:
„Tu das. Lass jenes. Ich will nicht. Geh weg.“
Das Eigene in uns verwirrt eher stammelt:
„Ich blick' nicht durch, erkenn' keinen Zweck.“

Daneben Stimmen erwachsener Vernunft:
In mir herrscht ein wildes Durcheinander.
Ich bin nicht nur Opfer meiner Herkunft.
Ich entscheide mit, denn ich kann mehr.

Wo bleiben die Stimmen, die weiterführen.
Die mir den Weg in die Freiheit aufzeigen,
Von meinem ureigenen Selbst herrühren,
Sich nicht vor Scheinautoritäten verneigen.

Lange überhörte ich die leisen Zwischentöne.
Zart sich ankündigend, eher unspektakulär.
Je mehr ich mich an zarte Seiten gewöhne,
Fällt mir, auf Leises zu hören, weniger schwer.

Laut sind die Stimmen von Trotz und Zorn.
Sie behaupten, beweisen und haben Recht.
Ellbogen benutzend drängen sie nach vorn.
Doch laut ist nicht gut, leise nicht schlecht.

Liebe als Ratgeber hat meist leise Stimme.
Drängt sich nicht auf und will nicht zwingen.
Da ich auf Wogen der Allmacht schwimme,
Werden leise Stimmen nicht zu mir dringen.

Machtwille und Liebe vereinbaren sich nicht.
Machtgrölen ein Liebeswispeln überlagert.
Bei Machtkranken verliert Liebe an Gewicht,
Lange unerhört skelettähnlich abgemagert.
Doch nicht alle Ratgeber, die leise, tun gut.
Resignation meint tonlos: „Hat keinen Zweck.“
Wie Sorge und Scham raubt sie Lebensmut.
Freudiges Hoffen ziehen die drei in den Dreck.
Wenn es nicht Lautstärke ist, wie entscheiden,
Welcher Stimme ich in mir vertrauend lausche.
Erst Mal entscheide ich mich, nicht zu leiden,
Indem ich vermeintliche Dramen aufbausche.
Wie oft folgen wir inneren Stimmen, die sagen:
„Solch Elend wird dir bald noch mal passieren.“
Hochrechnend muss man nichts Neues wagen,
Auch wenn wir das Glück mit Altem riskieren.
Ich lausche auf Stimmen, die Neues erlauben,
Die nicht einschüchtern wollen und begrenzen.
Ich will nicht im Gestern gesichert verstauben,
Die Schule des Lebens nicht mehr schwänzen.
Alles Bessere ist neu. Nicht alles Neue ist gut.
Die Neugier ist nur Spielart betäubender Gier.
Gutes Altes zu bewahren, wie gut mir das tut.
Schlecht tut klammern am Alten. Ich lebe hier.
Geht es nicht um alt oder neu, laut oder leise,
An welchen Stimmen mich in mir orientieren?
Welche sind nicht altklug und wirklich weise?
Wie kann ich mich finden, wie mich verlieren?
Ist Vermeidung von Enge das Maß der Dinge?
Ich habe erlebt: Druck, Müssen macht krank.
Da ich Pflicht lösend zu Freiheit mich zwingen,
Vermeide ich Verbindung, verbindlichen Dank.
Kommt her! Ihr Stimmen dürft mich verwirren.
Ich lausche euch allen, gleichgültig und frei.
Im Sein experimentierend darf ich mich irren.
Irre ich, was macht's, experimentiere ich neu.
Lasse Stimmen in mir laut und leise singen,
Die Beine auffordernd zu fröhlichem Tanzen,
Geflügelte Herzen zum Schwingen bringen,
Empor uns tragend zum Großen und Ganzen.

Inneren Gesprächen lauschen

Ob wir allein oder in einer Gruppe sind,
Gesprächen im Team man nie entrinnt.
Was man als Mensch so denkt und tut,
Auf Zwiesprache in und um uns beruht.

Als Beziehungswesen auf Sprache gepolt,
Sind wir ständig in einem Zwiegespräch,
Wird jede Begegnung nach innen geholt,
Auch wenn ihr Verlauf unnütz und schräg.

Wir hören nur selten auf zu schwätzen,
Selbst wenn mit Worten wir uns verätzen.
Wir können lernen, uns zu frei lauschen,
Um die unnützen Stimmen auszutauschen.

Gespräche innen mit äußeren Figuren
Hinterlassen im Bewusstsein Spuren.
Reden, mit wichtigen Personen geführt,
Uns als Eigenstimmen von innen berührt.

Es redet in dir dein Vater zu dir als Kind,
Stimme selten freundlich, zumeist streng,
Doch auch kindliche Stimmen in dir sind,
Aufmüpfig bis quengelnd, ist es dir zu eng.

Jeder trägt viele Stimmen in sich. Soweit
Sind wir alle eine mehrfache Persönlichkeit.
Soll ein wenig Bewusstheit uns glücken,
Ist es gut, diese Stimmen auszudrücken.

Redet mit mir, dass ich euch zuhören kann,
Zeigt mir Sein aus eurer besonderen Sicht.

Ich entscheide mich sicher irgendwann.
Doch euer Fordern erfüllen muss ich nicht.

*Was sagst du, Strenger, mit deiner Moral?
Wogegen rebelliert Aufmüpfiger dir zur Qual?*
Gestrenghes Eltern-Ich, rebellisches Kind,
Die beiden leidbringend verflochten sind.

Bin nicht Opfer, da Stimmen sich streiten,
Muss mich nicht auf eine Seite schlagen.
Darf all meine Stimmen gelassen begleiten
Und dafür sorgen, dass sie sich vertragen.

*Was soll's, dass ihr euch fruchtlos bekämpft,
Verwirklichung der anderen Seite dämpft?
Müsst ihr euren Kleinkrieg denn ewig führen,
Oder kann ich euch irgendwie integrieren?*

*Seid ihr eigentlich an Lösungen interessiert?
Seid ihr eigene Stimmen auf meiner Seite?
Oder reicht, dass Krieg miteinander ihr führt,
Nicht nachgebend, bis alle platt und pleite?*

*Will ich mein Lebensfeld euch überlassen,
Oder darf ich Lebensziele selbst abfassen?*
Stimmen, die gehört sind, können schweigen.
Lösungen sich meist jenseits davon zeigen.

Ich habe euch zugehört. Nun schweigt still!
Weiterhelfen habt ihr nicht wirklich können.
Mein Selbst ab jetzt Lösungen suchen will,
Denn ich will den inneren Frieden mir gönnen.

Hinter dem Vielstimmengebrabbel des Ich
Öffnen sich Türen: Mein Selbst zeigt sich.
Das Verinnerlichte wird nach außen geführt.
Im Selbstausdruck wird Befreiung gespürt.

Wenn ermutigt der Sinn mir danach steht,
Bleibe ich nicht in inneren Stimmen hängen,
Teile ich mit dir, wie es wahrhaftig mir geht,
Darf Behütetes endlich nach außen drängen.

Wenn wir statt mit uns mit Freunden reden,
Müssen wir innen uns nicht länger befehlen.
Auch wenn Gespräch außen mal nicht glückt,
Bin ich doch innen nicht so einsam verrückt.

Drei Kinder in uns

Was wir erlebt haben, geht nicht verloren,
Verliert an Bedeutung oder wird verdrängt.
Vergangenes wird jeden Tag neu geboren.
Ein unklares Gestern in Zwänge uns zwingt.

Das Vergangene ist niemals ganz vorbei.
Als Erinnerung bestimmt es mit unser Leben.
Wir werden von trübem Vergangenem frei,
Wenn wir ihm bewusst neuen Wert vergeben.

Drei Kinder haben wir meist in uns vereint:
Eins frei, ein rebellisch und eins angepasst.
Unter Druck eins schreit, das andere weint.
Doch freies Kind in uns bei Druck erblasst.

Freies Kind will Leben probeweise erspielen.
Will Möglichkeiten, Grenzen selbst ausloten,
Hütet sich vor Sollen, Müssen, starren Zielen,
Lebt jenseits von Tabu, Moral und Verboten.

Ein freies Kind lässt zu, erlaubt und bejaht,
Mag nicht Enge, Zwänge noch Hierarchie,
Versteckt sich, wenn ihm Feindseliges naht.
Fühlt es sich nicht wohl, zeigt es sich nie.

Das rebellische Kind ist chronisch vertrotzt.
Hat ein Abonnement auf Dauerrebellion.
Es grenzt sich ab, es streitet und es motzt.
Wer harmonisch ist, erntet Geifer und Hohn.

Rebellisches Kind Ordnung und Regeln hasst.
Alles Normierte zwingt: Du musst rebellieren.
Fremd bis feind ist, wer brav und angepasst.
Dagegen muss man Vernichtungskrieg führen.

Heimlich, fast unheimlich, ist da ein Sehnen,
Irgendwie einfach auch dazu zu gehören,
Bedingungslos anerkannt gerade von denen,
Die an seinen Aufmüpfigkeiten sich stören.

Doch rebellische Kinder stehen unter Zwang:
Konfliktauge hellwach, Harmonieauge blind.
Dieser innere Kampf währt ein Leben lang,
Es sei denn, man heilt sein inneres Kind.

Angepasstes Kind darf nicht öffentlich hassen,
Ist fortwährend nur artig, lieb, bieder und brav.
Muss bei vielen Konflikten als unfähig passen.
Ist Wolf unter Wölfen, unter Schafen ein Schaf.

Angepasstes Kind mag die Obrigkeitsmeinung.
Uneingeschränkt gilt, was Autoritäten so sagen.
Es gibt seine Einstellung niemals allein kund,
Muss erst die Eltern oder Vorgesetzte fragen.

Angefüllt mit fremden Glauben und Geboten,
Erkennt es häufig nicht, wer es selber ist,
Kann kaum sein eigenes Wollen ausloten,
Angefüllt mit der anderen Zwänge und Mist.

Doch wehe, andere kratzen an der Autorität,
Die Einfluss aufs Leben des Kindes nahm.
Das ist Frevel, Ketzerei und fehlende Pietät.
Dann bleibt Kind nicht harmlos und zahm.

Übernimmt die Muster, unter denen es litt,
Gleicht Peinigern, die es gewaltsam formten,
Verfolgt die Frevler auf Schritt und mit Tritt.
Wehe dem, der abweicht vom Genormten.

Drei Kinder leben, ach, in meiner Brust.
Sie alle brauchen von mir achtsame Liebe.
Ich nehme sie an, mache sie mir bewusst,
Bevor ich sie sanft in Herzraum verschiebe.

Im Herzen heilen Wunden und Schrammen.
Angepasstes wird frei, rebellisches weich.
Drei wachsen zu einem Kind zusammen:
Zum freien Kind: spontan, sanft und reich.

Erfahrungen und Erwartungen klären

Selbstwertverlust hat es mir eingebracht,
Dass Elternstimmen im Sein rumpfuschen.
Darum bringe ich mich selbst an die Macht,
Um nicht länger vor Autoritäten zu kuschen.

Macht meint, ich mache mir Möglichkeit klar,
Selbstwirksam ins Leben mit einzugreifen,
Bleibe mir zugleich meiner Grenzen gewahr,
Ohne Ohnmacht und Größenwahn zu reifen.

Um Macht zu ergreifen, muss ich erkennen,
Wer mich in mir noch so ohnmächtig hält.
Welcher Macht-Dämon ist zu benennen,
Der mir freies, freudiges Hiersein vergällt?

Innere Eltern mit ihren Miesmacherseiten
Meist unerkant in mir ihr Unwesen treiben.
Auf deren Konto gehen Beziehungspleiten.
Doch wer in mir ist, muss da nicht bleiben.

Seelenfremdkörper sind nicht zu ertragen,
Die urteilen, verbieten, pöbeln und motzen.
Aus Seelenleben dürfen wir sie verjagen,
Sie ausladen, vertreiben, sogar auskotzen.

Fremdes vom Eigenen zu unterscheiden,
Erfordert von uns kritische Selbstdistanz:
Was zerteilt mich, lässt mich eher leiden?
Was heilt mich, macht mich endlich ganz?

Das Damals vom Heute klar zu trennen,
Setzt erwachsene Möglichkeit in uns frei.
Was Kind erlitt, sollten wir lassen können:
„Dass allein ich dich ließ, Kind, ist vorbei.“

Beziehungsfähigkeit wird eher gelingen,
Wenn wir das, was schmerzte, betrachten,
Durch Abwehrschicht zum Kern vordringen,
Verletztes Kind in uns endlich beachten.

Wir dürfen Vergangenheit neu definieren:
Sie wirkte auf uns ein. Doch ist sie vorbei.
Wir müssen uns nicht in Kindheit verlieren.
Jeden Tag gestalten Lebensteile wir neu.

Wir dürfen uns endlich Freiheit erlauben,
Dürfen aussortieren, das Bessere wählen.
Was abwertet, müssen wir nicht glauben.
Wer gequält wurde, muss keinen quälen.

Zum Glück hat jeder Mensch Eigenanteil,
Einen Raum in sich, um Neues zu wagen.
Fraglich ist: Wie sehr sind seelisch wir heil,
Dass Neuangst lässt uns nicht verzagen?

Neuangst uns auf unsere Herkunft fixiert.
Wenig Eigenes ist in Traditionen zu finden.
Heilendes zumeist experimentell passiert
Im Versuch, Wert in uns selbst zu gründen.

Nur so wächst tragendes Selbstwertgefühl.
Wir können uns selbst in die Augen schauen.
Wir sind uns nicht lästig, zu fordernd, zu viel.
Wir nehmen uns an samt Selbst-Vertrauen.

Selten wird sorgsam geklärt, wie zu leben:
„Wer hilft mir, wer ich sein will, zu werden?
Welche Fähigkeit gilt es noch anzustreben,
Um Eigenes in meinem Hiersein zu erden?“

Wer könnte wahrhaftiger Partner mir sein,
Um Herkunftsgrenzen zu überschreiten?
Lassen wir verbindlich aufeinander uns ein,
Was haben wir dafür noch aufzubereiten?“

Falsche Vertrautheit gilt es zu hinterfragen,
Störende Fremdheit gilt es zu überwinden.
Um ein ehrliches Ja zueinander zu sagen,
Muss jeder von beiden sich selber finden:

„Wer bin ich für mich? Wer bin ich für dich?
Ich möchte dir Partner, nicht Eltern sein.
Wie lasse ich inneres Kind nicht im Stich?
Wie lasse vertrauend ich mich auf dich ein?“

Was an Erfahrungen könnte uns lähmen?
Womit sollten wir uns achtsam befassen?
Was können aus Kindheit wir übernehmen?
Was sollten wir eher im Damals belassen?

Das gebe ich dir, Vater, endlich wieder.
Was mich beengt, brauche ich nicht mehr.
Das von dir Mutter, macht mich zu bieder.
Zurück damit, denn ich mag Wildheit sehr.“

Beschränkende Sprüche sind zu benennen:
„Kind füge dich! Reiß dich mal zusammen!“
Sich zu finden, verlangt auch, sich zu trennen
Von jenen, von denen Weisungen stammen:

„Sei nur so! Sei auf keinen Fall, wie du bist!
Sei ja tapfer, sonst wirst du allein gelassen!“
Was Eltern nicht gefällt, scheint großer Mist:
„Du bist ein Versager! Das ist nicht zu fassen!“

Was herkunftshalber geboten oder verboten -
Einschärfung, Urteil, Gesetz, Regel, Tabu -,
Ist für sich und gemeinschaftlich auszuloten:
„Was übernehmen? Was trifft nicht mehr zu?“

Es hilft, sich rituell von Einschärfung zu lösen,
Denn die betraf erstmals das magische Kind.
Wer Regeln nicht einhielt, gehörte zu Bösen.
Für Seelenmisshandlung sind Eltern oft blind.

Was wir meist lernen müssen ist, endlich loyal
Mit vernachlässigten Kind in uns zu werden.
Worunter unsere Eltern litten, ist erst mal egal,
Wenn sie verstehend Loyalität wir gefährden.

Es geht erst einmal um klare Parteilichkeit:
„Kind, ich bin voll und ganz auf deiner Seite.
Ich mache mein Herz für dein Leiden weit,
Erleide mit dir Schmerzen der Liebes-Pleite.“

Kind gehört zu uns, Eltern jedoch nach außen.
Wir stehen für Kind in uns gerade, nicht krumm.
Kinder zu unterdrücken: nicht zum Aussteh'n.
Erlebte Wertskala drehen wir anders herum.

Unsere Werte sind: „Jedes Kind ist zu schätzen.
Keiner schlägt es mehr mit Worten und Taten.
Keiner darf das Kind in mir grausam verletzen.
Ich werde es beschützen, nie mehr verraten.“

Getrenntsein oder Verbundenheit

Wir können auf zwei Arten Welt betrachten:
Verbindendes oder uns Trennendes beachten.
Je nachdem, in welche Sichtweise ich gerate,
Zeigt Leben recht unterschiedliche Resultate.

Ändern können wir wenig am äußeren Leben.
Doch sind wir frei, welchen Sinn wir was geben.
Wir sind nicht Opfer von Gefühl und Gedanken.
Was uns nicht gut tut, weisen wir in Schranken.

In Einsamkeit erscheint uns, wir seien allein,
Reden wir existenzielles Getrenntsein uns ein.
Wer derart getrennt ist, sieht wirksame Wahl,
Durch Freitod zu beenden Einsamkeitsqual.

Getrennt wir auf Bindungschancen verzichten,
Zugehörigkeitssehnsüchte in uns vernichten.
Was Wunder, dass so viele zugrunde gehen,
Wenn Verbindung im Grunde nicht zu sehen?

Person im Wahne sich als Individuum wähnt,
Zugleich nach verbindender Liebe sich sehnt.
So haben Personen ihr Gespür dafür verloren,
Dass wir als Sozialwesen in Mitwelt geboren,

Weil aus Vereinung von Zweien entstanden,
Ohne Zuneigung anderer niemand vorhanden,
Dass jeder weit vor seinem ersten Atemzug
Atmosphäre in Lunge und Blut mit sich trug.

Knochen, Organe, unser Blut und die Haut,
Sind aus reichen Vorräten der Erde gebaut.
Klar sind wir ein verbundener Teil der Natur.
Vom Getrenntsein dies spürend keine Spur.

Wir sind sozial nicht nur Produkt von Zweien,
Auch vereint in schier endlosen Ahnenreihen,
Sind Teil der Gesellschaft, vernetzt in Kultur.
Dennoch Individualkult. Wie kommt das nur?

Wieso kann man so mit allem verbunden sein
Und redet Gefühle des Getrenntseins sich ein?
Wieso glaubt man daran, man sei meist isoliert,
Obwohl in Allverbundenheit das Dasein geführt?

Lasst uns mit Illusion von Trennung brechen.
Täuschung wird sich als Enttäuschung rächen.
Liebenden Zugang zur Mitwelt ist zu finden,
Wenn wir uns mit ihr vom Herz her verbinden.

Wenn Bindung spürend aufs Ganze wir sehen,
Wir Einzelnes als Teil des Ganzen erschauen,
Ist Verbindungswirklichkeit als real zu verstehen,
Ist ein glückendes Leben in Liebe aufzubauen,

Je mehr wir Verbundenheit spüren und wissen,
Je mehr zeigt sich, wie wir umschalten müssen.
Da wir Teilhabe am Großen und Ganzen spüren,
Können Leben wir in liebender Hingabe führen.

Heil oder getrennt

Erdinkarniert zerfällt der Mensch in zwei Teile:
In einen lebenden und in einen geistigen Teil.
Wenn einseitig im lebenden Teil ich verweile,
Bin scheinbar ich sicher, doch bin ich nicht heil.

Sicherheit trägt. Lebend zu sein, ist zwar real,
Doch dann ist real auch all unsere Einsamkeit.
Mich so verloren zu geben, scheint mir Qual.
Zum Selbstquälen bin ich nicht länger bereit.

Heil sein meint Ganzsein, nicht nur leibgesund.
Heilen meint wesentlich, seelisch zu gesunden.
Erst im Gesamtkontakt wird Daseinssinn rund.
Heil meint, man hat heim zum Ganzen gefunden.

Heil in mir ist dauerhaft nur ganzheitliche Seele,
Die uns nach innen hin zum Unendlichen weist.
Solange ich Innenanteil mir noch nicht zuzähle,
Bin ich heimatlos, als wäre ich dauernd verreist.

Seele ist ruhige Gewissheit, dass alles vereint,
Getrenntsein ein zäh an uns haftender Traum.
Wir sind in Wahrheit gesamtbezogen gemeint
Auf Suche nach Sein in der Zeit und im Raum.

Zwietracht samt Zwiespalt lässt uns verkommen.
Wir sehnen nach Eintracht uns und Harmonie.
Die wurden im Sein uns scheinbar genommen.
Doch als Sehnsucht nach Frieden blieben sie.

Geboren fallen wir in eine Welt voller Dualität,
Haben wir anschauend täuschen uns lassen.
Was uns scheinbar im Leben entgegen steht,
Sind meist wir selbst, was schwer zu erfassen.

Wir spiegeln uns selbst in den anderen wider.
Beurteilung des Seienden Dasein konstruiert.
Ob du mir sympathisch bist oder aber zuwider,
Zu weitgehend anderer Wahrnehmung führt.

Die Urteile sind es, die unsere Welt aufspalten,
In schlecht oder in gut, in falsch oder in richtig.
Eine Person wird zu dem, was wir von ihr halten.
Wer sie wirklich ist, ist dann nicht mehr wichtig.

Der Verstand sagt uns, auf Urteil zu verzichten,
Sei Unsinn, denn Werten sei überlebenswichtig.
Werteten wir nicht, könnten uns Gifte vernichten.
Lieber lebe ich, als dass auf Werten verzicht' ich.

Indem zu werten und zu urteilen gleichgesetzt,
Wird jeder Verzicht auf Urteil als dumm entlarvt.
Lieber werden andere durch mein Urteil verletzt,
Als dass wie naiv ich erscheine und unbedarft.

Ein Ego kennt die Wissenschaftsargumentation
Und bedient sich geschickt der logischen Finten.
Überleben ist nur archaische Ausnahmesituation.
Auf Seelenwegen schaue nicht nur nach hinten.

Heilsames entwickeln

Wir haben die Macht, die Welt mit zu wandeln.
Teileinfluss auf Mitwelt hat nahezu jede Person.
Welche Werte leiten unser tägliches Handeln?
Transzendenz erlaubend, wird Sinn unser Lohn.

Was ist, ist oft entschieden, muss nicht bleiben.
Wir betreten freie Räume neuer Möglichkeiten.
Lebenstraum wir täglich konkreter beschreiben,
Ihnen Chance zur Verwirklichung so zu bereiten.

Je nachdem, welchem Tun Bedeutung wir geben,
Je nachdem, worauf wir im Hiersein schauen,
Wandelt sich zum Guten und Sinnhaften Leben
Oder mehren sich Ängste und tiefes Misstrauen.

Was schön und heilsam ist, das will ich genießen.
Was lässt mein Herz höher hüpfen vor Freude?
Aus welchen Heilquellen kann Glück ersprießen?
Wem wende ich mich zu, dass ich weniger leide?

Bin ich offen dafür, mich der Schönheit zu stellen,
Sie mit dankbaren Sinnen in mich aufzunehmen?
Sind Kräfte in mir mächtig, die Freude verprellen,
Mich auf Pfad zum Leben im Schönen lähmen?

Kann ich mir wirklich gestatten, glücklich zu sein,
Liebe, Freude und Genuss hier voll zuzulassen?
Oder schlagen auf mich die inneren Stimmen ein,
Die das Glück mir vergraulen, die Freude hassen?

Fällt es mir ein und leicht, täglich dankbar zu sein?
Kann ich, was gut lief, auch ehren und schätzen?
Komme ich immer häufiger mit mir darin überein,
Heilsames zu wählen, statt mich streng zu verletzen?

Dankbar sein meint, Glück und Geglücktes zu ehren,
Jeden Tag, der gut lief, mit Dank zu beschließen,
Die Chancen zu Dank zu fördern und zu mehren,
Das Heile und Schöne anerkennend zu genießen.

Wer dankbar ist, muss seltener fordern und bitten,
Ist meist mit kleinem zufrieden, oft einverstanden.
Mehr Freude kommt auf. Es wird weniger gelitten.
An Erwartungsküsten muss man nicht stranden.

Wir gehen davon aus, dass Gutes erreichbar ist,
Geben nicht leicht auf, lassen Hoffen nicht sausen.
Wir bleiben trotz Widrigkeit aktiv tätiger Optimist,
Halten Runterziehendes fern, lassen es draußen.

Voller Hoffnung, erwachsen, realistisch zugleich
Beachten wir sinnvolles Handlungsgeschehen.
Wer Heilendes herbeiführt, wird seelisch reich,
Wir leichter Weg in Richtung Erfüllung gehen.

Optimismus ist unser Mut, nicht zu verzagen,
Sind Bedingungen für Gutwerden nicht optimal.
Geht es der Zuversicht auch mal an den Kragen:
Wir bleiben bei Menschlichkeit, haben die Wahl.

Humor ist Fähigkeit, sich von sich zu distanzieren,
Nicht mit seinem Handeln total zu verschmelzen,
Seine Werte im Alltagstrott nicht ganz zu verlieren,
Sich weder als Versagende noch Helden zu seh'n.

Über unsere Eigenarten können, mögen wir lachen.
Wir sind nicht nur beseelt von einem bitterem Ernst.
Wir veralbern Gewohnheit, lassen Scharte krachen.
Das Wichtigste ist, dass du Lebendigkeit lernst.

Rückfall in Reaktionsmuster aus der Kinderzeit,
Sich dabei aufregen über alberne Nichtigkeiten.
Lachen, verlieren wir uns wieder in Selbstmitleid.
Humor hebt uns leicht über Pannen und Pleiten.

Kein Tarot-Legen, kein Pendeln, keine Astrologie:
Auf Konsumesoterik wird verzichtet und gepiffen.
Spiritualität erwirbt man auf solch Wegen fast nie.
Spirituell sein meint: Geisteswelt hat mich ergriffen.

Die Frage heißt: Gibt es einen uns tragenden Sinn,
Mit dem wir unser Dasein zum Seinsfest erheben?
Was ermöglicht mir innerlich, dass ich gern hier bin?
Wie kann erfüllt ein gelingendes Leben ich leben?

Spiritualität ist Offenheit für das Transpersonale:
Wir sind Teil der Menschheit und kosmischer Natur.
Wir sind die Flechten auf Fels, im Meere die Wale,
Verbunden mit allem, sind wir Liebe auf der Spur.

Heilendes und Heiliges

Wer heilen will, begreife sich als Teil des Ganzen.
Rein äußerlich sind Menschen isoliert und getrennt.
Ängstlich wir uns hinter Getrenntsein verschanzen.
Lebensglück durch Erfüllung vorbei an uns rennt.

Weltliches und Heiliges gehören stets zusammen.
Wer heilt und gesundet, wird eher heilig und ganz.
Gesundung scheint uns selbst zu entstammen,
Nicht Tabletten, Ärzten oder äußerem Firlefanz.

Heiliges zeigt sich in den Erfahrungen von Einheit.
Wenn Bewusstsein ins Außergewöhnliche verrückt,
Wachsen wir weit hinaus über beengte Kleinheit,
Von Leuchtkraft des Seins nachdrücklich entzückt.

Ganzes, Schöpfung und Einssein treten anstelle
Des Erlebens von Getrenntsein und Einsamkeit,
Werden poetisches Symbol für unsere Quelle,
Aus der wir schöpfen das Wasser der Ewigkeit.

Heiliges liegt jenseits von Anfang und Ende.
Kontakt mit ihm verweist auf, wie wir gemeint.
Wenn Mensch sonst keinen Trost mehr fände,
Tröstet Erkenntnis, dass wir im Grunde vereint.

Heiliges in und um uns zeigt auf, was wichtig,
Wandelt unklares Sehnen in klares Verbinden,
Gibt Orientierung, was uns falsch oder richtig,
Unterstützt, zum Kern des Wesens zu finden.

Heiliges wird uns zu Wegweiser durchs Leben,
Hilft, Mitwelt, die wir beleben, wertzuschätzen,
Hilft, Aufgabe zu finden, der wir uns hingeben,
Hilft, Freunde zu entdecken, uns zu vernetzen.

Heiliges ist nicht mehr Privileg von Religion.
Religion will Heiliges und Alltägliches spalten.
Statt Ganzes zu schauen, war Dogma schon
An dessen Stelle getreten, uns zu verwalten.

Die Zeiten sind vorbei, da vernichtet Heiden,
Die das Heilige auf andere Art suchen wollten.
Niemand sollte unter Glaubenszwang leiden,
Auch wenn Herrschende deswegen grollten.

Transpersonale Philosophie und Psychotherapie
Verbinden Erhabenes mit konkretem Trivialen,
Erweitern uns Handlungsräume und Fantasie,
Heilende Lebensentwürfe zu leben, zu malen.

Wir malen, tanzen, singen und modellieren,
Wir dichten, dienen, gärtnern und pflegen,
Bemühen uns darum, ein Leben zu führen,
Zu unser aller und zu unserer Mitwelt Segen.

Jenseits Forderung aus alltäglichem Leben,
Uns treibend von Augenblick zu Augenblick,
Kann Heiliges Erfahrungsrahmen uns geben,
Wo wir Erbarmen erleben, Güte und Glück.

Mensch braucht bisweilen orientierenden Rat,
Um nicht länger im eigenen Saft zu schmoren.
Und Maß, um zu prüfen, ob bei dem, was er tat,
Er zu sich gefunden oder sich eher verloren.

Wir sollten uns Kontakt zu Menschen gönnen,
Mit uns heilendes Heiliges wagend beizeiten,
Die in Erlebensräume begleiten uns können,
In denen wir die Herzen zur Seele hin weiten.

Sich heilen wollen

Zu heilen heißt nicht nur, Störung zu beheben.
Es geht vor allem darum, hier lebendig zu sein.
Auszukundschaften, was es heißt, gut zu leben,
Bezieht man sein Selbst als Kraftquell mit ein,

Dies sein Selbst als Ursprung des Erdenseins,
Als Anlass, all die Teile zusammenzuführen,
Um, in sich selbst und mit unsrer Mitwelt eins,
Den Sinn des Seins experimentell zu erspüren.

Ein Selbst zu sein meint, Leib, Geist und Seele
Samt der Menschheit und Mitwelt zu integrieren,
Dass nicht eines davon in dem Dasein uns fehle,
Sein Leben als Prozess der Synthese zu führen.

Die Liebe ist die Lebenskraft, die alles vereint
In uns selbst und mit der uns tragenden Welt.
Dieses Selbst ist als liebendes Selbst gemeint.
Der Lieblosigkeitspfad Weg zur Einheit verstellt.

Was uns Körper ist, ist stets ein beseelter Leib,
Auch unser Geist ein leibhaftiges Gebilde.
Lebend beständig ich in der Einheit verbleib.
Leib-Geist-Seele-Welt ist das Daseinsgefülle.

Leib-Geist-Seele und Mitwelt bilden ein Feld,
Das, solange wir hier leben, untrennbar ist.
Wir sind in komplexe Einheit hinein gestellt.
Die zu verleugnen, macht das Dasein trist.

Mensch und Menschheit wirken zusammen.
Unser eines ging aus dem Gesamten hervor.
Wir alle diesem einen Ursprung entstammen.
Einzig der Engverstand dies Wissen verlor.

Wir sind das Ergebnis von langer Evolution.
Die Entwicklung der Arten klebt in den Zellen.
Individuelle Autonomie ist und bleibt Illusion,
Wenn wir uns unserem Tiersein nicht stellen.

Was wir von den Eltern und den Ahnen ererbt,
Unser intergeneratives soziales Herkunftsfeld,
Ist in Leib, Geist und Seele tief eingekerbt.
Oft den Blick auf die Freiheit es uns verstellt.

Beeinflusst sind wir zudem durch die Kultur,
Durch Horden, in denen wir uns bewegen.
Sprache und Zeitgeist hinterlassen eine Spur,
Teils uns zum Fluche, teils uns zum Segen.

Was uns betraf von Zeugung bis zur Geburt,
Das Gewolltsein und das Gemüt der Mutter,
Unsere Art, das Leben zu erleben, uns spurt,
Gibt dem Störenden wie Heilenden Futter.

Was uns in der frühesten Kindheit geprägt,
Ist oft für das restliche Leben entscheidend,
Bewirkt ungeklärt, dass man sich bewegt
Oft dorthin, wo man war einst stets leidend.

Hehre Vorbilder ziehen uns in ihren Bann,
Wir beginnen unbewusst, sie zu imitieren,
Mit der Gefahr, dass wir dabei irgendwann
Die Selbstidentität nachahmend verlieren.

All diese Ebenen unsrer Daseinserfahrung
Durchdringen uns mit unstem Wandel,
Bewirken subtile Gewohnheitsbewahrung,
Bewirken, dass wir verändern das Handeln.

All die Einflüsselemente organisieren sich
Zu einer Vielzahl von Teilpersönlichkeiten,
Als Kindheits- oder als Erwachsenen-Ich,
Die stets uns durch das Dasein begleiten.

Frage verbleiben: *Wer führt in uns Regie?*
Welcher Ich-Teil übernimmt hier die Macht?
Wer mich just beherrscht, erkenne ich die?
Und wer in mir gibt auf das Ganze acht?

Es gibt da wesenseigene Einflüsselemente,
In uns den tiefen, einmalig besonderen Teil,
Ohne den man nie zu sich selber hin fände,
Mit dem eins werdend wir werden erst heil.

Den Wesensteil in uns gilt es zu entdecken,
Nach und nach an die Macht ihn zu bringen.
Kräfte des integrierenden Selbst zu wecken,
Den Ich-Anteilen dabei die Macht abzuringen.

Unser Selbst bestimmt, wer an der Reihe ist:
Das Ich des Kindes, der Frau, der Weisen.
Das Selbst ergänzt, was es noch vermisst.
Es geht in uns auf Selbsterkundungsreisen.

Unser Selbst begleitet durch Umbruchkrisen,
Wenn das veraltete Ich aus den Fugen gerät,
Unsere Stimmung scheint total in den Miesen,
Der Kleinverstand meint, es sei alles zu spät.

Das Selbst ist, was in uns die Hoffnung trägt,
Während wir resigniert sind und verzweifelt,
Was wärmendes Feuer der Liebe in uns legt,
Wasser auf zu trockene Lippen uns träufelt.

Zu leben ist Wachstum und Selbsterhaltung,
Ist ein Eingebundensein in der Endlichkeit,
Ist Experimentieren samt aktiver Gestaltung,
Wenn wir uns aus inneren Zwängen befreit.

Sich zu heilen, meint, all das zu entdecken,
Sich in unsren Schöpfungsreigen zu stellen,
Die Urkräfte des Selbst in sich zu erwecken,
Zu lösen, womit wir die Selbstkraft verprellen.

Sich zu heilen, meint, das Selbst zu aktivieren,
Die Mächte des Unbewussten einzubeziehen,
Viele Quellen der Lebendigkeit aufzuspüren,
Nicht nur in Überlebensfunktionen zu fliehen.

Sich zu heilen, meint zudem, herauszufinden:
Wer bin ich? Wer will ich im Leben hier sein?
Um das Blendwerk des Alltags zu überwinden,
Lassen entschieden wir aufs Wesen uns ein.

Sich zu heilen, meint, in Einklang zu bringen,
Was noch als widersprüchlich in uns existiert,
Innerem Chaos neue Ordnungen abzurufen,
Auf dass man sich nicht in dem Leiden verliert.

Doch geben wir uns auch süßem Nichtstun hin,
Quält zu viel Ehrgeiz uns und der Tatendrang.
Kommt Genuss des Lebens uns in den Sinn,
Sagt Gewissen endlich: Geh gern da entlang.

Übergeben den Leidenschaften wir die Zügel,
Lassen sie uns nicht mehr ins Dunkel stürzen.
Uns droht bei Lust nicht Schmach und Prügel.
Seelische Störungen nicht Dasein verkürzen.

Sich zu heilen, meint, Konflikte zu überwinden,
Die Mängelzustände erkennend auszugleichen,
Den Zugang zu seiner Bestimmung zu finden,
Seinsverwirklichung nicht mehr auszuweichen.

Sich zu heilen, meint, Elend zu transformieren,
Den Not wendenden Wandel voran zu treiben,
Sein Leben mehr und mehr in Liebe zu führen,
Mutig auf den Pfaden zur Ganzheit zu bleiben.

Sich zu heilen, meint, Seinsqualität zu formen
Von Vertrauen, Verzeihen und von Solidarität
Und mitzuwirken an der Festigung von Normen,
Mit denen man zu seiner Verantwortung steht.

Sich zu heilen, meint, emotional zu begreifen,
Dass Sinn, Glück, Optimismus, Geborgenheit
Wahrhaft in der Menschheit als Ganzer reifen,
Sich erweisen, wenn wir alle hier liebesbereit.

Sich zu heilen, meint, die Einsicht zu erlangen,
Dass der Menschheit Glück im Selbst beginnt.
Um noch heute mit Einswerden anzufangen,
Man sich auf die Selbstverantwortung besinnt.

Getrennthetsillusion durchschauen

Oberflächlich sind wir voneinander separiert.
Jede Person ihr besonderes Leben vollführt.
Wo Haut mich begrenzt, dort ende auch ich.
Von anderen deutlich unterscheide ich mich.

Alleine erleben wir uns von Mitwelt getrennt.
In Einsamkeit man nur Getrenntheit erkennt.
Doch diese Getrenntheit ist nur eine Illusion.
Verbunden mit Mitwelt waren stets wir schon.

Unsere Trennungssillusionen wir durchstoßen
Seelenwärts findend zum Ganzen und Großen.
Wichtig ist es zu lernen: Lass los deine Angst,
Sobald du in Sphären des Einsseins gelangst.

Seele zeigt uns an: Wir sind stets verbunden,
Auch wenn Verbindung nicht gleich gefunden.
Doch nützt es nicht im Einsamkeitsmoment,
Dass in Seelensehnsucht man sich verrennt.

Mit Sehnen, Kämpfen und Unbedingt-Wollen,
Fordern, Erzwingen und Dem-Leben-Grollen:
Auf die Weisen kommen wir Seele nicht näher,
Laufen Erfüllung des Seins wir nur hinterher.

Wenn unsere Suchsucht endet, erkennen wir:
Was Seele man nennt, lebt schon immer in mir,
Hingebend ahnend, dass wir zu uns gefunden,
Durch Liebe beständig mit Seele verbunden.

Ich erzähle von meinem Suchweg zur Seele,
Den ich zwar erahne, jedoch oft noch verfehle.
Schwer fällt mir, wohlwollend mich zu begleiten,
Nicht weiterhin bei Fehlern mit mir zu streiten:

Verfehle ich dich, Seele, weil ich dich suche?
Oder schlägt auf meinem Suchweg zu Buche,
Dass Suchfeuer in mir nicht heiß genug brennt,
Ich häufig noch zaudernd, zu inkonsequent?

Bin ich zu fordernd, zu wollend, zu verbissen?
Will meinen Verstand ich noch nicht missen?
Bin ich streng mit mir, ungeduldig, manisch?
Werde ich, ans Ende denkend, noch panisch?

Bleibe seelensüchtig am alten Ego ich kleben?
Müsste, Seele suchend, ich mönchisch leben?
Muss ich mich, um zu meiner Seele zu finden,
Vom Irdischen lösen, mich nicht mehr binden?

Muss von allem und allen ich mich trennen?
Darf ich gar nichts mehr mein Eigen nennen?
Muss ich, befreit von löblichen Eigenschaften,
Erst einmal komplette Nichtigkeit verkraften?

Ich hoffe, es gelingt es mir noch irgendwann,
Dass seelenruhig zur Seele ich finden kann,
Mich weder Angst noch Willensdruck treiben,
Ich in einer versöhnlichen Mitte kann bleiben.

Polarität und Mitte

Sein oder Nichtsein, Werden oder Vergehen,
Überall Polarität, wenn aufs Leben wir sehen.
Bildung oder Dummheit, Glaube oder Zweifel,
Himmel oder Hölle als Ort für Gott oder Teufel,

Nähe oder Distanz und Binden oder Trennen,
Egal, wie die Daseinskonflikte wir benennen,
Wir bleiben zeitlebens damit direkt verbunden.
Befreiung daraus wird nur zeitweilig gefunden.

Befreiung geschieht, wenn wir die Mitte finden,
Hier und jetzt spaltende Polarität überwinden.
Diese innere Mitte, für die unsere Seele steht,
Lässt uns zur Ruhe kommen jenseits Polarität.

Haben wir unseren Weg zur Mitte gefunden,
Erleben wir uns mit allen und allem verbunden.
Allverbundenheit ist ein Zustand der Gnade,
Ist im Alltag oft verschwunden, was schade.

Im rauen Alltag schlägt oft die Einsamkeit zu,
Wenn ich, mich erschöpfend, nicht in mir ruh,
Wenn all meine Zwänge, Nöte und Pflichten
Die Freude, die Herzlichkeit in mir vernichten.

Einsamkeit als Gefühl erschreckender Leere,
Zunehmend, je mehr ich mich dagegen wehre.
Einsamkeit als Trennung von allem und allen,
Wenn wir allzu tief in das Diesseits gefallen,

Wenn wir und drücken lassen und drängen,
Zu sehr an Dingen und Gewohntem hängen,
Wenn wir uns nach dem Normalen richten,
Auf eigenes Fühlen und Denken verzichten.

Dauereinsamkeit kann uns mächtig plagen:
Kalte Leere im Herzen, in Hirn und Magen.
Verzweiflung, Ohnmacht sich dazu gesellen,
Vereint Lebensfreude uns vollends vergällen.

Einsamkeit hier oder Allverbundenheit dort:
Das Dasein ist und bleibt ein unsicherer Ort.
In Polarität und in Widersprüchen verfangen,
Erleben wir Gefühle von Beben und Bangen.

Die Gefühle helfen im Konfliktfall nicht weiter,
Fördern nicht Hoffnung, stimmen nicht heiter.
Ausweg aus Widerspruch wird eher gefunden
Dank Einsicht: Wir sind hier allzeit verbunden.

Zwei Menschen gelangen neu auf die Welt.
Einer ans Ja, anderer ans Nein mehr sich hält.
Ja meint, ich will Trennendes hier überwinden.
Nein meint, ich will erst zu mir selber finden.

Unser Ja darf sein und unser Nein darf sein,
Wir stellen prinzipien-verhaftetes Urteilen ein.
Ein Ja kann stimmen oder Nein kann passen:
Distanz beenden oder von Nähe ablassen.

Verbundenheit als erfahrbare Realität

Verbundenheit ist nicht Wunsch noch Illusion.
Ist nicht ein Zustand, der erst noch zu schaffen.
Verbunden waren wir Menschen immer schon,
Auch wenn wir dieses oftmals nicht raffen.

Die Verbundenheit ist kein Menschheitstraum,
Sie ist und bleibt unsere alltägliche Realität.
Sie wird nicht annulliert dadurch, dass kaum
Ein Mensch zu Konsequenzen daraus steht.

Eine Mitweltverbundenheit ist allgegenwärtig
Beim Ernähren, Behausen, Bilden und Reisen.
Sein ohne andere ist undenkbar und unfertig.
Liebe und Luft sich als unverzichtbar erweisen.

*Wieso sind wir Menschen überall so erpicht,
Anderen zu begegnen und uns zu verbinden?
Und wieso sind wir so traurig, gelingt es nicht,
Die passenden Menschen für uns zu finden?*

*Tragen wir vielleicht in uns ein Bindungsgen?
Ist unser Gehirn auf Kontakt vorprogrammiert?
Bestimmt Fortpflanzungstrieb das Gescheh'n?
Ist es Angst oder Sucht, die zu Bindung führt?*

*Ist Bindung vielleicht unsere Sicherheitswaffe,
Sich gegen Isolation und Vernichtung richtend,
Biologisch verankert wie in der Horde der Affe
Gemeinsam die mächtigen Feinde vernichtend?*

*Ist Bindungsverhalten bestimmt durch Kultur,
Als Ergebnis von Jahrmillionen an Erfahrung?*
Die Menschheitslegenden durchzieht eine Spur
Von Kosmos, Zusammenhalt und von Paarung.

Was auch immer der Grund für die Bindung sei,
Zumeist suchen wir, solange wir unverbunden.
Wir erleben es als unangenehm, wenn wir frei,
Als himmlisch, wenn wir zueinander gefunden.

Doch zugleich gilt das erlebbare Gegenteil:
Da ist wer froh, wenn er sich endlich entzweit,
Besonders, wenn die Vorbeziehung nicht heil,
Ist nicht sogleich wieder sich zu binden bereit.

Mag sein, dass, wer offen hinschaut, erkennt,
Einerseits leben wir unser Leben für uns allein,
Andererseits sind wir nie vollständig getrennt.
Doch auch verbunden kann man einsam sein.

Einzelner aus Gemeinsamkeit hervorgegangen,
Aus einer Verbindung wie auch immer gezeugt,
Bis zu neun Monaten mütterleiblich umfangen,
Als Geborener willkommen oder kritisch beäugt.

Wir werden in Gesellschaft hinaus geschoben,
Erfahren eine Seinsgrenze direkt an der Haut,
Bleiben dennoch für immer mit allen verwoben,
Ein Paradox, das keiner so leicht durchschaut.

Einheitsbereitschaft

Einheit ist nicht nur Konzept. Sie ist zu erleben,
Ist Hoffen und Handeln als strebendes Sehnen.
Wenn Energie wir in freie Bindungen eingeben,
Kann Mensch sich in Liebesräume ausdehnen.

Die Einheitsbereitschaft, und zwar überzeugend,
Nicht halbherzig, zögerlich und rückversichernd.
Sich nicht nur fauligen Kompromissen beugend,
Gehemmt, verschämt und verschüchtert kichernd.

Die Einheitsbereitschaft als Mut, weit zu springen,
Hinein in einen Raum, der gefüllt mit Vertrauen,
Dort proaktiv beitragen zu dem Einheitsgelingen,
Gemeinsam einen Bereich für die Liebe erbauen.

Der Mensch wird bereit, einführend zu verstehen,
Zu fragen und zu antworten auch zu akzeptieren,
Die Mitwelt in ihrer Wechselseitigkeit zu besehen,
Sein Leben in Respekt für das Ganze zu führen,

Gemeinsam die Konzepte von Leben zu klären,
Zu tanzen, zu singen und freudig zu lachen,
Besondere Erlebenstiefe der anderen zu ehren,
Sich zu zeigen und auf den Weg zu machen,

Zusammengehörigkeit achtsam zu kultivieren,
Viele Möglichkeiten des Lernens zu erhalten,
Sich nicht in sich und in anderen zu verlieren,
Gemeinschaftlich Mitwelt proaktiv zu gestalten.

Ganzheit ist durchdringend und zugleich fragil,
Kann wie ein Tonkrug zu Scherben zerbrechen,
Errungenschaft aus integrierendem Kräftespiel,
Ohne die Würde Einzelner dabei zu schwächen.

Zu integrieren verlangt, das Zwischen zu sehen,
Die Liebe samt der Freude, die uns verbindet,
Verbindlich und wachgütig mit dem zu gehen,
Was Angst vor Beziehungen in uns überwindet.

Sich für das Ganze öffnen

Mit der Geburt trennt sich Selbst und das andere.
Aus der ursprünglichen Einheit entstehen so zwei.
Je mehr in das eigene Leben hinein ich wandere,
Desto mehr schwindet das Einheitsgefühl dabei.

Was bleibt, ist zumeist Sehnsucht nach Intimität,
Nach dem Verschmelzen in Leibseele-Berührung.
Gelingt dieses bei Bewahrung eigener Identität,
Entsteht die Basis für freudvolle Lebensführung.

Erfahren wir Intimität, Identität und Zugehörigkeit,
Erhält Sehnsucht nach Einheit soliden Rahmen,
Weisen ozeanische Gefühle der Glückseligkeit
Auf Zeit hin, aus der wir als Seelen einst kamen.

Verbundenheitsgefühl ist Ausdruck des Ahnens:
Es existiere eine Quelle unsrer Einheit mit Welt.
Göttlicher Zeigefinger als Symbol des Mahnens:
Uneins ist schlecht es um Menschheit bestellt.

Glaube an das große Ganze gibt uns die Kraft,
Unterscheidung und Zwiespalt zu überwinden.
Gemeinsames betonend die Menschheit schafft,
Einen Ausweg aus Elend und Krieg zu finden.

Liebe ist Gemeinsamkeit jenseits von Trennung,
Ist tiefes Gespür, in All-Einheit ist keiner allein.
Menschen leiden unter Ganzheitsverkennung,
Wenn sie sich absprechen, verbunden zu sein.

Ganzheitsahnung ist menschliche Schöpfung,
Um ganze Wahrheit des Seins zu ergründen.
Die Poesie der Liebe bewirkt Herzensöffnung,
Durch die uns die Seelen von Freude künden.

Anerkennung des Paradoxen als Weg zur Einheit

Leben lässt sich nicht auf Logik verengen.
Widersprüchliches erfordert stete Klärung.
Wir leben teils befreit und teils in Zwängen.
Fehlhaltung im Sein ist Harmonieverehrung.

Bestandteil eines Daseins ist der Konflikt.
Ihn zu ignorieren, zerstört unsere Vitalität.
Ein Einheitserleben eher dann uns glückt,
Akzeptieren wir unsere gesamte Realität.

Zwei plus zwei ist zumeist klar die vier,
Sonst wird eine Verständigung schwer.
Über Fakten lieber Gespräche ich führ',
Ahnungen interessieren mich nicht sehr.

Wenn A gleich B ist und B ist gleich C,
Dann folgt daraus auch logisch und klar,
Dass stets auch das A gleich ist dem C.
Was anderes normal nicht erwartbar war.

Es ist doch logisch, dass ich dich liebe.
Würde ich sonst Zeit mit dir verbringen?
Es reicht doch, wenn ich bei dir bliebe.
Wieso noch Liebesschwüre erzwingen?

Widersprüche deuten oft nur darauf hin,
Dass etwas noch nicht zu Ende gedacht.
Unlogik beizubehalten hat keinen Sinn,
Weil sowas das Leben unsicher macht.

Viele glauben, dass die wahre Realität
Nur das sei, was frei von Widerspruch ist.
Unvereinbares für sie für den Irrtum steht.
Dürftig ein Denken, in dem Logik vermisst.

Je tiefer wir zu der Wahrheit vordringen,
Je mehr wir Realität insgesamt versteh'n,
Je weniger wird lineare Logik uns bringen,
Weil wir dabei das Paradoxe nicht seh'n.

Eine lineare Logik zerteilt unsere Welt
In ein Einerseits oder in ein Andererseits.
Alles eindeutig auf jeweilige Seite gestellt.
Chaos hier, Ordnung da: Das ist der Reiz.

Eindeutige Denkweise brach zusammen
In neuer Physik mit der Quantentheorie.
Woher mag unser Licht nur stammen.
Ohne Paradoxon versteht man das nie.

Wenn in den Lebensurgrund ich tauch'
In Geistessphären von Leben und Tod,
Gilt eher verbindendes Sowohl-als-Auch,
Gerät die eindeutige Logik aus ihrem Lot.

Licht ist sowohl Teilchen als auch Welle,
Wir sind sterblich überdauernd zugleich.
Paradoxes erlaubend, wird unsre Quelle
Des Seins erfahrbar, unser Seelenreich.

Wir sind gewohnt, fast alles zu zerteilen,
Welt separiert mit Begriffen zu belegen,
Dass geistig durch Getrenntes wir eilen
Anstatt durch Einheit uns zu bewegen.

Wirklichkeit selbst kennt kein Zertrennen.
Denn alles ist stets mit allem verbunden.
Doch solange wir noch Teile benennen,
Wird Mitwelt als abgetrennt empfunden.

Vieles wird normal als starr lokalisiert:
Ein Schiff ist ein Schiff und kein Schuh.
Die Zusammenschau wird meist frustriert:
Ich bin stets nur ich und du bist nur du.

Nur noch kleiner Schritt, bis ich kapier:
Einerseits bist du ein Du und ich bin Ich.
Andererseits bilden wir beide ein Wir.
Lineare Logik lässt uns dabei im Stich.

Wir sind getrennt und in dem Wir vereint.
Unsere Grenzen zugleich uns verbinden.
Ein paradoxes Denken ist dazu gemeint,
Illusionen durch Trennung zu überwinden.

Wir suchen, indem wir die Suche beenden.
Liebend auf Liebesschwur wir verzichten,
Gehen fort, ohne uns rückwärts zu wenden.
Überkommenes im Neuen wir vernichten.

So wachsen wir über alte Grenzen hinaus.
Unsere Liebe weist uns weise den Weg.
Irgendwann sind wir dann in uns zuhaus.
Die Herzensahnung braucht keinen Beleg.

Erlösung geschieht oft per Einheitsstreben,
Ahnend, dass geliebt im Ganzen wir leben.
*Ahnst du des Daseins Bestimmung und Ziel,
Was Leben durch dich noch eingeben will?*

Wir tauchen in die innere Einsamkeit ein,
Um mit allen und allem verbunden zu sein.
Vereinen uns liebend dem Leben zur Ehre
Und suchen dahinter die Weite der Leere.

Kraftvolle Intensität in den Herzen entsteht,
Wenn Vergänglichkeitshauch uns umweht.
Glückstaumelnd im orgiastischen Schrei
Ist die kaum hörbare Stille der Leere dabei.

Wir fallen in die Pracht des Lebens hinein
Und sehnen uns danach, im Nichts zu sein.
In irdischer Liebe eher leibträchtig vereint,
Zerbrechlicher Seelen Verbindung erscheint.

Leben ist gefüllt mit Koans und mit Rätseln,
Unendlichkeitsacht verschlungen zu Bretzeln.
Nichts ist logisch, auch wenn es so scheint.
Schmeckst Träne du, die tränenlos geweint?

Siehst dein Antlitz du in dem leeren Spiegel?
Bist ganz voll Güte du, doch ohne Gütesiegel?
Erträgst du das Leiden mit sanftem Humor?
Bist du die, wofür dich deine Seele erkor?

Bin Fisch ohne Nass.
Bin Vogel ohne Luft.
Bin Feind ohne Hass.
Bin Rose ohne Duft.

Bin Fluss ohne Ufer.
Bin Erfolg ohne Lohn.
Bin Schrei ohne Rufer.
Bin König ohne Thron.

Bin Ähre ohne Halm.
Bin All ohne Sterne.
Bin Feuer ohne Qualm.
Bin Nähe ohne Ferne.
Bin Leben ohne Tod.
Bin Glück ohne Hoffen.
Bin Leid ohne Not.
Bin für alles hier offen.

Bin Wort ohne Klang.
Bin Musik ohne Ton.
Bin Lied ohne Gesang.
Bin Traum ohne Illusion.

Bin Idee ohne Bild.
Bin Berg ohne Tal.
Bin Schwert ohne Schild.
Bin frei ohne Wahl.

Bin Versuch ohne Ergebnis.
Bin Nacht ohne Tag.
Bin Leben ohne Erlebnis.
Bin Schmerz ohne Klag.

Bin eins ohne Einheit.
Bin Zweck ohne Ziel.
Bin wahr ohne Wahrheit.
Bin Kind ohne Spiel.

Bin Weg ohne Richtung.
Bin Wanne ohne Rand.
Bin Wert ohne Gewichtung.
Bin mir selbst unbekannt.

Bin Wasser ohne Nässe.
Bin Wind ohne Hauch.
Bin Neugier ohne Interesse.
Bin das Gegenteil auch.

Bin Tod ohne Sense.
Bin Bogen ohne Pfeil.
Bin Form ohne Grenze.
Bin als Ganzes nur Teil.

Bin alles und nichts.
Bin Anfang und Ende.
Bin Teil des Gedichts.
Liebe hält mir die Hände.

Spirituelle Haltungen

Was heißt es für mich, frei zu leben?
Was bedeutet mir Sinnfülle und Glück?
Welche Ziele möchte ich anstreben?
Welche Irrwege lasse ich zurück?

Das Vergangene ist real vergangen,
Ist im Hier und Jetzt endgültig vorbei.
In Erinnerungen noch eingefangen,
Sind innerlich wir nicht wirklich frei.

Haben wir einstmals auch erfahren
Angst, Hohn, Verletzung und Zwang,
Wer verlangt von uns, zu bewahren
Das erlittene Elend ein Leben lang?

Anhaltende Erinnerung an Zwänge,
Missachtung, Macht, Scham und Not,
Treiben uns leibseelisch in die Enge.
So leben wir zwar, doch sind wie tot.

Zukünfte sind nur teilweise zu planen,
Keiner weiß genau, wohin sie führen,
Doch einige Chancen sind zu erahnen,
Wenn wir achtsam nach innen spüren.

Statt uns zu verplanen, sind wir offen,
Für das, was in und mit uns geschieht,
Sogar im Elendszuständen wir hoffen,
Dass Lebensglück uns noch erblüht.

Jedes Leben enthält eine Krisenfülle.
Konflikte verlangen nach Anerkennen.
Wir nutzen nicht länger die rosa Brille.
Es hilft auch nicht, stets wegzurennen.

Wir können uns innerlich vorbereiten
Auf Letztmaligkeit, Abschied und Tod,
Indem unser Bewusstsein wir weiten,
Um es zu befreien aus Sterbensnot.

Ein Mensch muss sicher sterben,
Doch was ist so schrecklich dabei.
Als mich erschreckendes Verderben
Erscheint tagtäglich Einheitsbrei.

Die Sterblichkeit könnte uns mahnen:
Wir sind inkarniert, um stets lernen.
Lernend die Altlasten unserer Ahnen
Aus Menschheitskultur wir entfernen.

Wir öffnen bewusst uns und fröhlich
Momenten, die gerade geschehen,
Und werden achtsam handelnd selig,
Mit dem, was als heilsam wir sehen.

Ist ein Einzelleben auch vergänglich.
Ist das nicht länger Grund zu klagen.
Selbst endlich sind wir empfänglich,
Etwas Neues und Gutes zu wagen.

Vergänglichkeit macht uns eher heiter,
Denn auch das Elend wird vergehen.
Ohne uns geht der Lebensweg weiter.
Gut für uns, wenn wir das verstehen.

Bedarf es unserer inneren Wandlung:
Irgendwann zur Lebendigkeit bereit,
Stellen ein wir alle sinnlose Handlung,
Gelingen zu tragender Achtsamkeit.

Unterstützt von unsrem Urvertrauen,
Geschieht das, was geschehen soll.
Licht und Schatten des Seins schauen
Wir achtsam an und zugleich liebevoll.

Und hinter innerer achtsamer Stille,
Dort, wo selbst unser Atem schweigt,
Ein transformierender Wandlungswille,
Der sich als Freude im Herzen zeigt.

Achtsamkeit

Wer wünscht sich nicht, entspannt und gelassen,
Wobei wir uns selbst und andere voll akzeptieren,
Sich mit dem Auf-Erden-Sein kreativ zu befassen,
Sich nicht in Ängsten und Frustration zu verlieren.

Wachbewusst können wir unser Leben begleiten,
Unsre Gesellschaft und ihre Kultur durchdringen,
Einander aufklärend unser Bewusstsein weiten,
Uns hin zu bewusster Verantwortlichkeit bringen.

Achtsam sein meint, gelöst aufmerksam zu sein,
Urteilsfrei dem Moment konzentriert zugewandt.
Man bezieht inneren und äußeren Kontext ein,
Vereint in sich Leib, Gefühl, Handeln, Verstand.

Achtsam sein meint, sich ins Sein zu integrieren,
In den Fluss unseres Lebens mutig einzutauchen,
Seine Vitalität nicht ängstlich erstarrt zu verlieren,
Dem zu folgen, was Weisheit uns mag einhauchen.

Allsinnliches Erleben im Augenblick macht reich.
Nur das Hier-und-Jetzt ist unsere Erlebensrealität.
Ehrlich wachbewusst ich ein Gewahrsam erreich',
In dem für Entscheidungen ein Freiraum entsteht.

Vergangenes ist vorbei, Zukünftiges noch nicht da.
Im Prozess zu sein, ist die wahrhaftige Wirklichkeit.
In unsrer Gegenwärtigkeit sind wir wirklich uns nah.
Dort ganz anzukommen, ist meist keine Kleinigkeit.

Achtsam zu sein meint, sich nichts vorzumachen,
Das Leben so zu nehmen, wie gerade eben es ist.
Dasein weder schöner noch schlechter zu machen.
Unser Erdenleben ist weder nur toll noch nur trist.

Pessimismus und Illusionen rauben uns die Kraft,
Die wir so brauchen, um unser Sein zu gestalten.
Dank achtsamer Neufreude Wandel man schafft.
Realität annehmen, doch Prozess nicht anhalten.

Achtsam sein meint, aktuelles Prozessgeschehen
In Kontexte seines Gewordenseins einzubinden,
Mögliche Folgen für Zukünftiges mit zu besehen,
Bewusstsein im Ablauf des Ganzen zu gründen.

Wer Wandel will, sollte sich Wirkweisen stellen,
Sich wohlwollend dem zuwenden, was passiert,
Gelassen die Prozesse in und um sich erhellen.
Wer was ändern will, es erst einmal voll akzeptiert.

Heilung, Wandel und Wachstum dann entstehen,
Wenn wir Leben annehmen, wie es uns geschieht,
Wenn auf Freuden wie auf Schrecken wir sehen,
Wenn alle Strophen wir singen vom Lebenslied.

Achtsamkeit unterstützt uns, Prioritäten zu finden,
Wichtiges von Unwichtigem leichter zu trennen,
Druck, Hast, Last, Stress, Hetze zu überwinden,
Uns nicht mehr in entfremdeten Tun zu verrennen.

Achtsamkeit unterstützt uns, wahlfreier zu werden.
Wir werden uns bewusster, was gewollt oder nicht.
Achtsam sein heißt, in seinem Selbst sich zu erden.
Mit Rollen, Mustern, Status, Klischees man bricht.

Achtsamkeit unterstützt Menschheit zu erwachen,
Aus Manipulation und Entfremdung auszubrechen,
Uns zu freien Akteur*innen im Leben zu machen,
Richtung wahren Menschseins in See zu stechen.

Achtsamkeit meint zuerst, selbst wach zu werden
Im Körper, im Gefühl, im Geist und beim Handeln
Zu gewahren: Was nützt? Was kann gefährden?
Gefährdendes durch Aufmerksamkeit zu wandeln.

Tiefer hinein ins Erleben von Achtsamkeit es geht,
Sobald innere Prozesse ins Zentrum man stellt,
Wenn Bewusstheit für das Beobachten entsteht,
Wenn man erforscht das Erspüren der Innenwelt:

Selbsterforschung aus Haltung von Wohlwollen.
Achtsamkeit braucht meine Selbstfreundlichkeit.
Bei Fehlern und Versagen kein Inneres Grollen.
Mir selbst zu verzeihen, bin stets gern ich bereit.

*Wer bin ich als Mensch, der sein Inneres erspürt?
Was erlebe ich im Zustand feinspürender Präsenz?
Wohin mich wohl diese innere Suche noch führt?
Ist dies Anwesendsein der Urgrund der Existenz?*

Achtsamkeit bleibt nicht bei den Einzelnen stehen,
Denn wir Menschen sind Produkt der Bezogenheit.
Wachbewusst wir auf unsere Beziehungen sehen,
Um uns zu befreien aus Gewalt und Verlogenheit.

Achtsam wir aus beengender Herkunft aussteigen.
Wir vergegenwärtigen uns, was uns eingeschränkt.
Unser Haupt wir nicht mehr vor der Obrigkeit neigen.
Auf Partnerschaftlichkeit wird Blick bewusst gelenkt.

Achtsam ist nur Person, die nicht hierarchisch denkt,
Weder an Herrschaft noch Unterordnung interessiert,
Zur Freiheit des Geistes die Aufmerksamkeit lenkt,
Die sich nicht im Kämpfen um Anerkennung verliert.

Achtsamkeit ermöglicht unser kollektives Erwachen.
Für einander nutzen wir Gestaltungskompetenzen.
Auf die Reise zur Menschlichkeit wir uns machen:
Herrschaftsfrei und freundschaftlich ohne Grenzen.

Achtsam wir auch unsere Handlungen verrichten:
Kann ich diese Bewegung mir leichter machen?
Worauf mich konzentrieren? Worauf verzichten?
Achtsam ja, doch sich nicht urteilend bewachen.

Achtsamkeit soll befreien, jedoch nicht einengen.
Achtsamkeit ist kein Dogma, keine neue Ideologie.
Mit Verboten und Geboten, starren und strengen,
Finden zu einem öffnenden Gewahrsein wir nie.

Im weitenden Gewahrsein wir meist in uns ruhen,
Für Neues, uns Veränderndes offen, empfänglich,
In solchem Bewusstseinsraum öffnen sich Truhen,
Mit Schätzen, ausgleichend, dass wir vergänglich.

Dort ist der Ort, wo von altem Elend wir uns lösen,
Weil wir uns nicht länger mit Elend identifizieren.
Dort gibt es nicht mehr die nur Guten und Bösen.
Dort beginnt enge Moral seine Macht zu verlieren.

Achtsam distanzieren wir uns vom dem, was stört,
Was Herkunft und Kultur uns einst aufgezwungen,
Was nicht wirklich, nicht wahrhaftig zu uns gehört,
Was verhinderte, dass uns das Dasein gelungen.

Achtsam werden mit allen und allem wir vereint,
Formt sich ein innerer Bezug zur äußeren Welt,
Erkennen und verstehen wir, wie wir gemeint,
Kein Selbstbetrug sich mehr in den Weg uns stellt.

Endlich können unsere Kompetenz wir entfalten,
Lebenswerte Zukunft für uns alle mit zu kreieren,
In Verantwortung und Würde die Welt zu gestalten,
Das Leben zu lieben und nicht in Hass zu erfrieren.

Achtsamkeit und Präsenz werden uns zum Steuer.
Sie ermöglichen uns Orientierung und Lebenssinn.
Als Nichtmaterielles sind sie wertvoll, nicht teuer.
Zu sich selbst kommt sogar ohne Auto man hin.

Achtsamkeit im Alltag

Ein freies Leben klar bezogen führen,
Sich verbindend selbst nicht verlieren.
Viele Paare sprechen dem noch Hohn.
Ist, dieses zu wünschen, nur Illusion?

Ein Weg macht trotz Bindung uns frei:
Haltung ab nun unsre Achtsamkeit sei.
Achtsam das Liebesfeuer man entfacht,
Nimmt auf die Herzensstimme man acht.

Ein Beziehungswert sei Wachsamkeit:
Wach für das Liebesströmen jederzeit.
Unsre Liebe ist am Jetzt auszurichten.
Nicht ins Damals und Dann wir flüchten.

Wir suchen nicht nur im Großen genau,
Genießen wir Details, wenn wir schlau.
Es sind meist die kleinen Alltagssachen,
Die auf Dauer wirklich glücklich machen.

Doch Alltag ist zäh, ist ein grauer Moloch,
Angefüllt mit vielen scheinbaren Pflichten.
Willst du es auch nicht, zwingt Alltag doch,
Dich auf seine Feldwirkung auszurichten.

Um uns im Alltäglichen nicht zu verlieren,
Um unsere Beziehung lebendig zu halten,
Ist Liebesaktivität alltäglich zu integrieren,
Der Tag als ein Liebesdienst zu gestalten.

Alltag ist nur eine einschränkende Idee.
Immer ist für uns Sonntag trotz Regen.
So sonntagt es in mir, wenn ich dich seh'.
Dein Liebenslächeln ist mir ein Segen.

Liebessonntag löst auf Raum und Zeit.
Zeitverloren wir unser Leben besehen,
Wir bleiben, zur Freude der Liebe bereit,
Beim Funktionaltriviale nicht stehen.

Jede Stunde kann für uns Sonntag sein,
Allein, wenn in deine Augen ich sehe.
Meinst du mich wirklich, bin ich dein,
Inniglich liebkosend in zärtlicher Nähe.

Jede Bewegung, jedes Wort, jeder Blick
Veratmet einen Hauch von Ewigkeit.
Achtsam zu sein, ist ein kluger Trick,
Macht uns für Größeres in uns bereit.

In Liebe, jenseits von Zeit und Raum,
Wo uns die Schwerelosigkeit umgibt,
Zeigt sich uns der wahre Lebenstraum,
Wird Sein real, weil man achtsam liebt.

Bisweilen scheint vieles im Alltag schwer,
Wenn alte Ängste das Gemüt umfassen.
Wenn Freude getrübt, ist Sinnschale leer.
Doch Hoffen wir uns nicht rauben lassen.

Gerade in den grauen Lebensmomenten,
Wenn der Hoffnungsschimmer schwach,
Erwecken wir in uns den weisen Regenten,
Behütend zur Seite sich stellend, hellwach.

Wir bestimmen selbst, wer in uns regiert,
Wenn wir nichts in uns mehr ignorieren.
Wer aufgeweckt alltägliches Leben führt,
Lässt von Trance nicht leicht sich verführen.

Trancegleiche Gewohnheiten sind mächtig,
Verzehren Lebenslust mit Haut und Haaren.
Gedeiht die achtsame Liebe in uns prächtig,
Wird vor zu viel Routine sie uns bewahren.

Also sorgen wir dafür, dass stets uns glückt,
Dass unsere Liebe nicht einsam verstaubt,
Dass wir wonnevoll und sinnlich verzückt
Ein gutes Leben führen, an das man glaubt.

Realistisches Hoffen

Hoffen eröffnet in uns eine Welt des Noch-Nicht,
Verspricht: Ein Wandel zum Guten ist möglich.
Hoffen den Zwang des Gegenwärtigen zerbricht.
Dank Hoffnung ist unser Leben weniger kläglich.

Unser Hoffen kann mitten ins Leben uns führen,
Solange es sich orientiert am Möglichkeitsraum.
Durch Hoffen wir Kontakt zum Vitalen verlieren,
Bewegen wir uns in einem Unmöglichkeitstraum.

Bodenhaftung hier und Wolkenkuckucksheim da.
Aus Wolken fallen oder vom Boden abspringen.
Den Wirkkräften unseres Dasein bleiben wir nah.
Sonst wird Wandel zum Besseren nicht gelingen.

Woraufhin haben wir unsere Hoffnung gerichtet:
Auf ein diesseitiges oder ein jenseitiges Leben?
Jenseithoffen die Freude am Leben vernichtet.
Erfüllung im Diesseits kann dann es kaum geben.

Mühsal, Ungerechtigkeit, Zweifel, Irrtum, Sorgen:
Palette des Elends lässt sich maßlos erweitern.
Hoffnung verlagert unser Glück auf ein Morgen.
Im Heute bleibt uns nur Hinnahme zu scheitern.

Hoffen, das auf jenseits des Erdlebens bezogen,
Lässt eher uns im diesseitigen Elend verweilen.
Von Jenseitspropheten um die Freiheit betrogen,
Wir krank resignieren, statt handelnd zu heilen.

Hoffnung kann Kraftquell für Veränderung sein,
Denn Wirklichkeit enthält bessere Möglichkeit.
Auf experimentelles Suchen stellen wir uns ein.
Freude am Neuentwurf macht sich in uns breit.

Statt dem Niemals ein uns öffnendes Vielleicht.
Noch mehr an Sicherheit ist nicht zu erwarten.
Die Zukunft ihr Potenzial uns entgegenreicht.
Vorstellend in ein besseres Morgen wir starten.

Statt einem Nein ein zuversichtliches So-Nicht.
Ablehnung betrifft Vorgehen, nicht die Person.
Neue Möglichkeiten treten aus Dunkel ins Licht.
Altes Elend bewahrten viel zu lange wir schon.

Bisher war es so. Doch es muss nicht bleiben.
Zuversicht meint, sich dem Neuen zuzuwenden,
Kreativ in Bereiche des Noch-Nicht zu treiben,
Was uns nicht mehr gut tat, mutig zu beenden.

Gestaltendes Hoffen als diesseitige Spiritualität.
Uns in die Möglichkeitsräume hinein entwerfen,
Auf dass ein lebendiges Leben für alle entsteht:
Dafür lohnt es, unser Bewusstsein zu schärfen.

Veraltetes loslassen, neue Chancen ergreifen,
Sich nichts vormachen und Realitäten erfassen,
Angesichts der Grenzen des Machbaren reifen,
Für Nicht-Gelungenes sich nicht länger hassen.

Entwicklungsbereitschaft

Unser Hiersein ist steter Werdeprozess,
Ist Verwandlung, Wachsen und Reifen.
Dies von innen ohne Wachstumsstress.
Auf Disstress sollten kräftig wir pfeifen.

Glück und Liebe sind nicht zu erzwingen.
Vieles kann man im Dasein nicht planen.
Unser Leben wird viel eher uns gelingen,
Wenn die Wachstumsschritte wir erahnen.

Was erlebt wurde, in Erinnerung vergeht.
Was gewesen, kann man nicht behalten.
Täglich neuer Möglichkeitsraum entsteht,
Den entfaltend wir beherzt ausgestalten.

Am Lebensende will ich sagen können:
Ich endete sinnhafter, als ich begonnen.
Sinn und Freude will gern ich mir gönnen.
Also hinein in mögliche Daseinswonnen.

Ich erlaube mir, mein Leben zu genießen.
Genuss ist eine Form von Dankbarkeit.
Vor Elend will ich mich nicht verschließen.
Für das Leben als Ganzes bin ich bereit.

Entwicklung verlangt, Intuition zu stärken:
Was ist auf dem Weg der nächste Schritt?
Im Gehen tragenden Grund wir bemerken.
Freundliche Achtsamkeit geht ständig mit.

Neues und davon Gutes will ich mehren,
Wohltuendes will beherzt ich erfassen,
Mich Miesem in und um mir erwehren,
Mich Schädigendes vermehrt unterlassen.

Will Schwächen in mir stetig schwächen,
Meine Stärken bemerken und stärken,
Für Verletzendes mich nicht mehr rächen,
Heilsames dagegen besser mir merken.

Will von Schönerem nicht nur träumen,
Für Glücksgefühle mich nicht genieren,
Zerstörendem keinen Raum einräumen,
Leben nach tragenden Werten führen.

Tragende Werte wie Weisheit und Dank,
Wie Einfühlsamkeit, Freude und Liebe.
Wo Werte erahnbar sind, geht es entlang,
Auf dass mehr ich im Wertvollen bliebe.

Wertschaffend lerne Leben ich schätzen.
Was war hier gut? Was ist mir gelungen?
Misserfolge mich kaum noch verletzen.
Erfolg darf sein, wird nicht erzwungen.

Will tun, was Stimmigkeit in mir verstärkt,
Will Gefühle nicht denkend wegdrücken.
Was mir gut tut, wird rechtzeitig bemerkt,
Zwischen Sein und Selbst keine Lücken.

Nicht: Ich bin hier und das Leben ist dort.
Sondern ich und mein Sein werden gleich.
Das Hier-und-Jetzt wird mein Lebensort.
Unser Leben bejahend, werden wir reich.

So einfach kann unsre Entwicklung sein:
Sich kaum noch ins Gewohnte verlieben.
Nichts zieht mehr in Verwicklung hinein.
Frei zu schöpfen, darf ich täglich üben.

Will Krisen der Stagnation entkommen,
Mich in dem Alltagstrott nicht verlieren.
Leben wird experimentell angenommen,
Dabei innehaltend hin zur Seele spüren.

Will Weite zur Alltagserfahrung machen,
Mehr in mir, weniger im Außen suchen,
Nicht verweilen in öden Erlebensbrachen,
Reise zum Selbst tief inwärts mir buchen.

Will als sozial geworden mich begreifen,
Mich weder in Geist noch Leib verengen,
Statt Verletzungen leugnend daran reifen,
Experimentierend mich nicht bedrängen.

Nicht Überleben allein füllt das Leben aus.
Das Hiersein gerät mir zur Lebenskunst.
Künstlern ist jede Unterwerfung ein Graus,
Kein Buhlen mehr um Anerkennungsgunst.

Will niemandem mehr dienend genügen.
Vorbei sind die Zeiten der Selbstklaverei.
Muss mich weder täuschen noch belügen.
Wer seine Schatten annimmt, der wird frei.

Will Zukunft ohne Herkunftsnot genießen,
Mich liebevoller durchs Leben begleiten,
Türen zum Besseren nicht verschließen,
Nicht mehr mich mit mir selbst zerstreiten.

Auf innere Stimmigkeit will ich achten,
Herz, Hirn und Hand zusammenführen,
Mich täglich als wandelbar betrachten,
Dass Mitweltsmomente mich berühren.

Ich will heim, nicht in Entfremdung gehen -
Wahres Sein schwebt nicht in Galaxien -
In deine Augen, nicht nur in Sterne sehen.
Leben lebt auf, da wir uns nicht entfliehen.

Einatmend lasse ich Lust in mich ein,
So vordringend zum sinnlichen Prallen.
Will ausatmend mich von Frust befrei'n,
Was meint, aus Rollenfallen zu fallen.

Ich darf mich in mich selbst verlieben.
Selbstliebe gerät zur Seinsakzeptanz.
Leistung soll nimmer Genuss eintrüben.
Durch Liebe erhält mein Hiersein Glanz.

Menschlichkeit entfalten

Menschlichkeit zeigt sich im Kontakt miteinander.
Wir gehen liebevoll mit uns und mit anderen um.
Als Gleicher unter Gleichen ich Sein durchwander'.
Kein Aburteilen oder Spalten in klug oder dumm.

Miteinander fängt bei gutem Selbstumgang an:
Kann ich mir Freund sein, mich achten, schätzen?
Oder zieht mich die Egozentrik so in den Bann,
Dass ich andere und mich muss stets verletzen?

In bin in der Lage, mich vertrauensvoll zu binden,
Verbindliche, nährenden Nähe aufrechtzuerhalten,
Die zu mir gut passen, zu suchen und zu finden,
Ohne denen, die nicht passen, das vorzuhalten.

Verbindliche Verbindung ist hoher Wert für mich.
Ich schätze offene, ehrliche, unterstützende Nähe.
Ich trage die Konflikte fair aus, denn ich liebe dich,
Kläre und löse sie, dass ich dich besser verstehe.

Was ich an Frust einst in Beziehungen erfahren,
Kläre ich für mich, will ich auf dich nicht abladen.
In kindlicher Enttäuschung lauern viele Gefahren,
Die ich heile, nicht dir noch mir mehr zu schaden.

Ich schätze es, Menschen einen Gefallen zu tun,
Für andere mit da zu sein, jedoch ohne Servilität.
Gegen unterwürfige Dankbarkeit bin ich immun,
Weil mir der Sinn nicht nach Abhängigkeit steht.

Was ich kann und habe, mag ich gern teilen.
Wohlstand soll nicht auf Kosten anderer sein.
Es ist beruhigend, einander zur Hilfe zu eilen.
So stellt haltbares soziales Netzwerk sich ein.

Großzügigkeit ohne Kalkül, aus freien Stücken.
Wer genug hat, kann Überschuss weitergeben.
So kann gutes Leben in Gemeinschaft glücken,
Jagen Angst wir und Einsamkeit aus dem Leben.

Grundlagen für unseren Zusammenhalt sind,
Aller Gefühle und Bedürfnisse einzubeziehen.
Man bleibt nicht sachlich und emotional blind,
Muss nicht vor sich selbst in Kälte entfliehen.

Meiner wie deiner Motive und Gefühle bewusst,
Suchen wir nach uns heilender Kommunikation.
So meistern wir Konflikte, mindern wir Frust.
Miteinander friedlich zu sein, lohnt sich schon.

Sich für Gerechtigkeit einsetzen

Was schweißt Gemeinschaft zwanglos zusammen?
Was lässt Gemeinschaften eher wieder zerfallen?
Wir lösen uns ab, wenn Hierarchien wir entstammen.
Nicht länger wir danach an die Herkunft uns krallen.

Freiheit, Gleichheit und Freundschaftlichkeit sind
Fundamente, auf denen Gemeinschaften gründen.
Für Ungerechtigkeiten sind nicht länger wir blind,
Weil von Gemeinschaftszersetzung sie künden.

Lehrreich ist es, als Mitglied in Teams zu agieren,
Zu erfahren, mit anderen gemeinsam zu schaffen,
Psychosoziale Dynamik im Miteinander zu kapiern,
Dabei konstruktive Funktion für Gruppen zu raffen.

*Wie können wir noch besser zusammenarbeiten?
Unterstützen wir uns schon, das Beste zu geben?
Überwinden wir Konflikte, beheben wir Pleiten?
Muss keiner hier eine Machtstellung anstreben?*

*Wie fördern wir uns? Wie schränken wir uns ein?
Sind Unterschied wie Gemeinsamkeit balanciert?
Wie jede Person wirklich ist, darf sie hier so sein,
Ohne dass ihr was Nachteiliges dadurch passiert?*

Wer langsamer ist, kann Unterstützung kriegen.
Nicht länger geht es um weit, schnell, Gewinnen.
Weg mit Konkurrenz, Bedrängen, Kampf, Siegen.
Endlich mit Gleichheit der Chancen wir beginnen.

Die Gleichheit jedoch meint nicht zu uniformieren,
Meint Ausgleich angesichts von Unterschieden.
Wer schwächer ist, muss so nicht länger verlieren,
Gibt sich nicht mit dienendem Handeln zufrieden.

Falls erforderlich, kann wer Initiative übernehmen,
Gemeinsame Aktivitäten umsichtig zu organisieren.
Ich muss mich nicht durch zu viel Skrupel lähmen,
Übernehme Verantwortung, kann leiten und führen.

Doch zu führen macht nicht Persönlichkeit aus.
Ich überwinde in mir meinem Führungszwang,
Finde wieder aus Führungsverantwortung raus,
Denn stets zu führen, macht einsam und krank.

Führen schon, doch nie auf Dauer und verbissen.
Immer mal wieder, wenn mein Talent nachgefragt.
Führungsfähige werden nicht länger verschlissen.
Beteiligte verantwortlich mitzuführen hier wagen.

Mutig werden

Es erfordert unseren Mut, hohe Ziele anzustreben.
Misserfolge, Rückschläge, Frust lauern allerorten.
Doch reicher und freier wird ein derartiges Leben,
Öffnen sich uns doch der Sinnhaftigkeit Pforten.

Mut ist Seelenkraft, um Barrieren zu überwinden,
Hindernisse in uns selbst und in der Außenwelt,
Zu Aktivitäten trotz vieler Widrigkeiten zu finden,
Selbst wenn in uns innerer Schweinehund bellt.

Für hohe Ideale wie Freiheit und Menschlichkeit
Haben viele vor uns, für uns ihr Leben gelassen,
Angst und Selbstsucht zu trotzen, waren sie bereit,
Mochten Herrscher sie foltern, morden, hassen.

Tapfer ertragen Ausgrenzung, Schmerz, Bedrohung,
Von Herzen wohl wissend: Das Ziel ist es mir wert.
Wir wollen Welt ohne Angst, Hunger, Verrohung,
Wo ein jeder Mensch Freundschaftlichkeit erfährt.

Werte wie Freiheit, Gleichheit, Freundschaftlichkeit,
Wurden auf so vielen Barrikaden tapfer verteidigt.
Werden wir auch wacker sein, zu kämpfen bereit,
Entmachten wir Reiche, so dass diese beleidigt?

Solange eine Zielverfolgung als wertvoll erscheint,
Bleiben wir trotz Mühsal und Schwierigkeiten dran.
Leben ist nicht nur als Glück und Genuss gemeint.
Es durchaus auch Krise und Konflikt geben kann.

Geht es so nicht, dann eben mal anders herum.
Zur Beharrlichkeit gesellt sich unsere Kreativität.
Mehr vom Selben ist häufig her müßig bis dumm,
Da nur im Neuen auch Besseres für uns entsteht.

Schaffen wir es noch nicht, dann Enkel vielleicht.
Wir reihen uns ein in den Generationenverlauf.
Für großen Wandel meist ein Leben nicht reicht.
Jeder Mensch trägt seinen Wert bei, gibt nicht auf.

Ich finde zum Mut, hier die Wahrheit zu sagen,
Meine Wahrheit, nicht die, allgütig und losgelöst.
Bluffen, Sozillügen, Ausreden geht es an Kragen.
Eine Als-Ob-Welt wird als uns trennend entblößt.

Es geht um Stimmigkeit, durch die zu erfahren:
Man mich selbst, nicht nur meine Maske meint.
Meine Integrität und Spontaneität zu bewahren,
Als erstrebenswertes Ziel mir im Leben erscheint.

Meine Stärken muss und will ich nicht verstecken.
Auch erkannte Schwächen decke achtsam ich auf.
Es gibt sicher die, bei denen werde ich anecken.
Doch, gemocht zu werden, ich mich nicht verkauf.

Ein Wunderwerk mit seiner Selbstheilungskraft,
Mit einer Seele, gigantisch, wie's Universum weit,
Der Planet Erde, der uns eine Heimstätte schafft,
Unendlichkeit des Raumes und Ewigkeit der Zeit:

Zugleich jedoch nur mich allein im Hier-und-Jetzt,
In die Wirklichkeit des Augenblicks eingebunden,
Wissend und weise sowie schwach und verletzt
Mit der Chance, dank Liebeskraft zu gesunden.

Von allem Wunderbaren lasse ich mich erfassen.
Ich erlaube mir, immer neu begeistert zu staunen.
Vitalität muss auch im Alter niemals verblassen,
Auch wenn viele Alte von Seinsüberdruß raunen.

Mäßigung einladen

Lebenskunst ist es, zur inneren Mitte zu finden,
Sich nicht zu verlieren in polarer Einseitigkeit,
Einseitigkeiten durch Ausgleich zu überwinden.
Mäßigung im Sinne solch Balancierens befreit.

Begeisterung allemal, doch keine Dauerexzesse.
Exzess als Gewohnheit wird nur allzu bald schal.
Da ich mich durch Exzesse fortwährend stresse,
Geht mir Freude verlustig, wird Dasein zur Qual.

Wer uns Leid angetan, dem heißt es zu vergeben,
Auch wenn Unrecht von einst scheint riesengroß.
Mit Groll und Rachsucht vergiften wir unser Leben.
Nur vergebend lösen wir von altem Elend uns los.

Wer weiß, was ich gefühlt hätte, gedacht, getan,
Wenn ich damals gelebt unter anderen Zeichen?
Was soll auf gestern bezogener Verfolgungswahn.
Altes Unrecht lässt sich nie rächend begleichen.

Nur Vergeben ist heilsamer Weg zum Vergessen.
Vergeben meint: Hinsehen und nicht verdrängen.
Sonst bleiben wir von Rachedämonen besessen,
Die zerstörerisch in unser Hiersein sich drängen.

Kein Angeben, Auftrumpfen, Protzen und Prahlen.
Das zumeist gemeinsam Erreichte spricht für sich.
Preis der Einsamkeit wir fürs Aufschneiden zahlen.
Doch du bist meist ganz du. Dafür liebe ich dich.

Überall Geschrei um Konsum samt Riesengewese:
Hier, kauft mich! Ich habe, was dringend ihr braucht.
Vom Warenschein des toten Kapitals ich mich löse.
Herzlose Konsumkälte Seelen zusammenstaucht.

Da wir wie selbstverständlich täglich kooperieren,
Kriegen alle mit, was wir an Gutem einbringen.
Es darf nicht zum Hervorheben Einzelner führen,
Ist Gemeinschaft Grund für ein gutes Gelingen.

Ich unterlasse jetzt, was ich wohl später bereue,
Mich in künftige Situation Beteiligter einfühlend.
Vor moralischem Urteil ich berechtigt mich scheue,
Weil Moral oft eine uns spaltende Rolle spielend.

Vorsichtig zu sein, meint auch, vorauszuahnen:
Was könnten Worte samt Handlung anrichten?
Geht es darum, mich zur Umsicht zu ermahnen,
Auf allzu leichtfertige Spontaneität zu verzichten?

Wie derart Konflikt lösen, dass alle gewonnen?
Wie fördern, dass Neues und Gutes entsteht?
Herz öffnen und Worte liebevoll und besonnen,
Dass Vertrauen erwächst und Angst vergeht.

Gefühle, Handeln, Worte sind unter Kontrolle.
Ein Spielball wilder Triebe muss ich nicht sein.
Nur selten bin ich außer mir, total von der Rolle.
Meist bin ich wach in mir, lass mich nicht allein.

Ich erlaube rechtzeitig Rückzug, mich zu regulieren.
Dauerkontakt außen kann uns von uns vertreiben.
Gefühle samt Bedürfnissen gilt es genau zu spüren.
Welche sind gestrig, welche neu, können bleiben?

Ich achte auf den Leib: Wo zeigt sich Verspannen?
Was will dieser Druck auf den Magen mir sagen?
Auch Träume für mich an Bedeutung gewannen:
Inwiefern teilen sie mir mit, was Neues zu wagen?

Ehrlichkeit und Offenheit

Ich schaue ehrlich hin: *Was kann ich noch nicht,*
Was eher ansatzweise, was schon ziemlich gut?
Wenn ich was nicht kann, Herz mir nicht bricht.
Wandlungschancen ergreife ich mit Löwenmut.

Ich bin ehrlich zu mir, jedoch nicht mehr streng.
Es geht um Tendenz, Richtung, nicht Perfektion.
Mit Strenge ich das zarte Neue in mir verdräng':
Ansatzweise was können, was heißt das schon?

Ansatzweise heißt: Es sind Ansätze schon da.
Aus Keimling kann prächtiger Baum ersprießen.
Diesen Keimling zu schützen, bin ich mir nah.
Zartes Neues in mir mag ich schützend genießen.

Ich erlaube mir zugleich, mit mir geduldig zu sein.
Wenn mir was schwerfällt, hat das seinen Grund.
Welche Szenen aus Kindheit fallen mir dann ein?
Was machte die Seele verletzt einst und wund?

Wir Menschen sind festgelegt und zugleich frei.
Gene und Mitwelt formen Entwicklungsrahmen.
Doch bis ins Alter formt unser Gehirn sich neu,
Vor allem, wenn in gute Gesellschaft wir kamen.

Hingabekraft

Erlösend für Menschen ist ihre Hingabekraft,
Mit der liebend Sozialwärme man sich schafft.
Suchst heilende Wege du oder die bequemen?
Willst geben du oder willst eher du nehmen?

Nehmen und Geben sind wirkend nicht gleich,
Denn wer nimmt, wird arm. Wer gibt, wird reich.
Wer nimmt, lässt sich verharren in Passivität.
Wer nimmt, der erwartet, dass man ihn versteht.

Wer nimmt, der hat sich damit zu bescheiden
Was andere haben. Meist heißt das zu leiden.
Wer nimmt, das Leben kaum selbst bestimmt,
Im Teiche des fremden Mitgefühls schwimmt.

Wer nimmt, hat nicht, was wirklich gebraucht.
Aufs Maß Gebender wird zurück er gestaucht.
Allein nehmend versäumt man Geberfreude,
Wird machtlüsterner Gebender leichte Beute.

Nur-Nehmende sind in Wahrheit meist Opfer,
Sind von der Hälfte wahren Daseins isoliert.
Es hängt an der Gebenden Dauertropf, wer
Die Gnade des Gebens für sich nicht kapiert.

Ein herzliches Geben kaum jemanden kränkt.
Wer gibt, sich selbst sowie andere beschenkt.
Unterwerfungsabsicht ist gebend nicht dabei.
Wer gibt, reagiert nicht mehr, doch handelt frei.

Wer gibt, gibt Freude des Schenkens sich hin,
Erschafft sich, sich hingebend, Lebenssinn.
Wer gibt, ist frei, Beziehungen mit zu kreieren
Und Besseres wie Heilendes auszuprobieren.

Wer gibt, gibt nicht, um damit was zu erreichen.
Jedwede Absicht muss dem Herzen entweichen.
Wer gibt, gibt nur, weil genug Heilendes er hat.
Geben macht so Gebende wie Nehmende satt.

Wer gibt, verliert nicht mehr, sondern gewinnt,
Denn ein Leben mit innerem Reichtum beginnt.
Die Liebe vergebend, man mehr Liebe erhält.
Dies ist wie ein Gesetz in der geistigen Welt.

Denn die Liebe ist kein materielles Produkt,
Das verschwindet, wenn man es verschluckt.
Ich möchte mich verschenken an das Leben.
Ich will Liebe geben, mich der Liebe hingeben.

Doch ich gebe meine Liebe nicht nur zu dir.
Denn bedeutende Anteile gebe ich auch mir.
Wer sich selbst liebend den Geliebten hingibt,
Bemerkt dabei viel eher, wird auch er geliebt.

Beim Geben muss ich mich nicht entzwei'n.
Denn ich beziehe mich selbst ins Geben ein.
Ich gebe, was ich brauche, vergebe Verfehlen,
Beginne mit der Liebe, beende mein Quälen.

Einverstandensein

Mein Verstand fragt nach: Wird etwas vermisst?
Mein Herz antwortet ihm: Alles vollkommen ist.
Doch leider hat mich mein engender Verstand
Noch allzu oft, bin ich unachtsam, in der Hand.

Häufig zerfalle ich noch in ein Ja oder ein Nein,
Statt einfach schlicht einverstanden zu sein,
Statt einfach nur den neuen Tag zu begrüßen,
Geliebte Person wonnevoll-zärtlich zu küssen.

Wenn das Einfache endlich doch einfach wäre.
Wie lange geh' ich schon in des Lebens Lehre?
Wie schwer fällt es noch, Urteile zu entfernen,
Freiheit des Einverstandenseins zu erlernen?

Einverstandensein ist nicht gleich Hilflosigkeit,
Es bedeutet: Ich bin voll verantwortlich bereit
Das wertzuschätzen, was in mein Leben tritt,
Teilt sich sein Wert auch erst langsam mir mit.

Was anfangs wertlos schien, ward mit der Zeit
Zu einem Wert, der mein Leben oft wandelte.
Wer einverstanden ist, der macht sich bereit,
Dass er, Vorurteile zurückstellend, handelte.

Dessen Leben leitet eher ein größerer Geist,
Der all seine Anteile in sich willkommen heißt.
Uns in Liebe auflösend, spüren wir die Kraft,
Die uns Räume jenseits Vorgestellten schafft.

Wenig macht beschränkend bitter und böse,
Wenn liebend ich mich von Vorstellung löse,
Dass fest ans Ufer klammern ich mich muss,
Anstatt vertrauend zu treiben im Lebensfluss.

Willst liebend du dein Alltagserleben genießen,
Lass dich los, beginne mit Freuden zu fließen.
Solcherlei Fließen befreit. Es darf einfach sein.
Weiterung führt über unser Einverstandensein.

Einverstanden damit, dass das Dasein begrenzt,
Dass neben Glück auch das Elend du kennst,
Eins mit ewigem Kreislauf von Leben und Tod,
Mit der Vergänglichkeit von Freude wie von Not.

Die Wahrheit ist: Wir sind unauflösbar verstrickt
Lebenslang in unseren Festhalte-Loslass-Konflikt,
So dass wir niemals sicher beantworten können:
Ist es angesagt, sich zu binden oder zu trennen?

Einverstanden auch, dass wir klein sind und dumm
Zugleich ein Bestandteil vom Evolutionsmysterium.
Einsichtig, dass bisweilen an Grenzen wir stoßen,
Gefangen im Seelenkäfig voll Angstneurosen.

Einverstanden, unser Sein nie ganz zu verstehen,
Wie oft und wie sehr wir dies wenden und drehen.
Frohgemut darüber, dass erreichen wir können,
Was die inneren Kräfte uns zuweisend gönnen.

Sich einlassen

Demütig zu werden, meint, sich zu hinterfragen:
Muss ich das tun? Oder sollte ich das lassen?
Sich nicht über seine Machtlosigkeit zu beklagen,
Die Grenzen des realen Einflusses zu erfassen.

Fragen dienen mir dazu, zum Wesen zu finden,
Mich Trennendes in mir dabei zu überwinden.
Hinterfragend kann Grenzen ich überschreiten,
Meinen Geist zum Raum des Herzens weiten.

Dabei frage ichfreundlich, nicht streng und bitter.
Fragen sind zum Erwärmen, nicht als Gewitter.
Ich hinterfrage mich und, willst du, auch dich.
Ein Dialog zwischen und entsteht hoffentlich.

*Was geht in dir vor, falls es dir um etwas geht?
Gehst du für das, was hinter dem Leben steht?
Bist du offen dafür, jene Gaben zu empfangen,
Die dich fördern, hin zum Wesen zu gelangen?*

*Gibst du dich hin? Gibst sogar du dein Habe,
Um durchlässig zu werden für weitende Gabe,
Auch wenn unsere Zukunft stets unbenannt,
Voll von Rätself, kaum als Ahnung bekannt?*

Dir Zugehöriges, kannst du es dir auch nehmen,
Kannst du dich zeigen, ohne dich zu schämen?
Fühlst du dich eingebettet in den großen Kontext,
In dem all unser Dasein vergeht oder wächst,

In dem neben dir auch dein Leben mit wählt,
Etwas Größeres auch dich in den Händen hält?
Bist du dich einlassend bereit, anzuerkennen,
Dass sinnlos ist, vor sich selbst wegzurennen?

Ahnst und spürst du konkrete Einlassangst?
Weißt du auch, wie du überwinden sie kannst?
Angst erscheint real, doch ist nicht Wirklichkeit.
Vor Angst kapitulierend, erschaffst du dir Leid.

Erlaube dir auszuscheiden, kraftvoll und leicht,
Eigene Wege findend, bis das Seinsziel erreicht.
Erkennst du dein loderndes Bestimmungslicht,
Schreite mutig zu ihm voran und zaudere nicht.

Sich annehmen

Wer sich annimmt, hat im Leben es leichter,
Kann Widerstandskraft gegen Elend mehren,
Kann proaktiv entscheiden und erreicht mehr,
Muss sich nicht nur seiner Ängste erwehren.

Wer sich annimmt, kann lebensoffen werden,
Kann Geist samt Herz aufs Dasein ausrichten,
Kann ganz im Prozess des Lebens sich erden,
Muss auf Vitales nicht noch länger verzichten.

Wer sich annimmt, kann Mitgefühl empfinden,
Kann andere in ihrer Besonderheit belassen,
Kann Dasein auf Echtbedürfnissen gründen,
Muss Bedürftigkeit der anderen nicht hassen,

Kann differenzieren, statt zu pauschalisieren,
Gemeinsamkeit sowie Unterschiede beachten,
Muss nicht gewinnen und auch nicht verlieren,
Kann Gemeinschaften solidarisch betrachten.

Wer sich annimmt, schätzt sein Erleben wert,
Kann Erleben in Lebensklugheit verwandeln.
Erleben ist nicht länger richtig oder verkehrt.
Erleben wirkt im Innen. Außen wirkt handeln.

Keine objektiven und absoluten Urteile mehr.
Jedes Anliegen für sich wird ernstgenommen.
Nur achtsames Wertschätzen bietet Gewähr,
Dass, was wir brauchen, wir auch bekommen.

Ein offener Geist kann leichter unterscheiden:
Was ist Erfahrung und was ist Glaube in mir?
An Realitätsverleugnung muss keiner leiden.
Was eigen oder fremd ist, deutlich ich spür'.

Glaube muss nicht zur Überzeugung entarten,
Zweifel darf Bruder des Glaubens so bleiben.
Frei für neue Erfahrung und offen im Erwarten,
Ist das Lebensskript tagtäglich umzuschreiben

Wer sich annimmt, kann sich eher infragestellen,
Muss sein Nichtwissen vor sich nicht verstecken,
Kann seine Wissenslücken viel leichter erhellen,
Muss nicht mit Behaupten und Dogma anecken.

Nichtwissend kann Fragen man ausformulieren.
Arroganz meint, man ist nicht zu fragen bereit.
Einfache Antworten meist in die Irre uns führen.
Zu wissen schafft Enge. Zu fragen macht weit.

Wer sich annimmt, kann Verantwortung tragen,
Muss keine Schuldigen suchen bei Misslingen,
Kann sich selbst auch mal zu kritisieren wagen,
Muss nicht tun als ob, muss sich nicht zwingen,

Kann auch Autoritäten differenziert kritisieren,
Ob das nun Medien, Politiker, Vorgesetzte sind.
Muss sich nicht ängstlich-schamhaft genieren,
Wird erwachsen, bleibt nicht in Dauerhaft Kind.

Wer sich annimmt, kann Unbekanntes ertragen,
Muss nicht hinter Filterblasen sich verschanzen,
Kann kreativ gestalten, muss nicht nur klagen,
Verortet einbeziehend als Teil sich im Ganzen,

In einem Ganzen, das Besonderheit anerkennt,
Wo Gemeinsamkeit wie Unterschied existieren,
Wo erwünscht ist, dass man sich selbst erkennt,
Man seine Persönlichkeit nicht muss verlieren.

Wer sich annimmt, kann einen Wandel einleiten,
In der eigenen Psyche wie in der äußeren Welt,
Kann sich wie andere in eine Zukunft begleiten,
Wo unser Überleben nicht länger infrage gestellt.

Glücksbereitschaft

Glück ist wie Liebe. Keiner kann sie erstreiten.
Doch kann Glück man nährend Boden bereiten.
Wie wird man bereit, lässt Beglückendes zu?
Ich nenne Wege. Entscheide und handele du.

Wir können auf Dauer wahrhaft glücklich sein,
Wenn aus Beschränkung wir Denken befrei'n.
In Enge des Egos Herrscht enger Verstand,
Furchtsame Glücksmeider als Helfer zur Hand.

Verstand suggeriert, Glückssuche sei vergeblich.
Unser Glücklichsein sei vollkommen unerheblich.
Wenn schon Glück, dann nur für kurzen Moment,
Wie bei Wunderkerze, die sprühend verbrennt.

Engverstand ist schlau. Zu gern er vergleicht.
Mit Wortbildern er sich in Gefühle einschleicht.
Engverstand dient Ego, das fast alles meidet,
Was vom Gewohnten sich sehr unterscheidet.

Angst dient Ego, Verstand zu kontrollieren,
Ihn drohend wieder in alte Enge zu führen.
Angst in Verbindung mit Gewohnheitskraft
Viel Gestaltungsmacht dem Ego verschafft.

Mit Angst, Gewohnheit und engem Verstand
Hat dein Ego unziemlich dich in der Hand.
Ego-Herrschaft heißt: Alte Pfade zu benützen,
Dich vor Neuem, Wandel, Weite zu schützen.

Ego sorgt, dass in Scheinsicherheit man lebt,
Man sich begrenzt, nicht Entgrenzen anstrebt.
Ego-Dämon suggeriert, Existenz wir gefährden,
Wenn wir uns verwirklichen, selbst wir werden.

Ego-Existenz ist wie ein Leben als Schonzeit,
Umfriedet von Wall aus ängstlich Gewohnheit.
Scheinsicher kaum Leben, eher Vegetieren.
Eingekerkert wir Freude am Leben verlieren.

Ego ist Sicherheitskopie vom wahren Leben,
Macht, dass wir uns im Umzäunten bewegen.
Ego gaukelt vor, auf die Art geborgen man sei.
Akzeptiere man Zäune, lebe man sorgenfrei.

Ego-Trip führt uns eng und hält uns im Trüben.
Ego-geleitet kann man nur Unglücklichsein üben.
Ego-begrenzt kann man Glück kaum erschau'n.
Ego baut Schutz davor aus Mauer und Zaun.

Ego ist wie Wachhund am Zugang der Höhle.
Wo tief im Innen wohnt uns erlösende Seele.
Von der Seele wird Glück ins Leben gebracht,
Wenn wenige Momente Zugang unbewacht.

Möchtest im Leben du Chance zu Dauerglück,
Gehe hinein in die Höhle, hole Seele zurück.
Wenn auch im Dunkel dir Dämonen auflauern,
Überwindest du scheinbare Zäune und Mauern.

Vertraust du der Seele, dann spürst du schon:
Begrenzungen sind Ego-Gaukelspiel, Illusion.
Nimm Angst als Kompass und schreite voran.
Trugbildender Dämon dir nichts anhaben kann.

Auch wenn Dämonen des Egos dich schrecken,
Beschreite Seelenpfad und bleibe nicht stecken.
Erleuchte die Höhle mit Leitstrahlen der Liebe.
Bezwinge vertrauensvoll Einengungsantriebe.

Je mehr wir fortschreitend der Seele vertrauen,
Je eher werden Pfade zum Glück wir erschauen.
Jeder muss allein Höhlenwelten durchschreiten,
Wohllollende können uns mitschreitend begleiten.

Wagen wir uns durch das Dunkel unsrer Höhlen,
Bis durch Tore wir finden zu funkelnden Seelen.
Kehren demütig beseelt wir in den Alltag zurück,
Steigen Chancen für liebendes Leben in Glück.

Sich für sein Glück öffnen

Gehen wir doch erst einmal davon aus:
Dass ein Glück im Dasein sei möglich.
Überall finden sich gute Gelegenheiten.
Werfen wir doch endlich Elend hinaus,
Und dies konsequent möglichst täglich.
Öffnen wir dafür unsere Herzen weit.

Glück im Leben ist nicht einfach so da.
Das Glück will erkannt und benannt sein.
Bedingungen für Glück sind zu gestalten.
Glückszustand braucht unser klares Ja,
Besser ist, man lädt Glück zu sich ein,
Statt Glück aus Leben herauszuhalten.

Allein unsere verwegene Vermutung,
Dass es das Glück auch für uns gibt,
Lässt das Glück uns eher anstreben.
Die meisten Menschen sind gut und
Sind dafür hier, dass man sich liebt
Als Grundlage für Glück im Leben.

Das Glück im Leben zu finden bereit,
Beginnen wir mit innerem Suchen.
Dabei wandelt unser Dasein sich.
Es erwächst eine neue Wirklichkeit,
Sobald wir das Glück mitbuchen,
Lockt Leben uns gegen den Strich.

Die Tage werden freudiger begrüßt,
Unser Mut wächst, uns zu binden,
Mit zu sorgen für unser aller Wohl.
Ein Lächeln uns die Tage versüßt.
Das uns Heilende wir eher finden.
Leben erscheint uns weniger hohl.

Im Vordergrund irgendwann steht
Was mir und uns heute gut glückte.
Erfolge werden mehr, sind erlaubt.
Durch unsere innere Milde verweht,
Was uns einst mächtig bedrückte.
Und aufrechter steht unser Haupt.

Für Glücksmöglichkeit endlich offen,
Laden Wandel in den Alltag wir ein,
Lassen mehr Freude wir ein und zu.
Wandeloffen dürfen täglich wir hoffen,
Stellen wir endlich das Zaudern ein,
Pfeifen wir auf einengendes Tabu.

Unsere Seelenschatten wie Verlust,
Qual, Kränkungen oder Schmerzen
Müssen wir nicht mehr übersehen.
Unglück ist, wenn wir unbewusst
Mit uns taub gewordenen Herzen
Uns selbst aus dem Wege gehen.

Unsere Chancen für Glück steigen,
Wenn wir den Freunden vertrauen
Bei Angst, Elend, Not und Gefahr.
Schwere Gefühle eher schweigen,
Sobald wir getrost darauf bauen,
Dass uns Rettung wird offenbar.

Um auf Erden glücklich zu werden,
Bedarf es all unseren Wagemutes,
Um Konventionen zu überschreiten.
Für unsere Menschheit auf Erden
Entsteht nur dann etwas Gutes,
Wenn wir es zusammen bereiten.

Intellektuelle sind hierzulande meist
Von ernsthafter Schwermut erfasst.
Denn zu leben ist leider nicht leicht.
Fröhlichkeit erscheint ihnen als dreist,
Nicht zum realen Dasein sie passt.
Bildung bei denen eben nicht reicht.

Wer vorgibt, sein Sein zu verstehen,
Kann nicht wahrhaftig glücklich sein.
Denn bei so viel Leid um uns herum.
Muss jedes Lächeln einem vergehen,
Lässt tatsächliche Realität man ein.
Wer sich glücklich wähnt, ist dumm.

Wer strahlenden Auges berichtet,
Ihm gehe es durchweg hier wohl,
Es erfreue ihn sehr, dass er sei,
Erscheint vielen als unterbelichtet
Oder als ob er gefüllt mit Alkohol,
Sei absolut unglaubwürdig dabei.

Wer angefüllt mit tiefer Dankbarkeit
Alltagerleben schwärmerisch preist,
In vollen Zügen das Dasein genießt,
Wirkt so, er wäre er nicht gescheit,
Scheint seelisch und geistig verwaist.
Normale Alltagsmuffel er verdrießt.

Gigantischer Leistungsdruck gepaart
Mit Angst, Scham und mit Schuld
Hat uns vom Glück weit entfernt.
Für viele ist es sehr dornig und hart
Und verlangt von ihnen viel Geduld,
Bis man Glückliche sein neu erlernt.

Dass der Vogel, der morgens singt,
Abends ermordet wird durch Katze,
Ich halte mich nicht mehr daran.
Wer pessimistischen Spruch bringt,
Mit einer miesmachenden Fratze
Den schaue dir einfach nicht an.

Mensch, freue dich nicht zu früh.
Was ist denn das für ein Quatsch?
Besser früher freuen als zu spät.
Der Irrglaube, Leben sei nur Müh,
Sei Schande, Sünde und Matsch,
Zumeist hinter Miesmachen steht.

Mit jedem allzu schweren Problem,
Mit jeder mich schüttelnden Krise,
Mit großem Mangel an Sicherheit,
Ich meine Lebensfreude mir nehm'
Und mir die Lebensliebe vermiese,
Bin ich nicht für mein Glück bereit.

Die Glücksgefühle zu unterdrücken
Mein Glückliche sein zu begrenzen,
Im öden Verzicht mich einzurichten,
Ist für mich ohne jedes Entzücken,
Ist deshalb besser zu schwänzen.
Nie will auf Glück ich verzichten.

Gefühlsbauch lasse ich weich,
Mich mutig öffnend zum Herzen
Traue ich den atmenden Lungen.
Liebesahnen macht mich reich
Und Freude lässt mich scherzen.
Ich wähle Gutes, ungezwungen.

Verkorkste Bilder, die uns sagen,
Auf dem Glück liege ein Deckel,
Glück sei gestopft in einen Topf,
Damit es mich nicht kann plagen,
Ich flugs ins hinterste Eck stell',
Bis sie raus sind aus dem Kopf.

Lieber ein unbekanntes Glück
Als weiterhin bekanntes Elend.
Leid wird nicht länger erhalten.
Nicht in die alten Muster zurück,
Die einstmals derart quälend.
Lieber das Neue wir gestalten.

Heute geht es mir schon gut,
Doch besser geht es morgen.
Stärke will ich nicht verstecken.
Ich erlaube mir viel Lebensmut,
Um Kraft, die in mir verborgen,
Endlich vollends aufzuwecken.

Unser Glück ist ohne ein Maß.
Glücksgefühl ist ohne Grenze.
Glücklich dürfen wir täglich sein.
Glück ist weit mehr als r Spaß.
Glücklichsein erfüllt uns in Gänze,
Stellt als Gnade-Erleben sich ein.

Wahres Leben

Wahr, wirklich, wichtig: Welche hehren Begriffe.
Wären die Worte nichtig, ich gern auf sie piffte.

Nicht ein Wort an und für sich sich wichtig macht.
Bedeutung für mich hat erst Sinn mir erbracht.

Sage ich: Ich bin. Aber spüre das Sein ich nicht,
Verliert das Wort an Sinn. Auf Unsinn verzicht'.

Was sind im Leben wirklich wichtige Sachen?
Handlung und Situation, sie wir wichtig machen.

Wozu Dinge benennen als wichtig oder nichtig?
Wieso urteilend trennen in falsch oder richtig?

Tagtäglich urteilen wir nahezu vollautomatisch.
Automatisches ist mir zumeist nicht sympathisch.

Ich möchte gern Sou-veränität hier behalten.
Mein Hiersein immerzu selbstkreativ gestalten,

Keine Existenz führen nach fremden Plänen.
Möchte mich spüren, in der Mitte mich wännen.

Denn Urteilen dazu führt, ans Trennen zu gehen.
Man spaltet statt bindet, kann Ganzes nicht sehen.

Polarisiert ist Menschsein auf Trennung bedacht.
Wir sind spaltend allein, geben Teilendem Macht.

Ganzheit zu gestatten, heißt Hingabe begreifen,
Akzeptierend die Schatten, Lichtwelt zu erreichen.

Oberflächengefunkel wir grundwärts ausweiten,
Da Hell und Dunkel zugleich wir durchschreiten.

Sobald wir Übergänge als Chancen begreifen,
Kann jenseits der Zwänge Seinsweisheit reifen.

Lassen wir das Leben ein und uns überraschen.
Wer sich hingibt ans Sein, wird Gnade erhaschen.

Geben wir uns wie nackt, absichtslos und bereit,
Uns der Seelenkontakt von Daseinsangst befreit.

Wir erfahren die Zwänge als Wächter zum Glück,
Durchschreiten die Enge, Schauen nicht zurück,
Folgen nicht der Regung träger Festhaltungsmacht.
Heilende Bewegung wird von der Liebe erbracht.
Sind liebend wir offen, uns verrücken zu lassen,
Wird Kreativität Hoffnung und Seelen umfassen.
Wahres Leben im Innen können wir erfassen,
Sobald wir beginnen, die Zwänge loszulassen.
Dann erst wir erkennen: Leben im Klammerbiss
Nicht lebendig zu nennen, müder Kompromiss.
Den Biss kann man lösen, Lebensfreude einladen,
Durchs Hiersein dösen, sich nicht mehr schaden.
Es reicht nicht fürs Leben, Hiersein zu bedenken.
Musst dich voll hingeben, gänzlich verschenken.
Lockere deinen Griff, lasse mutig dich treiben.
Es muss das Lebensschiff nicht am Ufer bleiben.
Plane nicht dein Leben. Lass Leben dich planen.
Kannst Energie eingeben ins ausgerichtete Ahnen.
Worauf das Wollen zielt, wird oft uns genommen.
Was das Dasein erfüllt, das kannst du bekommen.
Lass dein Leben hinein durch Augen und Ohren.
Spüre auf der Haut es fein mit geöffneten Poren.
Lass es ein durch Ritze. Spüre sanftes Vibrieren.
Genieße wallende Hitze wie entspanntes Frieren.
Lass das Anstrengen los und die Sorgen zurück.
In des Lebens Schoß harrt auf dich das Glück.
Nichts im Sein ist sicher. Nach Tod ist nichts klar.
Vertraue und gib dich hin und erspüre, was wahr.
Du kannst nicht Dasein auf Sicherheit erbauen.
Lass das Fremde ein. Übe das Daseinsvertrauen.
Lass dich treiben eben in deiner Erdenzeit dahin.
Verströmend in das Leben offenbart sich dir Sinn.
Mit dir will ich treiben durch die lebendige Welt.
Das Leben ist für uns beiden zum Lieben bestellt.

Wahrhaftigkeit anstreben

Wahrheit ist nicht das, woran man fest glaubt.
Dann wäre das Motto: Je fester, je wahrer.
Wahrheit entsteht erst, wenn Zweifel erlaubt.
Wahrheit erlangt nicht der Zweifelaussparer.
Glaube und Zweifel sowie Wissen und Ahnen,
Frage und Antwort sowie Licht und Schatten:
Alle gemeinsam zur Wahrheit uns mahnen.
Vom Wahren so oft wir entfernt uns hatten.
Wahrhaftigkeit entsteht, wenn wir uns suchen,
Wenn wir bereit sind, unser Herz zu finden,
Wenn Weisheitswege zur Seele wir buchen,
Versuchung der Scheinwelten überwinden.

Unser wahres Sein ist von Nebel verschleiert,
Von falschen Wünschen, Begierden überlagert.
Geistesnebel verstärkt sich, wird herum geeiert,
Werden Sinn und Sinnlichkeit stets abgemagert.

Wir dürfen und können unsere Wahrheit finden,
Die Sinnhaftigkeit unseres Daseins erhellen,
Den Schleier der Ahnungslosigkeit überwinden,
Uns dem Sein in seiner ganzen Weite stellen.

Wir geben uns Erlaubnis, vor dem Aufbrechen
Wollen sowie Können für die Reise zu stärken,
Um, wenn wir in See gen Wahrheit stechen,
Erfolgreich und frei zu sein in unseren Werken.

Zur eigenen Wahrheit zählt wahre Begabung:
Was kann und will ich zum Dasein beitragen?
Was verleihe dem Geist Sinn und Herz Labung,
Verhinderte Unsinn, Frustration und Versagen?

Wahrheit zu erfahren, ist Weg wie auch Ziel.
Wahrhaftig zu werden, fängt im Kleinen an.
Sich Wahrheit anzunähern, wird da zum Spiel,
Wo man sich seiner Selbst sicher sein kann.

Wir bereiten der Wahrheit einen Liebesraum,
Wo ausgiebig der Wahrheitsliebe wir frönen,
Wo wir Wahrheit erspüren in Tat und Traum,
Uns ans Gespür für Wahrhaftigkeit gewöhnen.

Wie fühlt es sich in mir an, wahrhaftig zu sein,
Alle Vernebelungsaktionen zu unterlassen?
Was an Farbe, an Geschmack stellt sich ein?
Lässt meine Wahrheit in Worte sich fassen?

Was heute wahr ist, kann morgen vergehen,
Oder Wahrheitserkenntnis wird untermauert.
Scheinwahrheit bleibt nicht lange bestehen,
Echte Wahrheit wird klarer und überdauert.

Existenzielle Erfahrung von Geburt und Tod,
Von Krankheit und Trennung, Angst und Glück,
Von eigener sowie Menschheit und Mitwelt Not
Wandeln Wahrheitsverständnis Stück um Stück.

Ringend um Wahrheit wächst Glaubwürdigkeit.
Glaubwürdigkeit ist Fundament zum Beziehen.
Die Menschen, die zur Wahrheitssuche bereit,
Werden Bezogenheit suchen, sie nicht fliehen.

Wir brauchen Zweifel, nicht haften zu bleiben,
Nicht in vorgeblicher Wahrheit zu versauern,
Ego-Trolle uns in falsche Wahrheiten treiben,
Um in schlechter Gewohnheit zu überdauern.

Demut und Zweifel sind unsere Lösungsmittel
Bei Hochmut, Starrsinn, Ignoranz und Arroganz.
Unsere Suche nach Wahrheit ist Bindungsmittel,
Bringt in unser Sein Sinn, Richtung und Glanz.

Leben vom Tode her leben

Leben ist tödlich. Das ist Teil seiner Natur.
Unsere Endlichkeit gilt es anzuerkennen.
Todesangst bewältigen auf die Art wir nur,
Dass sicheres Ende wir annehmen können.

Camus dachte das Leben vom Tode her.
Tod sei Schicksal, dem wir nicht entrinnen.
Einzig dem Todesgebot sich unterwerfe er.
Ende akzeptierend wir Freiheit gewinnen.

Wer Tod, egal wie nah oder fern, akzeptiert,
Werde frei, um zu sich selbst zu gelangen.
Zur Selbstverantwortung wird man geführt,
Da mit aktiver Bejahung wird angefangen.

Da man voll und ganz Ja zum Leben sage,
Sei dieses allen Kampf, aller Mühen wert.
In Daseinsfreude verliere sich jede Klage.
Wenn das Leben endlich uns selbst gehört.

Ein Denken vom Tode her stelle immer
Die Frage nach dem Sinn jeder Existenz.
Über unserem Sein läge Zufallsschimmer,
Erfahrung, dass Tod unser Sein begrenzt.

Indem der Mensch sinngewandelt handelt,
Gebe er dem Leben Bestimmung und Kraft.
Blindlings Zufälliges er proaktiv wandelt.
Ungerechtigkeit werde dabei abgeschafft.

Blick auf den Tod wir ins Leben integrieren,
Um nicht stattdessen auf Gott ausweichen,
Um Freiheit an Obrigkeit nicht zu verlieren,
Menschlichkeit im Diesseits zu erreichen.

Als einziges Wesen in der Schöpfung sei
Der Mensch sich der Endlichkeit bewusst.
Akzeptieren des Sterbens mache uns frei,
Nehme Existenzangst von unserer Brust.

Mensch fordere als einziges Wesen Sinn,
Könne sich vom Schicksalszwang befreien.
Ich kann mir Grund geben, warum ich bin.
Ich entscheide mich zu leben, lasse mich ein.

Freiheit hier und eine Sinnkonstruktion da.
Ein Mensch sei zur Sinnsuche verdammt.
Kein Gott ist an unserem Ende uns nah.
Sinn einzig aus unserem Inneren stammt.

Camus fordert einen Humanismus ohne Gott,
Eine Mitwelt, die menschliche Würde achte.
Gegen Inhumanes fordere er einen Komplott.
Revoltierend er Menschlichkeit bewachte.

Im eindringlichen Bekenntnis zum Leben,
Zur Kunst und zur Schönheit unserer Welt,
Will er sich über das Schicksal erheben,
Über das Unrecht, in das wir hineingestellt.

Sinnentwürfe mit Gott seien fallenzulassen.
Ein Gott der Güte könne kein Leid zufügen.
Allmächtiger müsse vor Bösem nicht passen.
Warum müsse Ungerechtigkeit meist siegen?

Wenn Gott wirklich Sendbote der Liebe ist,
Warum gibt er der Liebe so wenig Raum?
Warum wird Menschlichkeit dann vermisst?
Wieso erfüllt sich nicht unser Friedenstraum?

Wer die Schönheit der Schöpfung erkennt,
Könne sich von Hoffnung auf Gott befrei'n.
Mensch, der sich als Mitschöpfer bekennt,
Muss nicht obrigkeitshörig und passiv sein.

Mensch mache sich Sein zur Eigensache.
Warte nicht auf ein fremdes Sinnkonstrukt.
Indem er sein Leben zum eigenen mache,
Er sich in das Zentrum des Handelns ruckt.

Der Mensch, in die Schöpfung einbezogen,
Könne sich von fernem Gott emanzipieren,
Müsse nicht achten, dass der ihm gewogen,
Müsse nicht Sinn an den Gott delegieren.

Mystische Kindlichkeit wird so überwunden.
Wir wachsen befreit in ein Erwachsensein.
Nur im Diesseits kann Menschheit gesunden.
Jenseitsbezug lässt die Menschheit allein.

Wir seien in das Leben als Freie entlassen.
Kein Gott, kein Mensch uns vorbestimmt.
Man könne sich als wahrhaft frei auffassen,
Da solche Seinsillusionen man sich nimmt.

Unser Leben sei absurd, sei ohne Sinn.
Sinn könne es nur von uns selbst erhalten.
Es reiche nicht, dass ich einfach nur bin.
Mensch habe sein Hiersein zu gestalten.

Wer dem Leben selbst Sinn gebe, sei frei,
Löse sich ab von autoritärer Abhängigkeit.
Nicht Obrigkeit bestimme, was Sinn uns sei,
Wenn wir selbst zur Sinnerfindung bereit.

Andere könnten keinen Sinn uns geben
Nur uns selbst stehe die Sinngebung zu.
Ob wir uns freuen oder grämen im Leben:
All dieses in Eigenverantwortung man tu.

Freiheit bestehe letztendlich in der Wahl,
Will ich hier leben oder will ich hier sterben.
Selbsttötung sei Freiheit uns, nicht nur fatal.
Diese Freiheit könne uns keiner verderben.

Da In-der-Welt-Sein als sinnlos erscheine,
Könne man sich selbst tötend davon lösen.
So käme man aktiv mit sich selbst ins Reine,
Müsse nicht mehr in öder Untätigkeit dösen.

Von früh an haben Selbsttötungsgedanken
Kind aus ärmlicher Unterschicht begleitet.
Todesnähe hat dem Tuberkulosekranken
Früh viel Angst und Verzweiflung bereitet.

Immer wieder galt es, Ängste zu dämpfen,
Selbsttötungsversuchungen zu widerstehen,
Kampf für lebenswertes Leben zu kämpfen,
Dem Dasein dabei auf den Grund zu gehen.

Von Camus wird Selbsttötung abgelehnt.
Sich töten hieße, Sinnlosem zu erliegen.
Den Menschen fähig zur Revolte er wähnt,
Er könne sinngesund Sinnloses besiegen.

Es gebe für uns nicht übergeordneten Sinn,
Nicht Gott, nicht Vernunft und nicht Liebe.
In ein sinnloses Sein geschleudert ich bin.
Nichts Absolutes mir als Sicherheit bliebe.

Nicht bleibt von Existenzialismus als System
Des Denkens, das uns Ordnung suggeriere.
Mit Scheinordnungen Revolieren man lähm'.
Kein freies Leben mehr geordnet man führe.

Da Mensch anerkennt, dass Bezogenheit
Von Menschheit und Mitwelt frei von Sinn,
Vermeide man ideologische Verlogenheit:
Ich bin, was ich bin. Was ich bin, ich bin.

Was wir sind, wird durch das, was wir tun.
Wir entwerfen unser Leben hinein ins Sein
Tag für Tag mit brennender Frage. Was nun?
Soziale Kreativität laden ins Hiersein wir ein.

Wir Leben und halten die Sinnlosigkeit aus.
Trotz alledem bleiben wir froh und munter.
Freudig fordern wir dies eine Leben heraus:
Baue mich auf und ziehe mich nicht runter!

Konstruktion und Projektion ⁹

*Ist Mitwelt nur da oder wird sie konstruiert?
Bist du Opfer oder Täter, solange du lebst?
Ist egal, wie ein Mensch sein Leben führt?
Oder macht Sinn, dass Sinn du erstrebst?*

Die Bibel meint: Das Wort war am Anfang,
Das Wort war bei Gott, Gott war das Wort.
Irgendwann fand die Sicht bei mir Anklang.
Doch von der Kirche war lang schon ich fort.

Ein Wort hat Wert, dass man sich versteht,
Sich geistig verbindet ein Ich mit einem Du,
Ein Wort ist es wert, dass man zu ihm steht,
So tritt zur Verbindung das Vertrauen hinzu.

Wort hinter Buchstaben, Wort ist Bedeutung.
Man behält eher, was bedeutsam erscheint.
Gedächtnis ist wie eine vergilbende Zeitung,
Was scheinbar uns ausmacht, in sich vereint.

Bedeutung ist privat. Zeitung ist individuell.
Keiner der Milliarden von Menschen ist gleich.
Das bleibt stets so, egal wohin ich mich stell',
Ob ich Masse und arm oder Elite und reich.

Einzigartigkeit ist kein Privileg von Personen,
Die im Nordwesten der Welt zu Hause sind.
Einzigartig sind Menschen, die hier wohnen,
Ob dumm oder schlau, erwachsen oder Kind.

Es brauchte lange, bis ich wirksam kapierte,
Dass jedem alles unterschiedlich erscheint,
Jede Person ständig ihr Sein mit konstruierte,
Kraft zur Konstruktion uns Menschen vereint.

Offensichtlich scheint, dass ein Stuhl ein Stuhl,
Scheint menschheitsweit hinreichend geklärt.
Doch nicht für jeden ist ein Stuhl gleich cool.
Liegende Person kaum um Stuhl sich schert.

Zugang wird gefiltert durch unsre Erfahrung.
Inuits erleben die Weißtöne anders als wir.
Für viele wirkt Weißfeingespür wie Entartung.
Wenige haben viel Weiß, viele ein Wort dafür.

Es existiert für uns nicht eine Welt-an-Sich.
Dasein wird stets plus Bedeutung vermittelt.
Bedeutung gebend, unterscheide ich mich.
Was mir sehr gefällt, wird von dir bekrittelt.

Ob andere man nachhaltig ändern kann?
In dir selbst fängt psychischer Wandel an.
Nur du bist dein Regent in der Innenwelt,
Lässt zu, was freut, entfernst, was vergällt.

Du kannst Projektionskräfte wirken lassen:
Hasst du nicht, muss anderer nicht hassen.
Geistiges Gesetz gilt mit Brief und Siegel:
Die Welt ist in dir und du bist ihr Spiegel.

Zugleich ist Psyche Tor zur äußeren Welt,
Die sich so zeigt, wie sie Bedeutung erhält.
Auch wenn Materialist das abwegig nennt:
Deine Mitwelt und du sind niemals getrennt.

Deine Weltsicht wird täglich neu erfunden.
Durch Sichtweise bist du an Welt gebunden.
Diese Art Bindung ist mit Projektion gemeint:
Welt scheint entgegen, wie sie dir erscheint.

Erahnst du des Vorgangs Bedeutungstiefe?
Welt erschafft die Betrachtungsperspektive.
Mit dem, was du tust und fühlst und denkst,
Mitverantwortlich du dein Schicksal lenkst.

Du bist hier nicht nur machtlos und verloren.
Mitwelt wird in dir per Bewertung geboren.
Mit Wünschen, Hoffnungen und Träumen
Verwurzelst du dich lebend gleich Bäumen.

Auch Zorn und Furcht in dir tragen dazu bei,
Ob in Mitwelt du verloren oder ob du hier frei.
Willst die Mitwelt du mit heilen, betrachte sie
Mit wohlwollendem Blick voll Liebesenergie.

Bist du achtsam, erlebst du Welt empathisch
Wandelt sich das Leben fast wie automatisch.
Packe dann nur noch deine Initiativkraft dazu.
Mitwelt ändert sich nur, wenn ich was dafür tu.

Transpersonale Wahlen

Jeder Tag in unserem Leben ist ein Wahntag:
Dieses ja und mehr, dies nein, nimmermehr.
Ich nehme Einfluss, egal, ob ich das mag.
Viele kleine Wahlen verändern vieles sehr.

Entscheidungen Wirkungen nach sich ziehen
Wirkungen im Außen sowie auch im Innen.
Wirkungsbewusstheit erfordert ein Bemühen,
Innehaltend auf Einfluss sich zu besinnen.

Wird das Buch beim Internethändler bestellt
Oder kaufe ich im Buchladen von nebenan?
Mit jeder Entscheidung wandle ich die Welt.
Man die Mitwelt nicht nicht gestalten kann.

Geborensein heißt, mitverantwortlich zu sein
Für das, was in mir und um mich geschieht.
In wessen Gesang stimmen wir hiermit ein?
Finden wir unser eigenes Lebensliebeslied?

Vom wem ich elektrischen Strom beziehe,
Bestimmt, was den Urenkeln ich aufbürde.
Nicht länger Wahlverantwortung ich fliehe,
Betrachte ich auch deren Menschenwürde.

*Können wir, wie wir in die Natur eingreifen,
Sind auf Holzweg wir, rückgängig machen?*
Oder wollen wir in Ignoranz uns versteifen:
Jede Generation regelt die eigenen Sachen?

Die müssen sich dann eben darum bemühen,
Neue und bessere Technologien zu erfinden.
Gegebenenfalls auch auf den Mars umziehen
Und Kolonien, über das All verteilt, gründen.

Verantwortlichkeit ist langfristig und global.
Zu verheerend sind unsere Mitwelteingriffe.
Es zeigt sich in fast jeder alltäglichen Wahl,
Ob Enkel ich liebe oder eher auf sie piffte.

Es geht um die Generationengerechtigkeit
Als ein Eintreten für die, die noch nicht sind.
Wir dehnen Verantwortung in Zukunftszeit:
Auch du sollst gut hier leben, Urenkelkind.

Auch einfühlen in das, was noch werden will,
Wird von uns als bewusste Wesen verlangt.
Fehlt Einfühlung, werde ich traurig und still.
An Einfühlungsmangel Menschheit erkrankt.

Das Entscheidungsecho berührt mein Sein.
Was mit der Mitwelt geschieht, ist nicht egal.
Deren Zerstörung wirkt auf Gesundheit ein.
Gesund oder krank ist teils Folge von Wahl.

Individuelle und ökonomische Dimensionen
Lassen sich real nicht voneinander trennen.
Trennend erschaffen wir Abstraktionsillusion.
In Illusionen wir uns leibseelisch verrennen.

Meine Wahlen wirken auch auf mich zurück
Über der Mitwelt und der Menschheit Leiden.
Ich übernehme Verantwortung Stück für Stück.
Will mir nicht länger diese Leiden ankreiden.

*Was wird wählend unterlassen oder getan?
Wie wirkt das in Wirtschaft und Politik hinein?
Fördere ich so Glück oder Zerstörungswahn?
Was wird nahe wie ferne Auswirkung sein?*

Menschen sind zukunftsgerichtete Wesen.
Was gut ist, wollen wir Nachwelt bewahren.
Wir wollen mehr sein als nur so dagewesen.
Sinn wir durch Nutzen für Urenkel erfahren.

Menschheitsende würde Werte untergraben.
Wäre mit eigenem Tod alles endgültig vorbei,
Wozu sollten wir noch Kinder und Enkel haben.
Was nach uns geschieht, ist uns nicht einerlei.

Was man wertschätzt, will man auch erhalten.
Der Augenblick allein macht nicht wirklich satt.
Mitwelt wir kaum für uns allein nur gestalten.
Wahrhaft Wertvolles findet transpersonal statt.

Wichtig ist uns das, worum wir uns sorgen,
In das viel Zeit und Mühen wir investieren.
In der Hoffnung auf lebenswertes Morgen
Wir uns nicht nur im Hier und Jetzt verlieren.

Wertvolles, Wichtiges liefert uns den Grund
Auch weiter zu leben bei großen Problemen.
Wir bleiben leibseelisch dann eher gesund,
Nehmen sinnhaften Weg wir, nicht bequemen.

Mein Anstand kämpft gegen Bequemlichkeit.
Zerstörungsgewohnheit ist oft tief eingefräst.
Bin ich noch nicht zur inneren Heilung bereit,
Zerreißt mich das und meine Seele verwest.

Stets verleugnen oder rechtfertigen müssen,
Immer die Lebenslügen und Selbstbetrügerei,
Mit Schuld, Scham und schlechtem Gewissen:
Klug entscheidend ich mich von Elend befrei.

Gelingendes Leben werden die eher führen,
Die konzentriert sind auf das, was wichtig ist.
Der Sinn des Seins ist so mehr zu erspüren.
Ohne Wichtigkeit gerät das Dasein uns trist.

Wir fokussieren uns wegen der Sterblichkeit.
Ewig lebend wäre Konzentration ohne Sinn.
Wichtigkeit liegt auch in Wertvererblichkeit,
Weil ein Glied in langer Ahnenkette ich bin.

Paradox erscheint es, dass ein Übel wie Tod,
Dazu beiträgt, dass Lebenssinn wir erfahren.
Endlichkeit führt uns aus Sinnlosigkeitsnot,
Hilft uns so auch, diese Welt zu bewahren.

Endliches Sein, in Menschheit eingebettet,
Gerät uns, transpersonal erlebt, eher tröstlich.
Die Angst, dass nur dieses Leben ihr hättet,
Intergenerativ betrachtet, endlich löst sich.

Vom Ich-Du zum Wir

Ein Wir ist mehr und anders als ein Ich-und-Du.
Ein Wir ist die fortwährende Sozialkonstruktion.
Zu zwei Personen tritt Moment der Liebe hinzu.
Wir-Konstrukt ist weder materiell noch Illusion.

Zartes Zuneigungs-Wir wird kraftvoll und stabil,
Angereichert mit Wahrhaftigkeit und Vertrauen.
Verlässliche Zugehörigkeit erzeugt ein Gefühl,
Als ob wir ein heiliges Einswerden erschauen.

Wir spüren, wir sind eins und doch wieder nicht.
Als Kind verschmolzen sind wir erwachsen allein.
Sind Einheit und Getrenntsein im Gleichgewicht,
Stellt Freude der geborgenen Freiheit sich ein.

Wer Eigenständigkeit und Trennung überbetont,
Dessen Seele verliert sich in heilloser Isolation.
Wer immer nur Gemeinschaftsräume bewohnt,
Leidet an Einsamkeitsangst als Handlungslohn.

Wir brauchen Eigenständigkeit und Solidarität,
Als solides Gefühl, man ist getrennt nicht allein,
Weil jede und jeder für alle anderen einsteht,
Sollten belastet wir, krank und verzweifelt sein.

Wenn sie sich auch weitgehend unterscheiden:
Kunst, Geistiges und Wissenschaft zusammen
Befreien Menschheit aus isolierendem Leiden,
Erkennend, dass alle wir Einem entstammen.

Wir aus Ich und Du bis zum Menschheits-Wir.
Viele Verständigungswege noch vor uns liegen.
Wir öffnen unsere Herzen und treten ein dafür,
Dass Liebe wird über uns Trennendes siegen.

Synthese durch Integration

Verführerisch ist es, auf die Details zu sehen.
Darin wir oft uns verlieren und unterscheiden.
Das Ganze ist abstrakter, kaum zu verstehen.
Wer will schon an Verständnismangel leiden?

Sich zu unterscheiden, erschafft Individualität.
Wirtschaft verdient am individuellen Konsum.
Erst im Gemeinsamen entsteht die Sozialität,
Jenseits von Egozentrik und Privateigentum.

Zu sehr wird die Welt von uns aufgespalten
In Widersprüche, Gegensätze und Polarität.
Angst macht, das alles zusammen zu halten.
Doch real ist eine integrierende Komplexität.

Komplex kommt von umfassen und umarmen.
Mitwelt ist Beziehung, vernetzt und verflochten.
In dieser Allbezogenheit erfahren wir Erbarmen.
Getrennt wir das nicht zu erfahren vermochten.

Die Realität zeigt sich uns neben dem Traum.
Der Zwang wird durch freien Wunsch ergänzt.
Das Verwurzelte schafft fürs Fliegen Raum.
Tief im Kern einer Tatsache die Idee erglänzt.

Fortschritt ist sinnlos ohne eine sittliche Kraft.
Die Menschheitsgeschichte gebiert Utopien.
Körper samt Seele einen Leib sich erschafft.
Dem Chaos wird im Kosmos Struktur verlieh'n.

Eine Explosion schafft Unordnung mit Wucht.
Doch die Expansion lässt Ordnung erhoffen.
Das Unbalancierte nach Gleichgewicht sucht,
Die Biosysteme sind geschlossen und offen.

Wir leben in beständigen offenen Prozessen.
Erstrebt wird ein dynamisches Gleichgewicht.
Nur Momente in Prozessen sind zu messen.
Doch die Prozesse selbst, die misst man nicht.

Der Kosmos ist Prozess, ist ein Geborenwerden
Samt der Mitwelt, Menschheit und jedem Kind.
Noch sehr unfertig kommen wir an auf Erden.
Doch vervollkommnungsfähig Menschen sind.

Was real dual ist, erscheint uns oft als getrennt,
Wenn wir nur an die Erscheinungen uns halten.
Eher oberflächlich man nur Polaritäten erkennt.
Unsere Mitwelt erscheint dann wie aufgespalten.

Gegensätze jedoch gehören oftmals zusammen,
Definieren nur ein Spektrum von Möglichkeiten.
Einer Mitwelt aus Dualitäten wir entstammen.
Diese Dualität macht zur Wahlfreiheit uns bereit.

Aus dem dualen Und wird dualistisches Oder,
Wenn wir in dem Spaltungszustand verbleiben.
Dabei scheint es so, als ob mancher froh wär',
Nicht in ein verwirrendes Ganzes zu treiben.

Moderne Wissenschaft gut die Teile versteht,
Losgelöst aus all dem, was real nur vernetzt.
Doch mit unserer Hinwendung zur Komplexität
Man die Regeln einseitigen Denkens verletzt.

Wohin hat uns spaltendes Denken gebracht.
Es hat zwar technischen Fortschritt erzeugt,
Aber viele arm und wenige sehr reich gemacht,
Die Welt unter das Joch des Kapitals gebeugt.

Eine Artenverarmung von Tier und Pflanze.
Vielfalt wird überlagert von öder Monotonie.
Auf Details beschränkt, verlor man das Ganze.
Masseneinheitskonsum einschränkend gedieh.

Die Dualität ist integrierter Aspekt im Ganzen,
Verleiht Ganzheit die Dynamik und Eleganz.
Im Ganzen beginnt das Paradoxe zu tanzen,
Erkennt man, dass all unser Dasein ein Tanz.

Tanzend vergeistigen wir die erlebte Materie.
Tanzend wird Geistiges auch verkörperlicht.
Der Tanz klingt wieder aus - langsam bis jäh -,
Wenn der Tod individuelles Hiersein abbricht.

Tod und Leben sind die zwei Seiten des Einen.
All das Hiersein ist stets Werden und Vergehen.
Sterbend brauchen wir nicht länger zu greinen.
In einer Alleinheit niemals verloren wir gehen.

Einbeziehen

Gehen wir vorwegnehmend davon aus,
Wir seien uns wandelnd so weit verrückt,
Dass unser Dasein erfüllt von innen heraus
Und Liebesbeziehung weitgehend glückt.

Können für andere die Herzen wir öffnen,
Für soziale Mitwelt unsre Seele wir weiten
Und aus kraftvoller Liebeserfahrung heraus
Bedürftigen eine Liebesheimat bereiten?

Was bitte machen wir mit den Personen,
Die fest daran glauben, nichts zu taugen,
Darum sich und andere nicht schonen,
Um ständig fordernd sie auszusaugen?

Einbeziehungsgrundlage ist Eigenliebe,
Ist die Kunst, sich täglich mehr zu mögen,
Damit Kraft zur Unterstützung uns bliebe,
Wir uns nicht um Leben in Liebe betrögen.

Einbeziehungsgrundlage ist uns die Kunst,
Vereint mit liebenden Menschen zu gehen,
Um schöpfend aus Kraftquell inniger Gunst
Anforderung des Stützens zu überstehen.

Wollen wir dauerhaft hegen und pflegen,
Sollten im Liebesdreieck wir uns bewegen
Aus Eigenliebe, Fremdliebe, Einbeziehen,
Nicht eine Ecke meidend in andere fliehen.

Andere einbeziehen meint, sie zu stützen,
Dass sie finden zu lebensleitendem Licht.
Unsere Erschöpfung wird ihnen nicht nützen.
Aufopferung und Liebe vertragen sich nicht.

Einbeziehen erfordert, sich zuzuneigen,
Aus Zuneigung Wege zur Seele zu zeigen.
Wenn wir dabei an die Seele uns wenden,
Werden nicht in Überforderung wir enden.

Fürsorglich Nächste ins Herz nehmen still,
Erkennend zulassen, was das Leben will.
Wer für andere stützende Heimstatt erbaut,
Sollte beachten, dass dem Leben er traut.

Mit Liebeskraft und mit Lebensvertrauen,
Können Imperium der Liebe wir erbauen,
Ein reiches Reich mit kaum seelischer Not,
In der Leben nicht stets von Elend bedroht.

Bauen wir Reich, in dem Menschen vereint,
Wo unser aller Leben menschlich gemeint.
Schütten aus Füllhorn ins gemeinsame Sein
Wohlmeinend unsere heilende Liebe hinein.

Gemeinsames Drittes kann zu uns kommen,
Ohne dass uns die innere Mitte genommen.
Ein größeres Ganzes kann dann entstehen,
Wenn von heute an miteinander wir gehen.

Weisheit durch Liebe

Weisheit ist wie Glück eher vorübergehend.
Sonnenstrahl durchbricht Wolken des Lebens.
Weisheit ist ein Prozess, ist stets entstehend.
Weisheit festzuschreiben, ist eher vergebens.

Weisheit ist Erahnen bei aller Bescheidenheit,
Ist Versuch, über sich selbst hinauszusehen.
Freude wie auch Leiden einzubeziehen bereit,
Kann ein neuer Zugang zum Sein entstehen.

Weisheit enthält die Gnade, sich einzubetten
In den Zusammenhang des Daseinsgefüges.
Oh, wenn doch wir alle Zugang dazu hätten.
Glücksgefühl durch unser Leben uns trüg es.

Glück, Gnade, Liebe, Weisheit: Große Worte,
Die nach und nach aktiv mit Sinn wir erfüllen.
Weisheit rät uns zu: Bevor ich wieder fort geh',
Wechsle vom engen zum umfassenden Willen.

Weisheit ist Wissen um Begrenzung des Seins.
Alles Sein ist im Fluss und wird einmal enden.
Wir sind getrennt und zugleich sind wir eins.
Weisheit mag sich auch Paradoxem zuwenden.

Konflikte ertragen hier. Einigung erzielen da.
Weisheit mit Neuem und Vertrautem jongliert.
In die Ferne schreitend, bleibt man sich nah.
Weisheit macht offen, für das, was passiert.

Wie ist es möglich? Wenige werden weise,
Trotz vieler Jahrzehnte ihrer Lebensreise.
Was wurde Dasein gestaltend vergessen?
Welchem Trugbild sind viele aufgesessen?

Als Kind meinte ich: Die Alten seien weise.
Heute weiß ich: Weisheit will erworben sein.
Weisheit: Gnade nach wacher Lebensreise.
Weise wird selten, wer dumpf und gemein.

Anscheinend zählt nicht Quantität der Jahre,
Sondern ob Achtsamkeit ins Leben ich bringe,
Wie ich mich in mir und der Mitwelt erfahre,
Wie um Mitgefühl und Erkenntnis ich ringe.

Weisheit ist nicht zwingend altersgebunden.
Weise wird eher, wer sich stets drum bemüht,
Leibseelisch sowie ökosozial zu gesunden,
Auf dass Friede und Liebe ins Leben einzieht.

Ein Mensch, der sich über die anderen erhebt,
Den Status mehr achtet als Mitmenschlichkeit,
Wird vielleicht von manchen als weise erlebt.
Doch ihn weise zu nennen, bin ich nicht bereit.

Ich frage mich oftmals: Wie kann mir gelingen,
Vom Wissen zur Weisheit hinüber zu springen?
Was ist noch zu tun, was ist zu unterlassen,
Dass ein Wesenswissen mich kann erfassen?

Ich erahne, Weisheit hat viel mit Liebe zu tun.
Wenn schauend, lauschend wir in uns ruh'n,
Öffnen Tausende Tore zum Herzraum sich.
Und die Gedanken werden eher wesentlich.

Weisheit unserer Liebe ist oftmals versteckt.
Herzennähe durch vielerlei Wissen verdeckt.
Wissen in Form von Konzepten und Fakten,
Verhindert, dass wir mit uns in Kontakt geh'n.

Lernen wir nicht zu staunen wie wache Kinder,
Versteckt sich das Herz wie Knospe im Winter.
Traue dich und lade Liebe ins Dasein dir ein.
Rituale zur Herzöffnung können hilfreich sein.

Kunstkreation hilft uns auf Weisheitswegen.
Weisheitsförderlich mag sein, Geist zu pflegen.
Kreativ sich hingebend an jeden Augenblick,
Erweckt viel Freude in dir samt Lebensglück.

Die Grenzen von Zeit und Raum verblassen,
Wenn wir bejahend uns aufeinander einlassen.
Alles wird geladen mit Energie und Intensität,
Weil unbedingte Liebe zum Nahsein einlädt.

Liebend erfahren wir materielle Welt als leer,
Tauchen angstfrei wir ein ins Hingabemeer,
Lassen wir unsere Leiber von Wellen tragen,
Dieweil sich Herzen zur Einheit vorwagen.

Kommt Sturm auf, bricht herein Dunkelheit,
Erweist sich, ob wir wirklich zur Liebe bereit.
Zeigt sich, ob tief unter Verliebtheitsgewand
Man verbindlich sich zu einander bekannt.

Ich spüre den Zwiespalt, den Riss im Herzen.
Mir ist es ernst, kann derzeit nicht scherzen.
Ich brauche Wahrheit und warme Liebeskraft
Und Freiheit, die Klarheit der Hingabe schafft.

Ich traue dem Leben, lass mich von ihm leiten
Wie in leichten so auch in schwierigen Zeiten.
Was schwer war, sich oft als notwendig erwies.
Ich sage Leben: Komm, nimm mich und fließ.

Fließ meinem Liebchen zu, das am Ufer harrt.
Treib mich ihr in die Arme, die stark und zart.
Ich kann nichts mehr tun, als mich zu bekennen,
Dich als Geliebte zu spüren, dich zu benennen.

Alles Weitere liegt nicht mehr in unserer Hand
Wird das Leben oder das Schicksal genannt.
Ich spüre es jetzt und nahezu unumwunden,
Wie hilflos wir sind, solange wir unverbunden.

Halb gestalte ich. Und halb werde ich gestaltet.
Leben sich gestaltend und hingebend entfaltet.
Ein Leben ist halb Aktivität und halb Passivität,
Leben erwacht in uns und auch wieder vergeht.

Ich denke an Beziehung mit gefalteten Händen
Bitte das Leben, dass es Kraft mir mag senden.
Kraft, die ich brauche, um die Liebe zu spüren,
Mit dir gelingendes Leben in Frieden zu führen.

Liebe als Mysterium

Unsre Liebe webt ein mysteriöses Band,
Ist mit Worten allein nicht zu ergründen,
Zeigt sich als besonderer Seinszustand,
Mit dem Verstand allein nicht zu finden.

Was man kaum klar beschreiben kann,
Kann man jedoch mit Worten umkreisen,
Die durch die Mitte des Kreises sodann
Auf etwas jenseits der Worte verweisen.

Oft aus Liebe man zu dichten begann,
Um Unsagbares im Wort zu erfassen,
Was vielen wahrscheinlich nützen kann,
Sich Richtung Liebe treiben zu lassen.

Unsre Liebesworte haben da ihren Platz,
Wo sie auf Fährten zur Liebe uns führen.
Doch Worte sind niemals Liebesersatz.
Liebe ist leiblich im Herzraum zu spüren.

Liebe ist jedoch nicht nur Leiberfahrung.
Sie ist Einstellung und geistiges Prinzip,
Zugleich tatkräftige Kontaktbewahrung,
Die bei Lieblosigkeit zumeist unterblieb.

Liebe ist beides: Sie ist Gefühl und Wille,
Kontakt zum Herzen, Bezug zu uns allen.
Schauen wir Sein durch die Liebesbrille,
Wird unser Leben uns besser gefallen.

Die Liebe gedeiht, wenn wir unterlassen,
Uns selbst und andere Wesen zu quälen,
Wenn wir inniglich werden und erfassen
Zarte Klänge des Heils unserer Seelen.

Liebe ist elementares Schöpfungsprinzip,
Lässt die Ideen zu Kunstwerken gerinnen.
Sehnsüchtige sie freudig zusammentrieb,
Um neues Leben daraus zu gewinnen.

Liebe balanciert uns in Zwischenräumen
Von Freiheit hier und Verbindlichkeit dort,
Wird Hinweis uns in Entwicklungsträumen,
Ist für das Feingespür unserer innerer Ort.

Liebe erfordert unser reifes Entscheiden,
Verebbt, wenn wir uns müde bequemen.
Sie mag faule Kompromisse nicht leiden,
Weist zur Mitte hin, nicht zu den Extremen.

Liebe verlangt die Abgabe von Autonomie,
Ist der Pfad, auf dem wir zusammenfinden,
Ist Resonanz und Gemeinschaftsmelodie,
Sucht die Freiheit, wenn wir uns verbinden.

Unsere Liebe als die innere Bindungskraft
Stellt Nähe her und erschafft Zugehörigkeit.
Und überall da, wo noch Trennendes klafft,
Ist zum sozialen Brückenschlag sie bereit.

Unsere Liebe erweist sich in Körperzellen
Als deren identitätsstiftende Information.
Solange wir unsere Liebe nicht verprellen,
Ist eine Integrität unserer Person ihr Lohn.

Liebe ist die Einfühlungsfreude beim Sex,
Ist Energie, die uns treibt zu den Sternen,
Ist der seelische Anteil am Leibesreflex,
Und bleibt nach, wenn Sex wir entfernen.

Liebe ist sanftes, gleitendes und mildes,
Achtsam befreiendes, erlösendes Fließen.
Liebe ist zugleich verzücktes und wildes,
Leidenschaftliches leibliches Genießen.

Liebe finde ich für mich und in mir allein
Am Meer, im Wald, auf Bergesspitzen.
Liebe erscheint uns, wenn wir zu zwei'n
Am Bettchen des müden Kindes sitzen.

Liebe will, dass wir, uns nicht limitierend,
Uns und anderen viel Erlaubnis geben,
Suchende bleiben, um experimentierend
Zu wachsen hinein ins lebendige Leben.

Uns zu lieben, heißt, dass wir uns Enge,
Versagen und andere Fehler verzeihen,
Aus dem Joch des Zwangs, der Strenge,
Der Leistung und der Perfektion befreien.

Die Liebe ist in sich selbst oft genügsam,
Will, dass wir all-einig im Leben nur lieben
Und allen alltäglichen lästigen Kleinkram
Um ihretwillen freudig beiseite schieben.

Einander liebend, dürfen wir die Grenze
Zur Selbstaufgabe ziehen mit dem Nein.
Uns selbst liebend, dürfen wir in Gänze
In Kontakt mit unserer Bedürftigkeit sein.

Verweile ich in Liebe, ist alles in mir Ja.
Alles Sein ist recht am Ort und zurzeit.
Welt einschließend bin ich zu lieben da:
Frei, heiter, offen und daseinsbereit.

Zu lieben heißt einverstanden zu sein
Mit jedem werdenden Lebensmoment.
Liebe ausdehnend schließen wir ein
Die Erdmitte und das Sternfirmament.

Wenn wir in Liebe ans Gute glaubend
Uns für die Lebensfreude entscheiden.
Müssen wir nicht, das Glück erlaubend,
Unter der Mühsal des Lebens leiden.

Auf Wegen zur Liebe wir entscheiden
Und zwar täglich neu und wachbewusst:
Wir versinken nicht mehr in das Leiden.
Wir wandeln den Pfad zur Lebenslust.

Wir urteilen nicht darüber, was schlimmer:
Der Sonnenschein oder aber das Regnen?
Im Liebeszustand können wir für immer
Der Wonne unseres Werdens begegnen.

Wahre Liebe kennt kein Oben und Unten,
Kennt keine von Beurteilungshierarchie.
Jede Herrschaftsform ist entschwunden
Angesichts von drei Worten: Ich liebe sie.

Selbstliebe erblüht aus sicherer Gewähr,
Dass wir auch unsre Schatten annehmen.
Wer liebt, der und die muss nicht mehr
Ob peinlichen Versagens sich schämen.

Nichts in und um uns wird mehr verdammt,
Auch wenn wir noch nicht viel verstehen.
Zu lieben meint, ganz zu sich selbst samt
Aller Schwächen und Stärken zu stehen.

Sich zu lieben heißt, sich genug zu sein
Und nichts anderes werden zu müssen.
Lust liebend laden wir Sinnlichkeit ein,
Uns anhaltend und zärtlich zu küssen.

Selbstliebe und Selbstständigkeit

Selbstliebe mit Selbstständigkeit machen frei,
Um allen Mitweltwesen wirklich zu begegnen.
Auf dass liebevoll ich zu allem Lebenden sei,
Will ich Liebe zu mir einladen und sie segnen.

Nicht Einsamkeitsangst noch Liebesmangel
Sollen Bezogenheit zu dir in mir bestimmen.
Bevor dich ich als Liebesgefährtin mir angel',
Will ich erlernen, in Freiheit zu schwimmen.

Ich bin frei, wenn ich mich vom Mangel befreie,
Entstehend, weil ich mir selbst noch ein Feind,
Wenn ich achtsam bin und mir gütig verzeihe,
Falls meinewegen inneres Kind in mir weint.

Ich bin frei, wenn ich vor Spiegel mich stelle,
Mich darin betrachte, ohne mich zu verlieren,
Weil Äußeres nicht unüberwindbare Schwelle,
Weil der Materie Trug mich nicht kann verführen.

Wir sind nicht nur, was wir zu sein erscheinen.
Wer wir wirklich sind, ist nirgends nachzulesen.
Wir sind nicht, was andere zu sehen vermeinen.
Wir sind einzig das in uns wachsende Wesen.

Liebe zum Wesenskern erlaubt inneren Wandel,
Befreit uns vom Zwang, die Fassade zu wahren.
Wenn ohne Haftung an Anschauung ich handel',
Kann ich mehr von wahrer Bestimmung erfahren.

Wahre Liebe schaut hinter das, was erscheint,
Lässt sich nicht vom Reflex der Lichte blenden.
Liebe das Wesen hinter Erscheinungen meint,
Licht zu erahnen, wo wir begannen und enden.

Wenn selbstbarmherzig in Spiegel ich blicke,
Und in mir ein Impuls zur Verneigung bliebe,
Vor der Schöpfung, deren Wesen ich ausdrücke:
Das ist ein deutliches Anzeichen für Eigenliebe.

Erlauben wir, dass Eigenliebe sanft geboren,
Darf destruktive Gewohnheit endlich sterben.
Vergleich und Urteil hat in uns nichts verloren,
Gedanken ohne Kraft, die den Tag verderben.

Düstere Gedanken, dass das Leben Sünde ist,
Dass Menschen für Leid und Sühne geboren,
Hat vielleicht so mancher Christ oder Buddhist,
Haben in meinem Leben nichts mehr verloren.

Wir sind sicherlich nicht nur hier, um zu leiden.
Gott ist kein Sadist. Mensch kein Masochist.
Wenn andere sich an unserem Leiden weiden,
Lieblosigkeit meist Grund für dies Weiden ist.

Liebende Menschheit kann niemand erzwingen.
Liebe muss erst einmal uns selbst erreichen.
Vielleicht kann uns Liebe miteinander gelingen,
Da wir Hartes in uns barmherzig aufweichen.

Selbstliebe und Selbstbefreiung

Von engender Herkunft heißt es, sich zu befrei'n.
Man muss nicht dort verbleiben, woher man kam.
Man darf auch sich selbst verwirklichend sein,
Indem reichlich innere Freiheit man sich nahm.

Für die Selbstentfaltung ist es wie Henkersbeil,
Ist man ein gefangenes Opfer seiner Biografie.
Ein an die Herkunft fesselndes Ursachen-Weil
Wird ersetzt durch uns entfesselnde Fantasie.

Wer ein Weil zur Selbstrechtfertigung nimmt:
Ich bin lieblos, weil ich als Kind nicht gewollt.
Ist erklärungsgebunden zu scheitern bestimmt:
Weil sie mich nicht säugte, wird dir heut gegrollt.

Ich hüte mich, den Herkunfts-Joker zu ziehen -
Denn oft gilt sowohl ein Obwohl als auch ein Weil -
Begründend wir meist Verantwortung zu fliehen,
Und gleichwertig gilt meist auch das Gegenteil:

Obwohl ich nicht gewollt, habe ich es geschafft,
Obwohl ich von der Mutter zu kurz nur gestillt,
Habe mich behauptend entfaltet ich Lebenskraft,
Bin ich großherzig zu liebender Hingabe gewillt.

Es liegt an uns, wie wir auf das Gestrige sehen.
Deute ab heute deine Ankunftserfahrungen neu.
Ist Erfahrung als Enge oder Quelle zu verstehen.
Mit deiner Ankunft als Kraftquell bist eher du frei.

Wer nicht gewollt war, der darf sich heute wollen,
Entscheidend ist, in Zukunft zu sich zu stehen.
Einst zurückgewiesen muss niemand sich grollen.
Wir dürfen glücklich, heiter durchs Leben gehen.

Ich darf den, der ich war, ab heute adoptieren,
Ihn wärmend so umsorgen, wie er es braucht.
Muss ihn nicht in düstere Spelunken führen,
Nicht sein Leben zerstören: besoffen, verraucht.

Spüre ich alltagshandelnd, ich tue mir nicht gut,
Erlaube ich es mir, mit Aktivitäten innezuhalten.
Ich lade Daseinsbereitschaft mir ein und Mut,
In freudvoller Liebe mein Leben zu gestalten.

Wir sind nicht die, wozu andere uns machen.
An jedem Tag gestalten wir uns wieder neu,
Beurteilen wir Wert von Mensch und Sachen,
Verlieren uns, finden uns und werden uns treu.

Ich trage volle Verantwortung für mein Werden.
Wie heute ich bin, so bin zurzeit ich gemeint.
Etwas in mir wollte hier werden auf der Erden,
Etwas in mir, das mich mit dem Ganzen vereint.

Meine Seele suchte sich genau dieses Paar,
Was immer die beiden miteinander verband.
Dieser Zellhaufen mir Seelenlandeplatz war.
Wie ich dieses bewerte, habe ich in der Hand.

Es liegt ausschließlich an mir, darunter zu leiden,
Dass Eltern nicht meinen Wünschen entsprachen,
Oder heute für Zukunft mich neu zu entscheiden
Und das Beste aus Gewordensein zu machen.

Frei zu sein bedeutet: Frei für die innere Wahl,
Wenn auch Schicksal erscheint wie fest gefügt.
Kein Würfeln mehr. Wir wählen Kopf und Zahl,
Wählen das Sein zu leben: achtsam, vergnügt.

*Was sind die Lektionen, die Leben uns lehrten,
Als wir die Kindheit in dieser Familie erfuhren?
Wenn wir alle Erfahrungen gleichwertig ehrten,
Welchen Einsichten kämen wir auf die Spuren?*

*Wofür hat unsere Seele sich dieses ausgesucht?
Wozu diese Freuden und jene Leiden erleiden?*
Wenn man alles von sich annimmt, nichts verflucht,
Wird sich unsere Sicht auf das Lebensziel weiten.

Verdrängen wir wenig, schauen wacher wir hin,
Wie das Leben uns und wir unser Leben geführt,
Erhält unser Dasein eher einen tieferen Sinn,
Weil das universelle Sein wird in uns berührt.

Selbstliebe verstehen

Mit Selbstliebe sage ich: „Ich bin im Grunde okay.
Ich habe meine Stärken. Ich habe meine Macken.“
Freundlich-achtsam ich mir beide Seiten anseh'.
Ein gutes Leben ist möglich. Ich werde es packen.

Erst einmal geht es darum, mich zu akzeptieren:
„So also bist du zurzeit und so willst du gern sein.“
Mich nicht in Strenge und in Frust zu verlieren.
Selbstbestrafen samt Resignation muss nicht sein.

Nicht länger ein Sollen und nicht länger ein Muss.
Ich beherrsche mich nicht, sondern lasse mich ein.
Ich bereite mir Freude und ich entferne Verdruss.
Ich erlaube mir Wandel: „Vieles darf anders sein.“

Meine Beziehungserfahrungen machen mich aus:
Beziehung zu Menschen und Beziehung zu Dingen.
Dies beachtend, klärend, wachse ich darüber hinaus.
Ein Aufbruch ins Bessere wird mir schon gelingen.

Was bislang ich dachte, spürte, fühlte und machte,
Formte in mir mit der Zeit mein einzigartiges Leben.
Worüber ich verzweifelte, weinte, staunte und lachte,
War so, doch kann sich auch noch anders ergeben.

Jederzeit bieten sich mir Chancen zum Neuanfang.
Tag für Tag entwerfe ich hier mein Leben mir neu.
Wo Liebe und Freunde wachsen, da geht es entlang.
Mir selbst bleibe samt Hoffen und Zweifeln ich treu.

Ich darf sinnvolles, erfahrungsreiches Leben erleben,
Begrenzungen meiner Herkunft beherzt überschreiten,
Was nicht mehr zu mir passt, wieder getrost aufgeben,
Mich suchend und liebend zum Selbst hin begleiten.

Weder Resignation noch Perfektionismuswahn,
Nicht in Fallen unserer Existenz muss ich tappen.
Ich experimentiere, wo ich neues Besseres erahn.
Ertrage es, geht mir mal Glück durch die Lappen.

Ich lebe dies Leben, als wenn es das einzige wär.
Erlaube mir, aus Füllhorn des Seins zu genießen.
Lasse mich auf die Mitwelt ein, nicht nur ungefähr.
Riskiere so Trauer, Kummer, Angst und Verdrießen.

Ich erlaube mir, die zu finden, die zu mir passen,
Die mich in Entwicklungen freudig unterstützen,
Die sich auf den, der ich wahrhaftig bin, einlassen,
Die mir nicht schaden, sondern achtsam mir nützen.

Ich erlaube mir auch, mich von all denen zu trennen,
Die mich nicht unterstützen, so wie ich gemeint bin,
Die nur den eigenen Wunschbild hinterher rennen.
An denen kleben zu bleiben, schafft mir kaum Sinn.

Dass Leben auf Erden endlich ist, erkenne ich an.
Ich hüte mich vor Selbstbetrug, Schein und Illusion,
Hoffe, dass ich Einsamkeit und Freiheit ertragen kann.
Dank der Kraft unserer Liebe gelingt mir das schon.

Von Selbstzerstörung zur Selbstliebe

Neuerdings befrage ich mich ab und an:
Tue ich mir im Augenblick wirklich gut?
Wieso habe ich dies nicht früher getan?
Braucht man zum Sich-Gutes-Tun Mut?

Es verblüfft mich zusehends, wie vertraut
Mir tägliches Mir-Übles-Antun erscheint,
Als ob Alltagshandeln auf Elend erbaut,
Das man als daseinszugehörig vermeint.

Klar ist mir: Ich bin kein gelernter Hedonist,
Der gezielt nach Lust und Freuden strebt,
Bin da eher wie ein miesepetriger Christ,
Der Freude wohl lieber im Jenseits erlebt.

Mir geht es darum, bei mir zu erkunden:
Was hält mich vom Mir-Gutes-Tun zurück?
Ich will mich neu orientierend gesunden,
Mir-Übles-Tun einstellen Stück für Stück.

Es geht nicht um Moral und Empörung,
Um Gebot, Verbot und Strafe in Gesetzen.
Mir geht es um tägliche Selbstzerstörung.
Will genau schauen, wie wir uns verletzen.

Wieso essen wir mehr als wir brauchen?
Wer treibt uns, im Burnout zu versinken?
Weshalb töten wir uns durch Rauchen?
Was hilft es, dass wir oft uns betrinken?

Wieso können wir nicht voll ja zu uns sagen?
Was bewirkt, sieht man sich abwertend an?
Warum können wir so schwer Hilfe erfragen?
Weshalb nicht lachen, obwohl man es kann?

Was zwingt uns, Vergangenes zu bereuen?
Wie verhindern wir, dass wir uns vergeben?
Wer befiehlt, Salz in Wunden zu streuen?
Wie vermeiden wir ein zufriedenes Leben?

Was fesselt uns an Wut und Verzweiflung?
Wieso binden wir uns an Ärger und an Groll?
Wer in mir bestraft, wenn ich nicht begreife und
Warum tue ich, was ich nicht will, aber soll?

Wie kommt's, dass ich mir kaum Ruhe erlaube,
Dass ich mich überverantwortlich so schinde?
Wieso bin ich für meine Bedürfnisse oft taub,
Schenke ich Beachtung kaum innerem Kinde?

Warum mache ich mir das Leben nicht leicht?
Wer in mir verlangt von mir mehr und mehr?
Wieso mich schlechtes Gewissen beschleicht,
Gestehe ich mir ein: Ich bin glücklich so sehr?

Wer fordert mich, zu putzen und zu räumen?
Was stört mich daran, hängen Bilder schräg?
Wieso lasse ich mich selten singen, träumen?
Wer in mir steht derart der Freude im Weg?

Warum nicht mich mit Schwächen versöhnen?
Wieso bin ich nicht froh, ist Terminplan mal leer?
Warum bitte ich dich nicht, mich zu verwöhnen?
Was nur ängstigt an Passivität mich so sehr?

Was soll es, dass man sich beherrscht, belügt?
Genügt es denn nicht, wenn dies andere tun?
Wieso man sich Selbstmord auf Raten zufügt?
Bis wir Antworten finden, sollten wir nicht ruh'n.

Wer sich zerstörend durchs Leben schleppt,
Weil Lebensstrom in wüster Welt versandet,
Hat sicher ein untaugliches Lebenskonzept.
Mit falscher Karte das Lebensschiff strandet.

Lasst uns nicht auf Worte und Gründe hören,
Vorgaukelnd, dass Leben nicht anders geht,
Die jedoch bewirken, dass wir uns zerstören.
Dies erkennend zu ändern, ist nie es zu spät.

Schauen wir auf Schwächen ohne Empörung.
Vielleicht liegt in ihnen ein verborgener Sinn?
Mag sein, mir zeigt meine Selbstzerstörung,
Dass inkarniert ich noch nicht vollkommen bin.

Meine Mängel ließen mich oft nicht schlafen.
Wie oft litt ich daran, dass ich nie ohne Makel.
Kritische Rückmeldungen ins Mark mich trafen.
Die geringste Verfehlung schien ein Debakel.

In den Vordergrund trat Mangel, Hässliches,
Denn ich erstrebte zu sehr meine Perfektion.
Ich wollte erschaffen etwas Unvergessliches.
Ohne etwas zu leisten, wer war ich schon?

Meint Vervollkommnung wirklich fehlerfrei?
Oder meint es eher, in sich anzuerkennen,
Dass ein jeder schon immer vollkommen sei,
Was wir häufig nur schwer erkennen können.

Von Fremdanerkennungssehnsucht verbogen,
In der Gesellschaft, wo Höchstleistung zählt,
Habe ich mich oft um mich selbst betrogen,
Körper, Seele sowie Mitbewerber gequält.

Vollkommenheit ist kein Leistungsergebnis.
Erst wenn wir ruh'n und aktiv unterlassen,
Offenbart sich uns tragendes Seinserlebnis,
Können Gelingen wir in uns eher erfassen.

Vollkommenheit lässt sich nicht erzwingen.
Sie schlummert im Kern, in der Seelenzone.
Ein Seelenkontakt wird mir kaum gelingen,
Wenn ich hochleistend Randschicht bewohne.

Weil mir Heil in Leistungswelt missglückte,
Musste nach anderen Wegen ich suchen.
Aufmerksamkeit nach innen ich verrückte.
Verrückt konnte Seelenreisen ich buchen.

Ich konnte mir in meinem Kern begegnen,
In dem ich Gelingendes in mir jetzt erahne.
Lernte, Liebe allein als heilend zu segnen,
Mich erlösend von dem Zerstörungswahne.

Wenn andere denken: „Der tickt nicht richtig,
Der stresst sich nicht und wirkt glücklich.“,
Dann ist mir dies Urteil nicht mehr wichtig,
Denn in stiller Liebe zu sein, entzückt mich.

Vermeiden wir missgünstiges Entsetzen,
Da anderer Mensch glücklich leben kann.
Stoppen wir es, uns fordernd zu verletzen.
Sehen wir uns einfach als liebenswert an.

Dein Leben ist dir als Geschenk gegeben.
Jede Inkarnation ist göttliches Mysterium.
Schütze, hege und pflege irdisches Leben.
Bringe weder dich selbst noch andere um.

Lasse nicht zu, dass du dich schädigst -
Du bist der Nächste dir, nicht dein Feind -
Dass du das Werk deiner Feinde erledigst.
Leben ist niemals als Selbsthass gemeint.

Wer sich nicht ständig im Inneren streitet,
Wer sich nicht in Selbstzerstörung verliert,
Stattdessen in sich einen Heilraum bereitet,
Eher ein Glück bringendes Leben so führt.

Sieh deinen Körper an als heiligen Tempel,
Dem all deine liebevolle Achtung gebührt,
Präge dein Leben durch Liebesstempel,
Weil nur Liebe dich zu deiner Seele führt.

Auf dem lebenslangen Suchweg zur Seele
Löse dich von dem, was kränkt und verdirbt.
Erlaube nicht anderem, dass er dich quäle.
Lass Süßes wachsen, auf dass Bitteres stirbt.

Wege zum Herzen

Herzenskontakt erfordert, Fesseln zu sprengen,
Wo möglich, starre Logik hinter sich zu lassen,
Konzepte abzulegen, die uns ängstlich einengen,
Für den Sprung ins Nichtwissen Mut zu fassen.

Dasein ist meist nicht so, wie es uns erscheint.
Wir können Leben mit anderen Augen besehen.
Wir können erkunden, wie Menschen gemeint,
Wenn neue Pfade wir zum Herzraum begehen.

Herzensepfad führt vorbei an kleinem Verstand,
Überwindet trügerische Grenzzäune des Ich,
Fügt Türen ein, wo einst eine trennende Wand,
Verliert in umfassender, unendlicher Ferne sich.

Unsere Wege zum Herzen machen auch Angst,
Wenn hingebende Lösung wir wenig gewohnt.
Ego weigert sich, wenn du von ihm verlangst,
Dass es abdankt, weil es so gern in dir thront.

Sei liebevoll zu deinem Ego. Umarme es sanft.
Es hat viele Jahre gestritten und lange gelitten,
Hat Körper und Geist oft im Leiden verkrampft.
Lade Ich ein, zu entspannen in Herzensmitten.

Seeleneinheit ist Erfahrung von tiefem Frieden,
Von Gnade, schmerzendes Sosein umfassend,
Erlösend, die im Fegefeuer der Eitelkeit siedend,
Uns ins Reich freier Herzensliebe entlassend.

Herzlich zu sein, meint, ich will euch wohl,
Will nicht berechnend sein oder taktieren.
Herzen wurden uns zu dem Liebessymbol.
Uns liebend wir freudig die Herzen verlieren.

Herzlos können wir Menschen nicht leben.
Wieso sind immer noch herzlos so viele?
Zwei Herzen scheint es in uns zu geben:
Eins für den Leib und eins für die Gefühle.

Herzlosigkeit als ein Mangel an Mitgefühl
Ist leider noch unter Menschen verbreitet.
Sind Reichtum und Herrschaft im Spiel,
Ein Herz sich verengt, nicht mehr weit.

Nur ein weites Herz lässt die Liebe herein.
Herzenseng scheint uns etwas zu fehlen.
Verengt können niemals glücklich wir sein.
Die Herzen vereinen die Leiber mit Seelen.

Unsere Herzen pochen und pochen im Leibe
Unser Leben lang bis zu drei Milliarden Mal.
Endet das Pochen, nicht länger ich bleibe.
Jegliche Herzlosigkeit wirkt so leiblich fatal.

Herzschwäche und Operationen am Herzen
Lassen uns den Anfang des Endes erahnen.
Kürzer werden die Dochte an Lebenskerzen.
Wozu wollen die Schmerzen uns mahnen?

Unser Herz ist nicht einfach nur ein Organ,
Das mitten im Leibe pocht und uns zwickt.
Dank Herz und Gehirn unmittelbar ich erahn,
Ob Leben misslingt oder ob es mir glückt.

Ich fasse mir ein Herz, bedeutet, dass ich
Mutig werde, um mein Leben zu wandeln.
Nicht bei Worten verbleibe ich, sicherlich
Entscheide ich mich, passend zu handeln.

Ich nehme mir zu Herzen, meint hingegen,
Sich verantwortlich zu fühlen für sein Tun,
Das, was getan ward, in sich zu bewegen.
Man lässt sein Tun nicht auf sich beruh'n.

So wird unser Herz zum Kompass im Leben:
Ist bei dem, was ich tue, mein Herz dabei?
Oder bleibe an alter Gewohnheit ich kleben?
An Gewohnheiten klebend, sind wir nicht frei.

Das Herz wird uns Freiraum für Gestaltung.
Kann ich mich herzlich mit euch verbinden?
Gelingt uns beherzt eine Lebensentfaltung,
So dass hinter Herzen zur Seele wir finden?

Wir wünschen uns starke Herzen samt Mut,
Das Leben selbst in die Hände zu nehmen
Und das Herz zu befragen: Tue ich uns gut,
Gehe gute Wege ich, nicht die bequemen?

Liebevoll werden

Liebe ist Urgrund des Seins,
Quelle unserer Lebenskraft.
In ihr ist und war alles eins.
Jede Form wird dahingerafft.

Das, was äußerlich vergeht,
Bleibt in der Liebe erhalten.
Alles in Liebe ewig besteht
In mannigfaltigen Gestalten.

Liebe ist Essenz und Elixier
Für Beziehen und Verbinden,
Schafft Kontakt von dir zu mir,
Hilft Trennendes überwinden.

Unverbunden sind wir nicht.
Mensch ist Ganzes und Teil.
Wer mit seiner Mitwelt bricht,
Bleibt abbrechend nicht heil.

Wie zum Atmen ist die Luft,
So ist zum Dasein die Liebe.
Man modert in asozialer Gruft,
Sobald man lieblos bliebe.

Liebloses Leben ist Leiden.
Macht führt da nicht weiter.
Es hilft uns kein Verkleiden,
Sind wir im Innen nicht heiter.

Zu lieben ist unser Wesen.
Entstanden aus Beziehen,
Können wir liebend genesen.
Kränkend ist, ihr zu entfliehen.

Liebe kann sich verstecken,
Bei Ängsten und bei Macht.
Lässt sich schwer erwecken.
Darum gib gut auf sie acht.

Man kann auf Liebe verzichten
Und Liebeskraft unterdrücken.
Liebessehnen zu vernichten,
Wird jedoch uns nicht glücken.

Zu lieben meint zu entscheiden:
Ich nehme mir Innenauszeit.
Ich trenne Heilen und Leiden,
Mache mich zu heilen bereit.

Liebe vereint unsere Teile,
Bindet Gefühl an Verstand,
Verbunden ich eher heile.
Viel habe ich in der Hand.

Wenn wir uns lebend entfalten,
Was kann uns Kompass sein?
Woran kann man sich halten?
Worauf lässt man sich ein?

Liebe gibt Leben Richtung.
Liebe gibt uns Lebenden Halt.
Sonnendurchflutete Lichtung.
Daseinsform bar von Gewalt.

Handeln aus Liebesgründen,
Nicht nach Norm und Moral,
Befreit uns von allen Sünden,
Erlöst aus Absonderungsqual.

Viele von uns waren ungeliebt,
Kamen so schwer ins Leben.
Gut, dass man sich Liebe gibt,
Die uns andere nicht geben.

Sich zu lieben ist lebenswichtig,
Damit unsere Seele nicht friert.
Ein gutes Gefühl: Ich bin richtig.
Doch Selbstverliebtheit isoliert.

Dauerverliebt und glücklich,
Und das bis ans Lebensende,
Diese Aussicht entzückt mich,
Wenn den Weg ich nur fände.

Ich suche Pfad zum Herzen.
Ich finde ihn eher kreativ.
Leuchte mit Liebeskerzen,
Auf das, was in mir schlief.

Kreativität: kein Wert an sich.
Hilft sie nicht Liebe zu mehren,
Wendet sie sich gegen mich,
Wird es Zeit, sich zu wehren.

Partnerliebe: kein leichtes Spiel.
Liebe braucht achtsame Pflege.
Kein Wunder, dass sie verfiel,
Wurden stumpf wir und träge.

Liebe braucht Gewährsein,
Ein achtsames Innehalten,
Unseren Mut zum Klarsein
Und kreatives Ausgestalten.

Liebe steuert Lebensschiff
Durch zwiegespaltenes Sein:
Einerseits das Bindungsriff,
Andererseits bin ich allein.

Liebe heilt Widersprüche.
Liebe gibt uns Zuversicht.
Liebe kittet Lebensbrüche.
Zwang, den mag sie nicht.

Wir beachten lieblose Muster,
Die Entfaltung beschränken,
Werden dabei liebesbewusster
Im Fühlen, Tun und Denken.

Liebe zu unseren Kindern
Lässt sie wachsen und frei.
Da wir Wachstum behindern,
Ist Macht statt Liebe dabei.

Liebe zu unseren Freunden
Ist aufrichtig, frei und klar,
Ist, da wir uns freu'n, wenn
Seelennähe wird offenbar.

Liebe ist Entwicklungsweg
Vom Ich zum Du zum Wir.
Da ich mich dorthin beweg,
Sinnvolles Leben ich führ.

Liebe ist unser Bemühen,
Ganz wir selbst zu werden,
Dabei alles einzubeziehen,
Freude wie Leid auf Erden.

Liebe ist kein Zuckerschlecken,
Niemals nur seichtes Pillepalle.
Urkraft mag sie in uns erwecken,
Lobpreisen wir alles und alle.

Liebe zum Leben gibt uns Kraft,
Hilft uns, Berge zu versetzen,
Deren Schatten Leiden schafft,
Die unsere Mitwelt verletzen.

Berge versetzen in mir und dir,
Egozentrik wir überwinden
Samt Grund aus Macht und Gier,
Uns im Wir neu zu finden.

Wir-Liebe, sich an alle wendend,
Auch Zerstörende einbeziehend,
Im Nur- Privaten nicht endend,
Verantwortlichkeit nicht fliehend.

Wir-Liebe, die uns überdauert,
Weil nicht an das Ich gebunden,
Hinter der der Tod nicht lauert,
Die zu wahren Leben gefunden.

Zu lieben meint...

Zu lieben meint: **Sich mit der Welt** zu **vereinen**,
Den Mitmenschen zu begegnen auf Augenhöhe,
Kontakte als Herzenerfahrungen zu meinen,
Situativ zu balancieren die Distanz wie die Nähe.

Zu lieben meint: **Alles, was ist, zuzulassen**,
Weder Lichtes noch Schattiges zu übersehen,
Beherrscht und umsichtig Entschlüsse zu fassen
Und achtsam seine Lebenswege zu gehen.

Zu lieben meint: **Ja zu dem Leben** zu **sagen**,
Sich und andere im Wesen voll anzunehmen,
Sich auch in Schattenwelten hineinzuwagen,
Mit engender Moral sich nicht mehr zu lähmen.

Zu lieben meint: **Sich vollends** zu **begreifen**,
Das Böse nicht nur in anderen wiederzufinden,
Durch die Akzeptanz seiner Schatten zu reifen,
Fremdheit und Trennendes so zu überwinden.

Zu lieben meint: **Sich selbst** zu **vertrauen**,
Echtes von Täuschungen zu unterscheiden,
Hinter die Rollen und Fassaden zu schauen,
Mir selbst wie dir nicht die Angst anzukreiden.

Zu lieben meint: **Echtbedürfnisse** zu **spüren**,
Wünschen und Träumen Ausdruck zu verleihen,
Gefühle zulassend sich nicht darin zu verlieren,
Sich Fehler, Irrtum und Dummheit zu verzeihen.

Zu lieben meint: **Bei seinen Sinnen** zu **sein**,
Zärtlichkeit, Erotik und Sinnlichkeit zu teilen,
Hautnah sich mitzuteilen: „Wir sind nicht allein.“,
Sich bei Angst und Gefahren zur Hilfe zu eilen.

Zu lieben meint: **Hoffnung zu sich einzuladen**,
Dem Guten und Schönen Freiraum zu geben,
Mir wie anderen möglichst wenig zu schaden,
Das Neue trotz Ängsten einzuladen ins Leben.

Zu lieben meint: Die **Grenzen** zu **sprengen**,
Die durch Tabu und Verbot zu eng gezogen,
Weder uns noch andere unnötig einzuengen.
Leben unter Befreiten wird herzlich erwogen.

Zu lieben meint: **Herz und Seele** zu **weiten**,
Hingabe samt Friedfertigkeit zu erlernen,
Feindschaften zu überwinden beizeiten,
Zwang und Groll aus Kontakt zu entfernen.

Zu lieben meint: **Arme geöffnet** zu **halten**,
Dass andere erleben: „Ich bin willkommen.“,
Gefühl nicht von dem Verstand abzuspalten,
Auch schüchtern zu sein und beklommen.

Zu lieben meint: **Wahre Werte** zu **pflegen**,
Sinnvolles und Nützlichendes im Alltag zu tun,
Zu Begabungsentfaltung einander anzuregen,
Täglich zu üben und gelassen in sich zu ruh'n.

Zu lieben meint: **Auf Perfektion** zu **verzichten**,
Sich als stets lernend in dieser Welt zu begreifen,
Sich aufs Wesentliche im Dasein auszurichten,
Zu Milde, Verständnis und Weisheit zu reifen.

Zu lieben meint: **Alltag hinter sich** zu **lassen**,
Im Raum der Wahrhaftigkeit sich zu begegnen,
Einander auch als Leibseelen sanft zu erfassen,
Alles Liebeserleben mit Dankbarkeit zu segnen.

Liebe und Bezogenheit

Ohne Bezogenheit kann keiner von uns leben.
In Getrenntheit wir lediglich illusionär existieren.
Zu lieben meint, uns Trennendes aufzuheben,
Verbindung zu allen und allem direkt zu spüren.

Beziehung ist die wichtigste Sache im Leben.
Darum ist heilsam zu verstehen, was Liebe ist.
Verstehen durch Verstand wird es nicht geben.
Verstand nur ordnet, analysiert und vermisst.

Normalverstand kann das Ganze nicht sehen,
Weil er Muster errichtet, die uns beschränken,
Unser Denken muss immer vom Ich ausgehen,
Sich Urteile über Mitwelt und Leben erdenken.

Wahre Liebe bedeutet, das Ganze zu lieben.
Nichts Isolierendes schiebt sich dazwischen,
Kein Urteil, kein Ausgrenzen, kein Aussieben.
Keine Angst kann je wahre Liebe auswischen.

Jemanden lieben, meint, total vereint zu sein,
Nicht auf einer Ebene, sondern vollkommen.
Man lässt sich vollends auf die anderen ein,
So dass Abspaltendes von uns genommen.

Wir lieben nicht allein mit unserem Gefühl,
Wir lieben nicht allein mit unserem Verstand,
Zu lieben ist nicht nur leiberotisches Spiel.
Wahrhaft liebend hat man nichts in der Hand.

Mensch zu sein, heißt, in Beziehung zu sein.
Die Menschheit ist ein Beziehungsgeflecht.
Beziehung wird Liebe, lädt Ordnung man ein,
Die alles Dasein umfasst und darum gerecht.

Lebenskunst: Alles an rechten Ort zu bringen,
Innere Ordnung zu errichten, die uns befreit,
Schönheit zu schaffen, nicht Sieg zu erringen,
Zu schweigen und in sich zu lauschen bereit.

Lebenskunst: Sich von Unordnung zu lösen,
Teilen, Begrenzen und Beschränken zu lassen,
Vorzdringen zur Liebe in ihrem wahren Wesen,
Um das Ganze hinter den Teilen zu erfassen.

Können wir zu Ordnung in Beziehungen finden,
Die wir nicht zur Flucht vor Qual gebrauchen,
In der wir uns nicht gefühlsabhängig verbinden,
Sondern mutig in Herzenswelten eintauchen?

Wahre Liebe entdecken

Was wahre Liebe ist, ist indirekt zu erkunden.
Was wahre Liebe nicht ist, ist dazu aufzudecken.
Lieblosigkeiten durchschauend, wir gesunden.
Dafür stellen wir Eitelkeiten uns und Schrecken.

Wenn wir Lieblosigkeit zu verstehen beginnen,
Erahnem wir: Liebe ist nicht nur ein Vergnügen.
Wir lieben nicht, wenn wir Ängsten entrinnen.
Liebe kennt kein Leid, muss nichts besiegen.

Liebe ist nicht Sinnlichkeit, ist kein Gefühl,
Sie ist universell, nicht mit etwas verhaftet.
Liebe ist keine Idee, ist kein Gedankenspiel.
Was wahre Liebe ist, Verstand nicht verkräftet.

Liebe aufzudecken heißt, in Frage zu stellen,
Das Vorgegebene nicht länger hinzunehmen,
Dogmatiker und Besserwisser zu verprellen,
Sich seiner Unwissenheit nicht zu schämen.

Im Gegenteil, denn Wissen hindert zu fragen.
Wer zu wissen glaubt, denkt kaum noch nach,
Kann sein Nichtwissen nur schwer ertragen,
Bleibt kaum noch bei klarem Gewahrsein wach.

Wer weiß, denkt nicht, verstehen zu müssen.
Wer Antworten hat, stellt keine Fragen mehr.
Je mehr ich vermeine, Wichtiges zu wissen,
Je größer die Furcht, dass ich einsam und leer.

*Wozu unser Wettstreiten samt Rechthaberei?
Was lässt uns ehrgeizig sein und vergleichen?
Wieso kommen wir von Traditionen nicht frei?
Wieso können nicht alle Schranken weichen?*

*Kriegerische Schranken zwischen Nationen,
Schranken durch ideologisch erstarrtes Wissen,
Schranken, die Glaubens-Dogmen innewohnen,
Schranken, da wir glauben, hassen zu müssen?*

*Woher wohl Angst und Verzweiflung kommen?
Was schreckt uns so sehr an der Einsamkeit?
Wieso macht die Idee vom Tod so beklommen,
Sind zu Selbstvergessenheit wir kaum bereit?*

*Was zwingt mich dazu, beachtet zu werden?
Wieso beziehe ich häufig Schuld auf mich?
Wieso Lebensfreude durch Angst gefährden?
Wieso immer wieder dieses ich, ich und ich?*

*Woher dieses uns trennende Ich und Mein?
Wo ist uns verbindendes Wir-Alle geblieben?
Wieso selbstverliebtes Detail-Verhaftetsein?
Warum fällt es schwer, wahrhaft zu lieben?*

*Weshalb die besitzen wollen, die ich liebe?
Warum nur etwas als das Meine benennen?
Wenn es bei dieser Ausschließlichkeit bliebe,
Wir nie ohne Isolationsgefühl leben können.*

Wer will in mir, dass alles beim Alten bliebe?
Liebe verdeckende Schichten sind abzutragen.
Sie schieben sich zwischen mich und die Liebe.
Fort mit Selbstmitleid, Resignieren und Klagen.

Die Wege zur Liebe über Erkenntnisse führen:
Was steht noch zwischen der Liebe und mir?
Bereiche von Angst, Leid, Leere wir berühren.
Wahre Liebe selbst ich nie gedanklich kapier'.

Wenn, was nicht Liebe ist, von uns abfällt,
Verlangen schweigt, etwas werden zu wollen,
Sich Liebe gleichsam wie von allein einstellt,
Schöpft absichtsloser Geist aus dem Vollen.

So können wir heilende Ordnung entdecken,
Mit der es glückt, uns als Freie zu beziehen.
So gelingt es uns, Kräfte der Liebe wecken,
Um nicht vor Einsamkeitsängsten zu fliehen.

Liebes-Töter: Verhaftetsein

*Finden wir Ordnung, die zur Freiheit weist,
Wo man Wahres erforscht, Erkenntnis findet
Mit von Begriffen und Urteil befreitem Geist,
Der sich mit dem, was ist, direkt verbindet?*

Liebe fehlt, wenn wir einander besitzen wollen,
Uns Eifersucht süchtig von den anderen trennt,
Wir anderen wegen des Andersseins grollen,
Man sich in das, wie Liebe sein soll, verrennt.

Auch Bindung ist Art von geistigem Besitzen.
Gebunden an dich denkend, Sorge ich mich.
Sehe ich Freiheitsimpulse bei dir aufblitzen,
Wächst Angst, dich zu verlieren, fürchterlich.

Liebe fehlt, wenn wir verstrickt, anhaftend sind,
Wir uns mit anderen Personen identifizieren,
Im Selbstmitleid für uns selbst werden blind,
Weil wir Wünsche und Schatten projizieren.

In Anhaftung ist Schmerz mit Angst verborgen.
Etwas jenseits der Kontrolle könnte passieren.
Man macht sich über andere sehr viele Sorgen,
Fühlt sich wertlos, würde man diese verlieren.

Nahestehende wir so ihrer Freiheit berauben,
Weil wir uns distanzlos mit ihnen verstricken.
Ans Schicksal fixiert mit Daumenschrauben
Wird uns Reise zu wahrer Liebe nicht glücken.

Aus Anhaftung erwächst Gefühl von Verlust:
Verlust an Macht, Prestige, geliebter Person.
Auch Tod, das endgültige Leid, schafft Frust,
Halten fest wir an Idee, Glaube und Illusion.

Bin ich an Ideen und Menschen gebunden,
Verleugne ich Freiheit als Liebesgrundlage.
Liebe wird, der Freiheit beraubt, nie gefunden.
Lieblos bleibt Dasein flach, leer, arm und vage.

Liebe ist weder Name, Gedanke noch Wort.
Man liebt, was man wahrhaft verstehen will.
Geist beobachtet ruhig. Nichts zieht ihn fort.
Von Liebe geleitet, werden Gedanken uns still.

Liebes-Töter: Autoritäts-Gläubigkeit

*Finden wir Ordnungen, in der wir nicht isoliert,
Weil nicht eingepasst in vorgefertigte Muster,
Wo Autorität und Expertentum nicht akzeptiert,
Wir zu uns finden: vorurteilsfrei und bewusster?*

Kennen wir keine Liebe, ist das Dasein oft leer.
Politik, Religion und Aktionen füllen es nicht.
Wir folgen nicht Führern noch Heiligen mehr.
Wer sich befreien will, mit Vorbildern bricht.

Keinen Gurus folgen, keine Götter verehren,
Auf Obrigkeit, Macht und Mächtige verzichten,
Sich aller Fremdeinflüsse bewusst erwehren,
Hierarchiedenken in sich selbst vernichten:

Von urteilendem Denken als falsch oder richtig,
Passend oder unpassend, gut oder schlecht,
Fördernd oder hinderlich, unnütz oder wichtig
Man meist sich nicht einfach so lösen möchte'.

Kein Über- und Unterordnen mehr hinnehmen.
Wir alle sind gleichwertig und wir alle sind frei.
Sich nicht durch Ehrfurcht und Ehrgeiz lähmen.
Fürchtend und geizend ist kaum Liebe dabei.

Was andere sagen, von Herzen hinterfragen:
Ist das noch lieblos oder ist Liebe zu spüren?
Der Herrschenden zu widersprechen wagen
Und ebenso an Selbstbeherrschung rühren.

Liebes-Töter: Vergleichen

Der Verstand ist ständig dabei zu vergleichen:
Wie stehe ich verglichen mit den anderen da?
Wie kann ich Heilige und Vorbilder erreichen?
Ist besser, was mir fernliegt oder was mir nah?

Vergleich meint, dass man auf andere blickt,
Abwägt zwischen dem, was ist und was war.
Unentwegtes Beurteilen schafft erst Konflikt.
Ordnung wahrer Liebe gerät derart in Gefahr.

*Finden wir Ordnung, die ohne Vergleichen ist,
Wo wir auf Anpassung, Konformität verzichten,
Wo man sich nicht an Sieg und Erfolge misst,
Uns messend wir Seinsangst nicht vernichten?*

Wenn ich dich, ohne zu vergleichen, betrachte,
Bin ich auf dich ausgerichtet, nicht auf andere.
Es verleiht dir Würde, wenn ich dich beachte,
Nicht mit Gedanken ins Anderswo wandere.

Auch eigene Würde wir damit untergraben,
Indem wir den Selbstwert an anderen messen.
Missgunst will das haben, was andere haben.
Was wir wahrhaft brauchen, wird so vergessen.

Neid, Scham, Minderwertigkeit durch Vergleich:
Ich bin nichts wert, denn du bist so viel besser.
Ich bin arm dran, denn du bist verdient reich.
Wer vergleicht, liefert Selbstwert ans Messer.

Liebes-Töter: Konzepte

Wir sind so sehr daran gewöhnt zu handeln:
„Ich muss, muss nicht. Das ist falsch, das recht.“
Alles ist zu verbessern, muss sich wandeln.
„Ich will das. Doch jenes ich nicht derart möcht.“

Enger Verstand des Ichs will uns stets isolieren.
Alltagsdenken ist gebunden an Zeit und Raum.
Grenzen ziehend wir den Geist fragmentieren.
Analytisch denkend, erlebt Einssein man kaum.

Kann man sich lösen von Kampf durch das Ich,
Woraus nur Unordnung erwächst samt Konflikt.
Im Nichttun liegt Chance, dass ich finde mich,
Liebe entdecke, falls reines Beobachten glückt.

Finden wir Ordnung, durch kein Bild gebunden,
Keinen Entwurf vorgehend: „So muss es sein!“,
Die hinter durchschaubarer Unordnung gefunden.
Unordnung stellt meist sich durch Festhalten ein.

Niemand zwingt uns, Unordnung zu bewahren
Wie so ein Aufzeichnungsgedächtnisautomat.
Keiner muss sich beschränken mit den Jahren,
Auf starres Konzept fixiert in Denken und Tat.

Wir müssen nicht Erfahrungen ansammeln,
Nicht Wissen, Macht und Besitztümer horten.
*Wieso nicht bei Neuem schweigen, stammeln?
Wieso nicht eintreten in Welt jenseits Worten?*

Konzepte aneignen meint: sich zu unterdrücken.
Konzepte hinterfragen bedeutet: sich zu befreien.
Ein freier Geist braucht keine Wortbildkrücken,
Muss in Gegebenes sich nicht mehr einreihen.

Liebes-Töter: Anpassung und Festhalten

Ein freier Geist gestaltet jeden Tag als neuen.
Es muss heute nicht gelten, was gestern galt.
Was heute entsetzt, kann morgen uns freuen.
Wer festhält, wird starr, verbittert, müde und alt.

Wir sind genetisch und traditionell konditioniert,
Erbe von Generation zu Generation abgebend.
Nichts wahrhaft Neues mit dem Geist passiert,
In den Verstandeswelten der Anpassung lebend.

Es ist anstrengend, etwas Neues zu entdecken.
Also neigen wir dazu, wie wir sind auch zu bleiben.
Sich Neuanst zu stellen, kein Zuckerschlecken.
Darum stecken wir fest oder lassen uns treiben.

Es ist möglich, dass ich Traditionen verneine.
Die Tradition für nichtig erklärend, ich mich löse.
Mit Verletzungen kommt verneinend ins Reine
Geist, der Abschied nimmt von Gut oder Böse.

Der Geist wird für lieblose Tradition sensibilisiert.
Mit Geist ist Leib, Herz, Hirn, also alles gemeint.
Diese Sensibilität uns aus Verletzungen führt.
Jenseits Verletztseins uns Schönheit erscheint.

Liebes-Töter: Erfahrung

Unordnung wird, wenn wir Kontakt konservieren.
Direktes Erleben wird durch Erfahrung ersetzt.
Wir kränken, nörgeln, drohen, kommandieren.
Wir uns geschmeichelt erachten oder verletzt.

Es sind die Erfahrungen, die Liebe zerstören.
Geist verfängt sich in Wünschen und Mustern,
Erstarrt zu fester Form durch unser Begehren.
Korrektur wäre möglich, falls wir bewusst wär'n.

Werden wir älter, besteht Entwicklungsgefahr,
Dass unflexibler und schwerfälliger wird Geist.
Abstumpfend gilt nur eine Sichtweise als wahr,
Anstatt dass Forschen in alle Richtungen weist.

Erfahrungen – ob mies oder gut – sind vorbei.
Ich Echo im Jetzt kann das Erleben blockieren.
Erst ohne die Erfahrungen sind geistig wir frei.
Nur aus Freiheit heraus lässt Liebe sich führen.

Liebes-Töter: Verlangen

Wir sind meist gebunden an sinnliches Begehren.
Wir denken, wir können uns davon nicht trennen.
Da helfen uns weder Verleugnen noch Wehren.
Verlangen wir oft fälschlich als Liebe benennen.

Was Liebe ist, kann man unmöglich entdecken,
Falls man seine Denkungsart nicht durchschaut.
Liebe kann man nicht per Vorstellung checken.
Jedes Verlangen die Sicht auf die Liebe verbaut.

Der verlangende Geist will haben und besitzen,
Will innere Leere füllen mit Ansehen und Geld,
Will sich mit Wissen vor Einsamkeit schützen,
Doch Sicherheit die Pfade zur Freiheit verstellt.

Uns einmauernd erscheinen wir als zufrieden,
Hören Flüstern jenseits der Mauer nicht mehr,
Leben selbsteingeschlossen abgeschlossen.
Der Verstand regiert. Unser Herz bleibt leer.

Liebes-Töter: Einsamkeits-Angst

Will man Schmerzen seiner Seele beenden,
Muss man sich Daseinstatsachen aussetzen.
Statt nur hohlem Vergnügen wir Leere fänden
Mit Angst, wie sehr uns Leid kann verletzen.

Was mein Herz auffrisst, ist dies Angstgefühl
Vor dem Nichts, der Leere und der Einsamkeit.
Einsamkeitsangst kommt meist dann ins Spiel,
Wenn ich verdränge, nicht zu schauen bereit.

Wer wegschaut, weiß nicht, was Einsamkeit ist.
Verstand jedoch erklärt: Zum Fürchten sie sei.
Mit Vorstellung man direktes Erkennen vermisst.
Das Davorgestellte gibt unsere Sicht nicht frei.

Wir kennen die Qual der Idee von Einsamkeit
Als unser Erleben, nirgends dazu zu gehören.
Keiner ist uns wahrhaftig zu verstehen bereit,
Nackte Furcht, überflüssig zu sein, zu stören.

Einsamkeit ist Gewährwerden totaler Isolation
Unsrer Tendenz, zu entzweien und zu trennen.

Stimmig eins werden: Wer kann das schon?
Nur Bedeutende so etwas erreichen können.

Erneut hat man in sich einen Teil abgetrennt,
Indem man sich als unbedeutend eingruppiert.
Wer sich in Idee eigener Nichtigkeit verrennt,
Kein Wunder, dass so ein Mensch resigniert.

Willst du Einsamkeit in der Tiefe verstehen,
Musst du dich ihr nähern ganz ohne Angst,
Darfst nimmer du ihr aus dem Wege gehen,
Darf keine Idee da sein, mit der du verlangst.

Einsamkeit endlich überwinden zu können,
Müssen wir uns ganz dem Prozess hingeben,
Die Einsamkeit nicht nur mit Namen benennen,
Sondern sie beobachtend rückhaltlos erleben,

Bis der Verstand begreift, wie er sich limitiert
Und Einsamkeit durch Begrenzung bewirkt,
Wie er das Dasein zerteilt und fragmentiert
Und das Ganze vor unserem Geist verbirgt,

Bis es uns Beobachtende nicht mehr gibt,
Nichts mehr als Beobachten selbst besteht,
Man sich als ungetrennt erlebt, folglich liebt,
Wobei Leid mit Angst und Schmerz vergeht.

Jegliches Entrinnen kann so endlich enden.
Sein zu vermeiden, wird als Irrweg erkannt.
Leidschaffendem wir uns ganz zuwenden.
Freier Geist ersetzt beengenden Verstand.

Der Geist erkennt, dass Einsamkeit entsteht,
Solange man im Verstand des Ichs gefangen.
Wenn das Eigeninteresse bestimmt Aktivität,
Werden keinesfalls wir zur Freiheit gelangen.

Solange Geist am Nichtverstehen noch krankt,
Wird er die Einsamkeit bekämpfen müssen.
Doch verstehend Geist zum Alleinsein gelangt,
Was meint, vom Unvergänglichen zu wissen.

Hat man die Einsamkeit wirklich verstanden,
Löst sich der Schmerz aus Leere und Frust.
In Jenseits des reinen Alleinseins wir landen
Als Zustand, nicht unsrem Wissen bewusst.

Alleinsein wird nicht mehr erlebt als Isolation,
Alleinsein wird zum Quell befreiter Kreativität,
Da der Geist befreit von Anhaftungsillusion,
Nichts mehr zwischen uns und der Liebe steht.

Ist der Menschheit Leiden einst überwunden,
Ist man nicht mehr im Eigenleid verfangen,
Hat alles Leiden hier sein Ende gefunden,
Kann tiefe Weisheit in unser Sein gelangen.

Auf dem Weg zu wahrer Liebe

Wenn Verstand nichts erwartet und schweigt,
Nicht fragt, fordert, sucht, zu besitzen trachtet,
Sich nicht eifersüchtig angstvoll Leben zuneigt,
Nicht Begierden folgt und Drängen beachtet,

Wenn Verstand keine Selbsterfüllung sucht,
Nicht von Dogmen und Zwängen gehalten,
Nicht mehr urteilt, beschimpft und verflucht,
Dann beginnt die Liebe, das Sein zu gestalten.

Es geht in Liebe darum, Geist so zu entfalten,
Dass weder Ehren noch Verletzen ihn zwingt,
Kein Gedanke ihn kann in Unordnung halten,
Lieblosigkeit nicht mehr Denken durchdringt.

Wer neidisch, missgünstig, gierig, ehrgeizig ist,
Sich anpasst, gehorcht und gewalttätig handelt,
Vom engen Verstand regiert, Freude vermisst,
Bei dem sich Angst nicht in Liebe verwandelt.

Es geht liebend darum, zur Tugend zu finden,
Zur Tugend jenseits traditioneller Gedanken,
Zu Werten, die sich direkt mit Liebe verbinden
Zur Seinsfreude ohne Mauern und Schranken.

In der Freude, wahrhaft Schönes zu sehen,
Liegt Genuss samt Gefühl von Dankbarkeit.
Dieser Moment mag zu Herzen uns gehen.
Edles und Reines macht die Seele uns weit.

Würden wir und unsere Eltern wahrhaft lieben,
Gäbe es nicht Hunger noch Krieg und Klassen,
Wäre Reichtum-Armut-Gefälle nicht geblieben,
Würden wir uns nicht bekämpfen und hassen.

Solange wir keine Liebe in den Herzen tragen,
Kann man Gesellschaftsordnung nicht bauen,
In der wir gemeinsam Menschlichkeit wagen,
Wir uns nützen, unterstützen und vertrauen.

Viel wichtiger als die Gesellschaftsrevolution,
Als sich Ideen und Idealen zu verschreiben,
Ist Menschen verbindende Kommunikation,
Mit der wir die Leiden aus Dasein vertreiben.

Kommunikation als Verbindung hinter Worten,
Wo wir Leiden verstehen jenseits Verstand,
Wo, Verantwortung achtend, wir nicht fortgeh'n,
Wo wahre Liebe als Wachstumsziel anerkannt,

Wo wir anerkennen, uns befreien zu können
Von jeglicher psychologischer Abhängigkeit,
Wo wir uns die Erlaubnis zur Liebe gönnen:
„Mich zu verbinden, bin fähig ich und bereit.“

Qualitäten bewahrter Kindlichkeit

Im Leben durchlaufen wir etliche Phasen
Von Ei und Samen bis hinauf zu den Alten.
Versammeln Kinder in uns und alte Hasen.
Mit denen zusammen wir Dasein gestalten.

Da ist ein Baby, das im Mutterleib schwimmt,
Verbunden mit der Sehnsucht nach Symbiose.
Da ist ein Jugendlicher, der Raum sich nimmt.
Oftmals ist Angeberei dabei samt Siegerpose.

Oder wir sind Erwachsene, übervernünftig,
Es zählt nur Sachlichkeit mit klarem Verstand.
Man lebt nicht im Jetzt, sondern eher künftig.
Gur weggesperrte Gefühle sehen kaum Land.

Da ist häufig ein Kind in uns, das mit Verbot
Strenger Eltern sich von sich selbst entfernt.
Das unterwürfig wurde in Anpassungsnot,
Nicht inwendig, sondern oft auswendig lernt.

Ein anderes Kind mag bei Strenge rebellieren,
Wird meist chronisch im Leben dagegen sein.
Freies Leben kann Kind auch so nicht führen,
Sperrt seine Lebendigkeit im Trotzzwang ein.

Eher versteckt lebt in vielen das freie Kind,
Jener Personenanteil, der kraftvoll und vital,
Freude den Lebensmomenten er abgewinnt,
Nicht zerquetscht von uns enger Moral.

Dieses Kind in uns bereitet uns den Weg
In bessere Zukunft – gesund und erfüllend.
Kindlich bleiben und werden ist ein Privileg,
Die Sehnsucht nach Lebendigkeit stillend.

Kind zu sein, umfasst vielfältige Qualitäten,
Die meist nicht als solche wahrgenommen.
Wer Kindheit als Mangelphase versteht, den
Erlebt man als ernst und voreingenommen.

Kindlich und erwachsen: kein Widerspruch.
Kind zu sein und zu bleiben, erfordert Kraft.
Erwachsen werden auch, doch ohne Bruch.
Kindheitsschätze bewahrt, wer das schafft.

Ein Kind ist sensibel und frei im Denken,
Es mag gern lernen und experimentieren.
Arbeit und Spiel ihm Freude schenken,
Kann sich in Vorstellungswelten verlieren.

Ein Kind ist aufgeschlossen, hat Humor,
Sein Optimismus ist nahezu unverbrüchlich.
Liebend kommt fast nur Freude in ihm vor.
Wahre Liebe fragt nie nach faul oder tüchtig.

All die vielen Erwachsenen, die diese Gaben
Im Laufe des Lebens weitgehend verloren,
Gute Entwicklungschancen vor sich haben,
Wird freies Kind in ihnen wieder geboren.

Kindlichkeit ist die Großchance der Alten
Wenn Phase beruflicher Zwänge vorbei,
Kann man Leben gründlich neugestalten.
Freies Kind in sich lässt endlich man frei.

Sensitivität

Freie Kinder sind voller Feinfühligkeit.
Sozialer Spürsinn dient zum Überleben.
Gesamtsinnlich sind sie in Raum und Zeit,
Liebe zu empfangen und Liebe zu geben.

Kinder sind sensitiv, einführend, intuitiv,
Haben für Kontakt einen sechsten Sinn.
Spürbewusst zu sein, ist nicht primitiv.
Gut, wenn für Zartes empfänglich ich bin.

Menschlich zu sein meint, sich zu beziehen.
Sensitiv wir das Mitmenschliche erweitern.
Wir müssen nicht in die Einsamkeit fliehen,
Brauchen nicht mehr bezogen zu scheitern.

Sensitiv zu sein, lässt uns tiefer erkennen,
Was sich hinter den Oberflächen versteckt.
Wir erspüren, was noch nicht zu benennen.
Schönheit des Daseins wird dabei entdeckt.

Mitgefühl, Einverständnis und Harmonie,
Warme Nähe herstellen und Nähe ertragen:
Mit Feinspürsinn unsere Einfühlung gedieh.
Deine Wut spüre ich bis in meinen Magen.

Feinfühligkeit hat also die soziale Funktion,
Dass sie die Rollenfassaden durchbricht.
Menschenkenntnis ist der Feinfühligkeit Lohn.
Ohne Leibresonanz klappt Verstehen nicht.

Mit Kopf, Bauch und Herz erleben wir ganz.
Was wir riechen, ertasten, sehen und hören
Womit tritt unser Leibinneres in Resonanz?
Erwächst daraus Freude oder Empören?

Hat Resonanz eher mit dir oder mir zu tun?
Was steigt in mir auf an Lebensthemen?
Gleite ich ins Damals oder bin ich im Nun?
Ist das meine Scham? Ist es dein Schämen?

Fragend taste ich mich an die Klarheit heran:
Will da Scham in deinem Gefühl entstehen?
Ich mir Verschämtheit gut vorstellen kann.
Diese würde dabei auch bei mir entstehen.

Verstehen fängt in den Gefühlswelten an.
Gefühle sind immer im Leib mit zu spüren.
Leibspürig man Gefühl gut erkennen kann.
Einfühlung wird in Kontakte uns führen.

Offenes, flexibles Denken

Freie Kinder denken eher offen und flexibel.
Denken, Fühlen, Tun sind oft ungetrennt.
Fraglose Hinnahme erscheint als ein Übel.
Wer denken nicht übt, sein Sein verpennt.

Wieso, weshalb, warum muss das sein?
Welt will gut verstanden sein und geklärt.
Auf Existenzielles lassen Kinder sich ein.
Wesentliches wird noch nicht abgewehrt.

Weshalb bin genau ich hier auf dieser Welt?
Warum müssen viele Kinder noch hungern?
Ist das Strafe? Was haben die angestellt?
Wieso nur Bettler auf Straßen rumlungern?

Wieso ist eine Person arm und andere reich?
Ob sowas ein liebender Gott wohl erlaubt?
Warum sind nicht alle Menschen mehr gleich?
Ob eine arme Frau an Gerechtigkeit glaubt?

Der Zweifel gesellt sich neben die Wahrheit.
Wahres ist jedoch oft nur Wahrscheinlichkeit.
Ich glaube zwar gern, doch bitte auch Klarheit.
Gibt Leben Problem auf, ein Kind löst es gern.

Unbestechlich im Denken, deutlich in Sprache,
Geistig wach und offen, dankbar für Schönes:
So wird Kinderbewusstsein niemals zur Brache.
Freies Kind nutzt sein Hirn und verwöhnt es.

Alter ist die Chance, das Gute und Schöne
Geöffnet und dankbar entgegen zu nehmen.
Da Philosophieren ich nicht mehr verhöhne,
Muss Geistpotenzial nicht länger ich lähmen.

Ich kann grundsätzlich werden und wagen,
Mich den Fragen der Existenz zuzuwenden.
Nach dem Sinn meines Sein mag ich fragen.
Sinnloses im Sein mag ich mutig beenden.

Experimentieren

Kinder, die frei sind, lernen schon sehr früh:
Unser Leben ist voller Forschungsaufgaben,
Forschende nehmen in Kauf manche Müh,
Bis sie solide vorläufige Einsichten haben.

Forschen meint meist zu experimentieren:
Handelnd zu schauen, was dabei geschieht.
Ein Experiment kann zu Erkenntnis führen.
Forscherfreude die heile Kindheit durchzieht.

Die Freude am Experimentieren hält uns jung.
Kinder vermuten, tun, schauen, prüfen nach.
Als Suchende halten den Geist sie in Schwung.
Was trainiert ist, wird in uns selten schwach.

Im Alter, in Zeiten jenseits engerer Pflicht,
Kann experimentell man an vieles herangehen:
Was tut mir gut? Was hingegen tut es nicht?
Muss ich das oder will ich das gern verstehen?

Lernen und Wissenwollen

Kinder erfahren oft eine Welt voller Wunder,
Wollen ungestüm wissen, was diese Welt
Jenseits all dem alltäglichem Faktenplunder
An wirklichem Wissen noch bereit für sie hält.

Sie können sich vollkommen identifizieren,
Werden ganz zu dem, was ihnen erscheint,
Können sich vollends im Lernen verlieren,
Mit dem Gegenstand der Erkenntnis vereint.

Gemeinsamkeiten hier, Unterschiede dort.
Wo ist Ähnliches trotz dem Unterscheiden?
Verbindendes jagt nicht das Trennende fort.
Sich unterscheidend muss keiner hier leiden.

Wissen ist ein Hiersein, Lernen ist Werden.
Das beides ist wichtig für unsere Entfaltung.
Schulen oft natürliches Lernen gefährden,
Bedacht auf die fächerbezogene Spaltung.

Alltag und Schultag werden meist getrennt.
Die Komplexität der Praxis wird reduziert.
In abprüfbare Fakten man sich verrennt.
Vom realen Dasein wird so wenig kapiert.

Das Lernen braucht Freude am Verstehen
Und Liebe für das, was verstanden sein will.
Wenn liebend durch das Leben wir gehen,
Steht ein freudiger Lernmotor niemals still.

Im Alter Begeisterung wir uns wiederfinden,
Müssen nur noch das tun, was wir wollen.
Wir müssen nichts mit Pflichten begründen,
Müssen miesen Chefs nicht mehr grollen.

Wir lernen, was schon immer wir wollten:
Singen, schauspielern, spielen Instrument,
Roten Teppich wir den Träumen ausrollten.
Nur wenig vom Wunscherfüllen uns trennt.

Als Großeltern wir mit den Enkeln spielen.
Gemeinsam wir abermals Welt entdecken.
Wir nehmen Sein wahr mit allen Gefühlen.
Entsinnlichtes Wissen lassen wir stecken.

Arbeit und Spiel

Kinder wollen sich die Sozialwelt erspielen.
Sie wollen zugleich sozial in ihr nützlich sein.
Bei Spielen, die nur auf das Virtuelle abzielen,
Stellt sich kein wirksamer Sozialnutzen ein.

Ein Spiel gilt es mit Realitäten zu verbinden,
Dass Freude und Pflichten sich nicht trennen.
An Verantwortung gilt es Freude zu finden,
Dass wir uns nicht entfremdend verrennen.

Kennen mit Arbeitsdisziplin wird zu Können.
Schöpferisches Tun bereitet Kindern Glück.
Die Kinder, denen lustvolle Arbeit wir gönnen,
Erschaffen sich Lebenssinn Stück für Stück.

Arbeiten vergleichbar mit Spielen verrichten.
Stets unsere Echtmotivation mit beachten.
Auf Zwang, externes Belohnen verzichten,
Um nicht fremdbestimmt zu verschmachten.

Ein Kind spielt sein Spiel mit Ernsthaftigkeit:
Ausdauernd, ich-verloren und konzentriert.
Durch Spielen wird Arbeit von Terror befreit,
Der um unsere Lohnsklaverei oft vollführt.

Die Arbeit als auf Ziele gerichtete Aktivität,
Als körperliche, geistige Herausforderung,
Wird ein Meilenstein in Richtung Kreativität.
Kreative Leute bleiben ihr Leben lang jung.

Arbeit wird ergänzt durch zweckfreies Spiel.
Handeln, doch ohne festgelegtes Ergebnis.
Etwas mit Freuden zu tun, ist einziges Ziel.
Freudiges Schaffen wird zum Sinnerlebnis.

Spielend sich auch Unbekanntes vorstellen,
Wo nur selbst gewählte Regeln noch gelten.
Realenge kann die Fantasie nicht vergällen.
Kindliche Fantasie erschafft Anderswelten.

Auch hier unsere Chance beim Älterwerden,
Um zurück zu sinnvollem Handeln zu finden.
Arbeit darf die Freude nicht mehr gefährden.
Entfremdete Tätigkeiten sind zu überwinden.

Arbeiten gern, jedoch meist mit Leichtigkeit.
Nie mehr uns erschöpfende Lohnarbeitsfron.
Zur Selbstaussbeutung nicht länger bereit
Bietet Sinn im Tun uns hinreichenden Lohn.

Vorstellungskraft und Kreativität

Vorstellung stellt ein Noch-Nicht vor uns hin.
Verschiebt das Reale, stellt sich dazwischen.
Ich stelle mir genau vor, wie anders ich bin.
Realität, was ist, kann ich dabei auswischen.

Der normativen Kraft dessen, was faktisch ist,
Stellt man die Kraft der Vorstellung entgegen.
Ohne Fantasie wäre das Leben unsagbar trist.
Geisteskraft hilft mit, unsere Welt zu bewegen.

Die Vorstellungskraft könnte Berge versetzen,
Im Bewusstsein erwächst die verbesserte Welt.
Wir erschaffen eine Mitwelt mit Liebesplätzen,
Deren Licht die Schatten unsrer Seele erhellt.

Wer sich stets seine Vorstellungskraft erhält,
Wer alte Träume bewahrt und neue erträumt.
Hat seinen Altersacker recht sorgsam bestellt,
Hat die Zwänge des Normalen fortgeräumt.

Spiele, Vorstellungen und Tagträumereien,
So-tun-als-Ob mit noch unverwirklichten Ideen.
Was denkbar erscheint, darf probenhalber sein.
Neues und Besseres mag daraus entstehen.

Kreativität ist die pure Freude an dem Neuen.
Neufreude wird unser Jungbrunnen im Leben.
Solange wir ängstlich alles Neue noch scheuen,
Wird es kaum etwas Kindliches in uns geben.

Frei für Überraschung und kindlich Staunen:
Unerlässlich für die schöpferischen Geister.
Im Hintergrund kein erwachsenes Raunen:
Dabei glaubte ich so sicher, das weiß der.

Ein Kind muss nicht mit dem Wissen protzen,
Muss nichts kennen und auch nichts können,
Muss sich nicht einen Sozialstatus ertrotzen,
Kann sich seine Freiheit im Neuen gönnen.

Das Neue macht freiem Kind keine Angst.
Das tägliche Leben ist so voller Premieren.
Können, das du den Künstlern abverlangst,
Kannst auch bei freien Kindern du ehren.

Aufgeschlossenheit

Ach, diese Plage, vorweg alles zu wissen
Mit Altklugheit, die jedwede Neugier zerstört.
Schrecklich der Zwang zum Wissenmüssen:
Dass du das nicht weißt, ist doch unerhört.

Wissen macht oft eng und voreingenommen.
Wer zu wissen glaubt, hört oft auf zu lernen.
Ohne Neufreude vor die Hunde wir kommen,
Nichtlernend wir uns vom Leben entfernen.

Unvoreingenommen bei jeder neuen Situation:
Was immer geschieht, ein Kind urteilt nicht,
Bleibt nicht bei ödem Das-Kenn-ich-Schon,
Betrachtet die Situation noch mit freier Sicht:

Frei, geschmeidig, biegsam und wandelbar,
Echt, aufgeschlossen und aufnahmebereit,
Wachsam gegenüber jeder Vorurteilsgefahr,
Fehlerhaftes zu berichtigen ständig bereit.

Ein Fehler uns nicht zum Aufgeben verführt,
Solange die Qualitätsnormen nicht zu streng.
Mit Perfektionismus uns eher Elend passiert,
Wird unser Leben meist gefährlich und eng.

Freude am Entdecken geht dabei verloren.
Man hält sich nur da auf, wo man sicher ist.
Überraschendes wird so nicht mehr geboren.
Erfolgszwang die Experimentierlust zerfrisst.

Staunen, schauen mit weit geöffnetem Mund,
Freude, Lachen und glänzende Kinderaugen
Machen unsere Welt wieder prall und bunt,
Mögen als Seniorenverjüngungskur taugen.

Wir müssen nicht die bleiben, die wir waren.
Ein Mensch ist flexibel von Anfang bis Ende.
Auch unter dünnen und schütterten Haaren
Gelänge uns Alten noch die geistige Wende.

Was lange so war, muss nicht weiter so sein.
Was nichts taugt, ist nicht gut durchzuführen.
Sich selbst zu verdammern, ist hundsgemein.
Zu leben heißt, sich als lebendig zu spüren.

Nur der Mensch ist befähigt zu fantasieren.
Kreativität ist menschliches Markenzeichen.
Fantasielos wir unsere Identität oft verlieren,
Werden noch lebend zu geistigen Leichen.

Komik und Humor

Stellen wir uns vor: Das wäre fantastisch,
Bis ins hohe Alter geistig jung zu bleiben,
Trotz aller Belastung bleiben wir elastisch.
Was bedrängt, muss uns nicht zerreiben.

Wir schieben dem Starrsinn den Riegel vor,
Indem wir den Sinn für Komisches pflegen.
Mühsal schmilzt oft durch warmen Humor.
Sich selbst zu belachen, kommt uns gelegen.

Humor wird zur Würze in der Alltagssuppe,
Schützt uns vor Stumpfsinn und Langeweile,
Allzu Würdevolles wird uns eher schnuppe.
Öder Teilnahmslosigkeit ich besser enteile.

Wahrhaft verloren sind all die Lebensstage,
An denen nicht der Sinn für Komik geschult.
In morastigen Dasein aus Tragik und Klage
Befreiter Humor sich schweinslächelnd suhlt.

Komik erwächst aus freiem Spiel der Ideen,
Das Unerwartete wird zu- und eingelassen.
Durcheinander und Chaos darf geschehen.
Was unvereinbar schien, kann dann passen.

Man lacht über eigene Fehler und Mängel.
Was ich nicht kann, vielleicht kannst du es.
Keine Hierarchie mehr, kein Elitegedrängel.
Kannst du etwas besser, dann bitte tu es.

Alte müssen nicht mehr am Status festhalten,
An leidigem Zwang, stets überlegen zu sein.
Sie dürfen ihr Leben ganz zwanglos gestalten.
Experiment statt Zwang zieht ins Alltägliche ein.

Freude und Optimismus

Fröhlichkeit, Freude und ein heiteres Lachen
In dem Raum von Vertrauen und Zärtlichkeit.
Das Reich der Gefühle wir achtsam bewachen.
Gefühlsarmut schafft zumeist seelisches Leid.

Mehr Freude erleben die, die optimistisch.
Pessimisten erschaffen, woran sie glauben.
Pessimisten sind ängstlich, nicht realistisch,
Indem Freude sie sich am Schaffen rauben.

Ein Pessimist mehr auf das Versagen steht:
Seht ihr, dieses Elend sah ich lange voraus.
Ein Wind des Morbiden die Seele durchwebt.
Und Depressivität kommt eher dabei heraus.

Wer meint, die Menschheit werde untergehen,
Begrenzt auf diese Art die Vorstellungskraft,
Kann Rettendes und Heilendes nicht sehen.
Kein Kind hätte jemals so zu gehen geschafft.

Wer überzeugt davon ist: „Das geht gut aus.“,
Wird alles dafür tun, dass das auch wahr wird.
Ein kleiner Misserfolg ist für ihn selten Graus.
Mit jedem Fehler ihm ein Stück mehr klar wird.

Optimismus gepaart mit Sinn für die Realität:
Wir verändern, reden uns Welt nicht nur schön.
Optimist auf dem Boden der Wirklichkeit steht,
Muss nicht in virtuelle Illusionswelten geh`n.

Nahezu alle Kinder sind geborene Optimisten.
Optimismus ist der Urgrund für Wohlbefinden.
Lasst uns niemanden mehr in die allzu tristen
Gedanken der Zweckpessimisten einbinden.

Liebe

Jedes Kind wird mit tiefem Bedürfnis geboren
Soziale Mitwelt zu lieben und geliebt zu werden,
Ohne Liebe geht alles Menschliche uns verloren,
Droht ein grausames, trübes Schicksal auf Erden.

Das Bedürfnis nach Liebe lässt uns nicht los.
Ohne zu lieben, bleibt unser Leben wie leer.
Geld, Macht, Ruhm, Gier machen zwar groß,
Doch ein Liebesmangelschaden wiegt schwer.

Kleine Kinder sind meist herzlich und ehrlich,
Wenn sie geliebt werden ohne Vorbedingungen,
Wenn wahrhaftig zu sein für sie ungefährlich.
Wer lügt schon, wenn Lügen nichts bringen?

Ein mitfühlendes Verständnis ohne jede Frage
Bringt ein Kind zumeist in Beziehungen ein.
Wenn ich Mitgefühlsmangel bei mir beklage,
Wird diese Gabe sicher verschüttet nur sein.

Auch die Kinder, die ungeliebt verwahrlost,
Ersehnen unendlich sich die wirkliche Liebe.
Siege im Lebenskampf: ein schwacher Trost.
Wir sind Mensch, obwohl Mörder und Diebe.

Die Gesellschaft muss es endlich verstehen:
Einzig unsere Liebe ist Fundament für Frieden.
Wir können Gewaltkreisläufen dann entgehen,
Wenn wir alle uns fest zu lieben entschieden.

Seelisch gesunde von uns streben nach Güte,
Denn die freien Kinder wachsen hinein in Liebe.
Wenn sich ein Kind nicht Eltern zu lieben mühte,
Kind sicherlich nicht lange am Leben bliebe.

Die Liebe durchdringt alles Dasein mit Licht.
Menschlich zu sein, heißt fähig sein zu lieben.
Liebe zu entfalten, ist wie eine heilige Pflicht.
Liebe gebend, nehmend, doch nie getrieben.

Kindlich sein heißt: zu musizieren, zu tanzen,
Zu singen und zu springen in Zwanglosigkeit.
Lebensfreude führt heim zum großen Ganzen.
Liebend nutzen wir aus unsere Restlebenszeit.

Epilog: weise Narren

Wer befreit tanzt, tanzt meist aus der Reihe.
Beim Weitspringen springt nur wenig heraus.
Musizierst du als ein Profi, nicht nur als Laie,
Ist mit der Zwanglosigkeit es endgültig aus.

*Wo ist nur all unsere Kindlichkeit geblieben?
Auf welchem Altar haben wir diese geopfert?
Aus unsrem Kindlichkeitsparadies vertrieben
War am Ende nur noch etwas der Kopf wert.*

Berechnung und Logik, Vernunft und Kalkül
Zwar nützliche, doch öde Erwachsenenwerte,
Kaum noch ein suchendes Forschungsgewühl,
Weil man erwachsen so sein Image gefährde.

Erwachsene sind oft wie hölzerne Marionetten,
Verwunschen durch steten Lohnarbeitszwang,
Fragen sich nicht mehr, was lieber sie hätten,
Von verengter Pflicht und Verantwortung krank.

Wer durchbricht diesen Distressteufelskreis,
In dem die Kinder die Erwachsenen imitieren,
Um selbst endlich erwachsen wie zum Beweis
Ein ödes Erwachsenenleben weiterzuführen.

Humorvoll wir all unsere Schrullen belachen,
Schalten vom Überleben um aufs pralle Leben.
Jeden Tag zum kleinen Abenteuer wir machen.
Fehler wir uns schon früh morgens vergeben.

Deine Schwächen werden zu meinen Freuden,
Als Aufforderung, auch die meinen zu zeigen.
Sobald wir Anteile von uns nicht mehr meiden,
Können wir uns einander als Ganze zuneigen.

Wenn wir Alten nicht länger gewohnheitsstarr,
Können wir Kindliches mutig zurückgewinnen.
Als Clown und Harlekin, als Komiker und Narr
Einen weiseren Lebensabschnitt wir beginnen.

Weisheit entwickeln

Evolution samt Kultur lehrte uns Menschen denken.
Nach und nach haben wir uns vom Mythos befreit,
Können ab und an Welt mit Vernunft schon lenken:
Mutig, klug und kritisch zur Selbstreflexion bereit.

Wo wir Distanz zu egozentrischer Denke gewinnen,
Die Mitwelt aus Vielfalt der Perspektiven betrachten,
Kann sich Wissen zu Weisheit zu formen beginnen,
Um nicht im Mief enger Interessen zu schmachten.

Weisheit schließt stets auch unser Nichtwissen ein.
Wir tun nicht mehr so, als wenn alles wir wüssten.
Mitwelt samt uns darf im Wandel und unfertig sein.
Wir müssen uns nicht mit dem Sozialstatus brüsten.

Kreativ herkömmliches Denken infrage wir stellen.
Wir öffnen uns, machen uns zum Staunen bereit.
Die Verschämtheit fordern, wir schamlos verprellen.
Wer Neues will, verliert nicht mit Tabus seine Zeit.

Kreative sind Forschende, sind Innenweltpioniere.
Sie gehen weiter, wenn scheinbar nichts mehr geht.
Im Schöpfenden, nicht im Gestern ich mich verliere.
Über mich hinaus in mich hinein: Das ist Kreativität.

*Muss man wirklich immer gleichförmig denken?
Muss man alles hier auf die gleiche Art machen?
Unsren Geist auf Neues uns Fremdes wir lenken
In Kontakt mit Menschen, mit Natur und Sachen.*

*Was wohl in mir und zwischen uns hier geschieht?
Was sind unsere Motive, Widerstände, Bedenken?
Was erweckt mein Interesse, in den Bann mich zieht?
Was kann ich verstehen? Wo verwirrt sich Denken?*

*Was geschieht zwischen mir als Tier und der Natur,
In welche Netze, Wechselwirkungen wie verfangen?
Das ergründe ich beharrlich und offen, nicht stur,
Um mit anderen zu neuer Erkenntnis zu gelangen.*

*Wo geht mein Wissen in Glaubensannahmen über?
Wie hindert ein Altwissen mich, Neues zu ahnen?
Wo herrscht Gewissheit? Wo wird Wissen trüber?
Stets neu zweifelnd sich zur Ehrlichkeit mahnen.*

*Ich darf ein Geschehen sorgsam durchdenken,
Aus vielen Perspektiven es gründlich betrachten,
Distanzierte Blicke auf all das Alltägliche lenken:
Was scheint das Motiv, warum wir das machten?*

*Ich urteile vor dem Hintergrund geklärter Werte:
Was sind hier Maßstäbe, Kriterien für Handeln?
Wie nütze ich Menschheit, wie ich sie gefährde?
Wie kann ich, allem zum Nutzen, mich wandeln?*

*Heimliche Wertmaßstäbe gehören auf den Tisch.
Nichts von Wert wird unter den Teppich gekehrt.
Ich freue mich, wenn ich mich bei Fehlern erwisch' .
Mehr Weisheit erwächst, werden die Fehler geklärt.*

*Lernen meint, neufreudig stets weiter zu gehen,
Einzelheiten zu finden, in Ganzheit zu integrieren,
Widersprüche zu beachten, Probleme zu besehen
Sich nicht in längst überholten Ideen zu verlieren.*

*Lernen ohne Zwang ist Befreiung aus innerer Enge.
Nur zwanglos kann sich Liebe zum Lernen entfalten.
Ein Gedankengebäude, das in sich voller Zwänge,
Verhindert meist das Neue, hält fest uns im Alten.*

*Liebe zu Menschen, zum Lernen braucht Freiheit,
Braucht Rahmen aus Erlaubnis: Experimentiere.
Dabei stets zum Blick auf dein Vorgehen bereit.
In blindem Aktionismus dich nicht dabei verliere.*

*Weisheit ist Erfahrungswissen samt Bescheidenheit:
Passt, was ich weiß, zu dieser Situation und zu dir?
Zieht sich dein Herz hier zu oder wird es dir weit,
Während ich mit dir hier neue Wege ausprobier'?*

*Weise sind oft in der Lage, guten Rat zu geben.
Sie fühlen sich ein, doch sie verstricken sich nicht,
Stützen andere dabei, sich Lebensteppich zu weben,
Solange es denen noch an Orientierung gebricht.*

*Keine Ratschläge, Deutemacht und Besserwisserei.
Nur: Probier' aus. Könnte das ein Weg für dich sein?
Kein Zwang, null Strafe, kein Druck, nie verbissen sei.
Gib hier die Erlaubnis dir. Lass auf das Leben dich ein.*

Sapere aude

Wage es, erkühne dich, weise zu sein,
Befreie dich aus den anleitenden Fesseln.
Lass dich auf deine eigene Weisheit ein,
Setzt du dich damit auch in die Nesseln.

Stehe zu deiner Sicht auf die deine Welt.
Erlaube dir endlich, ganz du selbst zu sein.
Auch wenn es anderen nicht nur gefällt:
Ins Normalmaß reihe dich nicht mehr ein.

Unabhängig bist du zugleich verbunden.
Individuell und sozial ist stets dein Leben.
Selbstverantwortlich kannst du gesunden.
Den Lebenssinn musst du selbst dir geben.

Fange damit an, dich selbst anzuleiten:
So und so will ich mein Leben gestalten.
Ich wähle selbst aus, die mich begleiten.
An Herkunft muss ich mich nicht halten.

Ich wähle, was gut und brauchbar für mich.
Was ich nicht brauche, gebe ich zurück.
Ich lasse mich nicht noch länger im Stich.
Jeder schmiede sich sein eigenes Glück.

Es geht um den Mut, die Welt zu verstehen,
Auf die eigene, besondere Art und Weise,
Nicht mehr auf alte Autoritäten zu sehen,
Zu starten in die einmalige Lebensreise.

Zu lange haben in Hierarchien wir gelebt
Von Eltern, Lehrern, Professor und Chef.
Das hat den Verstand uns meist verklebt,
Deren andauerndes Besserwissergekläff.

Lange war ich in euren Augen unmündig.
Ihr glaubtet, ich brauche eure Erfahrung.
Doch Unterdrückungsverträge künd' ich.
Es geht mir um Seelenheilsbewahrung.

Ich bin ich. Ihr jedoch seid mir die andern.
Ich lebe nur dieses eine besondere Leben.
Auch wenn wir Wege gemeinsam wandern,
Bleibe ich nicht an eurer Vorgabe kleben.

Bitte erwartet von mir keine Dankbarkeit.
Denn Dank, der erwartet, verliert an Wert.
Euch Eltern zu lieben, bin gern ich bereit.
Euch zu gehorchen, erscheint mir verkehrt.

Ich bin Sohn oder Tochter, doch nicht Kind.
Ein Kind ist man nur bis zum zwölften Jahr.
Anschließend Teens oder Jugendliche wir sind.
Bald sind wir gleichwertig erwachsen sogar.

Das Wagnis der Weisheit erfordert Freiheit,
Die Freiheit im Außen und Freiheit im Innen.
Jeder neue Tag ist für dich die passende Zeit,
Mit einer Suche nach Weisheit zu beginnen.

Philosophie – sich mit Weisheit befreunden

Die Weise, der Weise steckt als Potenzial in uns allen,
Als Persönlichkeitsanteil, der durchs Dasein begleitet.
Erlauben wir ihm zu reifen, erkennen eher wir Fallen.
Und Um-, Vor- und Nachsicht durchs Leben uns leitet.

Mit solcher Weisheit in uns innig befreundet zu sein,
Verlangt von uns, Staunen samt Muße zu erlauben.
Alltäglich lädt man Fragen, Neufreude und Zweifel ein,
Illusionen zu überwinden, Tabus, Enge, Aberglauben.

Zu philosophieren bedeutet, die Lebensrätsel zu lösen:

Wie spielen Innenansicht mit Außenwelt zusammen?

Wie werden wir zu Guten, wie hingegen zu Bösen?

Woher wohl Gedanken, Gefühle, Träume stammen?

*Wie kann es uns allein und uns gemeinsam gelingen,
Ein erfüllendes Leben in Liebe erdweit zu realisieren,
Vernunft samt Weitsicht in unsere Mitwelt zu bringen,
Uns nicht zukunftsblind in Gier und Macht zu verlieren?*

Wieso gibt es hier Elend, doch Not Wendendes nicht?

Was von all dem, was ist, kann der Mensch erkennen?

Lebt man Hiersein erfüllter gescheit oder eher schlicht?

Ob Naive mit mehr Glück Dasein bewältigen können?

Was ist Sinn und Grund dafür, dass du und ich leben?

Hat auf Erden zu existieren überhaupt Ziel und Zweck?

Wovon eher Abstand nehmen, was lebend erstreben,

Nimmt uns unser Tod doch das meiste endgültig weg?

Wovon bleiben wir getrennt? Womit sind wir verbunden?

Was vom Sein ist wahrhaftig? Was bleibt stets Illusion?

Wie Wahres hier suchen? Wie wird Wahres gefunden?

Was wäre Nutzen zu leben, unserer Bemühung Lohn?

Was hier ist hinzunehmen? Was steht uns noch offen?

Inwieweit sind wir unmündig? Inwiefern sind wir frei?

Was soll man hier wie tun? Worauf dürfen wir hoffen?

Was erhalten wir besser? Was gestalten wir hier neu?

Was hilft, Mitwelt und Leben, wie gemeint, zu erkennen?

Wie kann ich Verantwortung für mein Dasein begreifen?

Wo ist Schweigen angemessen? Was ist zu benennen?

Woran Entwicklung erkennen, seelisch-geistiges Reifen?

Falls Weisheit Würde wäre, unser Sein zu hinterfragen:

Macht es Sinn zu bedenken, was vor und nach Leben?

Warum die Geistesprünge zu Jenseitsthemen wagen,

Statt uns reale Aufgaben für gutes Diesseits zu geben?

Offensichtlich ist, dass Tod als individueller Leibzerfall,

Als Daseinsabschluss unabdingbar zum Leben gehört.

Was ohne uns verbleibt: Mitwelt mit Menschheit im All,

Die hoffentlich bald unterlässt, dass sie sich zerstört.

Woher kommt dieser Hang, sich selbst zu vernichten?

Gibt es doch so etwas in uns wie einen Todestrieb?

Was ist denn schwer daran, auf mehr zu verzichten?

Wieso haben viele Natur samt Menschheit nicht lieb?

Tod ins Leben zu holen führt einerseits zu Untergang,

Da Mensch todesverliebt sich Verwesung zuwendet.

Andererseits gibt uns Tod Hinweis: Hier geht's entlang.

Du stirbst allein. Doch diese Menschheit nicht endet.

Sein und Nichtsein schließen spirituell sich nicht aus,
Auch wenn sie in Realität strikt voneinander getrennt.
*Entstand nicht unser Sein aus dem Nichtsein heraus,
Was man, prozesshaft denkend, Gewordensein nennt?*

Unsere Denkwelt hat ihre ureigenen Möglichkeiten.
Fesseln materieller Realität lassen sich damit sprengen.
Wir können uns denkend zum Ganzen hin ausweiten,
Müssen durch enge Logik uns nicht unnötig beengen.

Hinter Widerspruch auch das Verbindende schauen.
Das noch nicht Realisierte als lebbare Utopie kreieren.
Der Kraft der Kooperation, diese fördernd, vertrauen.
Ein Leben in Verantwortung für unsere Urenkel führen.

Falls Weisheit bedeutet, Geistesgrenzen zu sprengen:
*Was hält uns noch davon fern, Seinsgrund zu erfassen,
Kulissen beiseite zu schieben, Rollen, die uns verengen,
Geborgenheit des Vertrauten, Gewussten zu verlassen?*

Dort, wo Grenzen erfahren, Unwissen uns wird bewusst,
Neuansicht zwischen Nichtmehr und Nochnicht uns ergreift.
Bewahren wir Gleichmut, schlägt Herz wild in der Brust,
Uneindeutigkeit aushalten, auf dass Ahnung in uns reift.

Grenzerfahrungen machen uns erschrecklich Angst, da
Gewissheit aus Fugen gerät, Halt gründlich verloren geht.
Sagen wir zur Entwicklung, zur steten Sinnsuche ja,
Raum von Seinsvertrauen und voll Hoffnung entsteht.

Mit seiner Angst muss sich jeder beizeiten befreunden.
Denn wir sind als Menschen verdammt, stets zu lernen.
Doch zählen wir Neues und Wandel zu unseren Feinden,
Werden wir uns weiter vom wirklichen Leben entfernen.

Falls Weisheit uns bedeutet, mehr wir selbst zu werden:
*Was vermute, wünsche ich, wer wahren Wesens ich bin?
Wodurch kann ich ein Mich-Kennenlernen gefährden?
Wie finde ich Daseinsauftrag, Erfüllung und Alltagssinn?*

*Was wird mir Kompass, mich zu mir hin zu gestalten?
Wie erschaffe ich mir hier ein Selbstermöglichungsfeld?
An welche Werte und Ideale will ich vorläufig mich halten?
Wen lade ich ein, zu bauen an anfangs utopischer Welt?*

*Wie lerne ich, enge Grenzen trotz Angst zu überschreiten,
Trotz Irrtum und Verzweiflung zuversichtlich zu bleiben?
Was bedeutet es für mich: Mein Selbst soll mich leiten?
Wie kann ich Herkunftsenge, die stört, mir ausverleiben?*

*Wie lerne ich, Versuchungen vom Ego zu überwinden,
Mich von den Dogmen freundlich-achtsam zu befreien?
Wie kann ich Glück, Liebe, Friede und Freiheit ich finden?
Wie mutig bin ich, mir selbst und anderen zu verzeihen?*

*Wie lerne ich, mich selbst ohne Gewalt zu behaupten,
Für den, der ich wahrhaft bin, ganz und gar einzustehen?
Wir sind nicht nur die, die Sein zu müssen wir glaubten.
Wir können jeden neuen Tag auf unsere Seele zugehen.*

*Was sind auf Weisheitswegen die essenziellen Werte?
Wofür will ich hier leben? Wann kann ich gut sterben?
Wen meide ich? Wer wird mir Gefährtin und Gefährte?
Was hinterlasse ich denen, die dereinst mich beerben?*

Ich bin

*Wieso fiel Lebensfreude oft mir so schwer?
Wieso lief dem Lebenssinn ich hinterher?
Wieso nicht schlicht Ja zum Leben sagen?
Wieso hier so viel noch stets hinterfragen?*

Diese Wiesos entstammen früheren Zeiten.
Sie müssen mich nicht länger begleiten,
Sie müssen mich nicht seelisch verstören.
Ich darf zu mir finden, darf auf mich hören.

Zwei Wörter kommen dabei in den Sinn,
Zwei Wörter aus sanfter Kraft: „Ich bin.“
Und drei Wörter stellen sich weiterhin ein
Als Worte voll der Gnade: „Ich darf sein.“

So einfach ist es und kaum zu glauben:
Freude meint, fünf Wörter zu erlauben -
Fünf Wörter allein in zwei Sätzen klein.
So leicht kann mein Ja zum Leben sein.

Ich muss nicht länger suchend werden.
Ich brauche keinen ergänzenden Sinn.
Ich habe zu meinem Glück auf Erden
Einen einzigen kleinen Satz: „Ich bin.“

Sechs Buchstaben zum heilenden Satz.
Lebendigkeit findet in ihm seinen Platz.
Nicht die sieben schweren: „Ich muss.“
Mit all dem Müssen ist endlich Schluss.

Ich möchte mich nicht länger zwingen,
Möchte mich vollends ins Leben bringen,
Möchte an die Kraft der Liebe glauben.
Brauche viel Mut, mir dies zu erlauben.

Ich spüre in Herzenskammer. Höre hin.
Seele wispert heilend mir zu: „Ich bin.“
Ich jauchze drei Wörter ins Sein hinein,
Bin glücklich von nun an: „Ich darf sein.“

Dieses Ich klingt nicht mehr egoistisch.
Zur meiner Einmaligkeit darf ich stehen.
Das Dasein ist Liebe, klar und mystisch.
Die Liebe selbst wird niemals vergehen.

Ich wünsche, auch du magst dir sagen:
„Auch ich erfreue mich daran, hier zu sein.“
Du magst den Sprung in die Liebe wagen.
Es springt sich so viel leichter zu zwei'n.

Schon sehr lange bin ich hier geworden
Und lebte viel vom Leben im Liebessinn.
Muss ich irgendwann von hier fort geh'n,
Sage ich nicht einmal mehr: „Ich bin.“

Bin ich alt einst, krank und gebrechlich,
Will das Dasein ich nicht mehr versteh'n,
Nur drei abschiedliche Wörter möcht' ich,
Als Worte voll der Gnade: „Ich darf geh'n.“

Ich muss nicht länger suchend werden.
Ich brauche nicht einmal Sterbenssinn.
Ich nehme Abschied von dieser Erden,
Abschied auch von dem Satz: „Ich bin.“

Epilog: Zwischen Rändern des Seins

Was kommt danach? Was war wohl davor?
Zwei Fragen Ränder des Seins beschreiben.
An unerklärbaren Fragen ich Interesse verlor.
Wieso ließ spekulierendes Denken ich bleiben?

*Ist es Angst vor dem Tode und Grenzignoranz,
Die mich hindern, auf Seinsränder zu schauen?*
*Ist in mir eine ängstlich vermeidende Instanz,
Die mir droht, in dem Nichtsein lauere Grauen?*

Mit Sicherheit habe ich Furcht vor dem Tod.
Keiner weiß wirklich, was mit uns geschieht.
An Grenzen gerät sicher meine Seele in Not.
Alles kein Grund, dass das Leben man flieht.

Zwischen Daseinsrändern pulst unser Leben,
Das tagtäglich sinnlich konkret wir erfahren.
*Warum sich mit den Daseinsextremen abgeben,
Statt Kraft Sinn schaffend im Sein zu wahren?*

Es gab Zeiten, da brannte es mir in der Stirn,
Abgehobene metaphysische Fragen zu klären.
Stunde um Stunde zermarterte ich mein Hirn,
Um es fürs Verständnis des Nichts zu leeren.

Im alltäglichen Trott erstirbt das geistige Ideal.
Oft muss man sich den Sachzwängen beugen.
Dann klingt es wie Hohn: „Man hat freie Wahl.“
Ob Wahlen real, sollte man kritisch beäugen.

Ich habe Welt abschätzend abschätzig beäugt.
Keinesfalls wollte ich manipulieren mich lassen.
Das hat Distanz zu mir und zur Mitwelt erzeugt.
Konkretes Bedürfen konnte kaum ich erfassen.

Da ich mich mühte, das Nichts zu verstehen,
Frohes Selbst im Erkenntniswahne schwand,
Fiel es mir schwerer, in den Alltag zu gehen.
Also Leib isoliert sich durch Alltagswust wand.

Geistiges wollte mehr als das Sinnliche gelten.
Statt klärend im Alltäglichkonkreten zu bleiben,
Floh ich in gedanklich kaum erfassbare Welten.
Angst vor Hiersein schien fort mich zu treiben.

Heiterkeit schwand und mit ihr meine Freude.
Dasein wird schal, wenn man es nicht genießt.
Was ist zu tun, dass ich nicht Schiffbruch erleide?
Alltag geringschätzend, man sicher verdrießt.

Ich suchte Seinskontakte auf über Meditation,
Atemtherapie, yogisch den Leib sich verbiegen:
Alles das förderte in mir die verstörende Illusion,
Außerhalb des Alltäglichen Sinn hinzukriegen.

Anscheinend machte ein Normalsein mir Angst.
Das Nichts wurde mir zeitweilig zum Zufluchtsort.
Ein grausiges Grundgefühl, dass du nicht langst,
Treibt von scheinbar lieblosem Alltag dich fort.

Doch Geist, Leib und Gefühl werden zertrennt,
Tauchen wir zu tief ein in die geistigen Sphären.
Spaltung in Psychotherapie man sowas nennt.
Innerer Zerteilung sollte man sich erwehren.

Gefühl geht uns flöten beim Rationalisieren.
Auch intellektualisierend die Seele verwaist.
Wer Gefühl nicht will, darf Leib nicht spüren.
Statt in sich zu sein, ist virtuell man verweist.

Derart dreigeteilt zur Abstraktion verpflichtet,
Eindruck von elitärer Intelligenz wir verbreiten.
Sinnlichkeit wird entwertet, ja sogar vernichtet,
Da zu den Großhirngespinsten wir entgleiten.

Ideologien, Religionen fügen das Ihre hinzu.
Von leiblichem Sein sie meist uns entfernen.
Sinnliches Miteinandersein gerät zum Tabu.
Sozialbezug findet man nicht in den Sternen.

Buddha, Karma, Nirwana und Reinkarnation:
Was war vorher? Was wird hinterher sein?
Da gab es welche, die wussten das schon.
Wieso fiel auf die Klugscheißerei ich herein?

*Was bringt es uns Menschen, zu überlegen,
Was vor wahrscheinlichem Urknall geschehen?
Hilft es, zur Friedlichkeit uns hinzubewegen?
Nützt es, Leben mit wachen Augen zu sehen?*

*Was bringt es uns, ans Fegefeuer zu glauben,
Hielt man sich nicht an gottgesandte Gebote?
Geraten süßer uns die sauren Traumatrauben?
Steigt so in den Unternehmen die Frauenquote?*

*Was bringt es uns, zu den Erzengeln zu beten,
Schutzengel zur Unterstützung uns zu holen?
Stärkt es uns, für Menschenrechte einzutreten,
Oder wird uns Verantwortung so eher gestohlen?*

*Was bringt es, Böses mit Namen zu benennen
Als Uriel, Satan, Beelzebub, Luzifer, Teufel?
Ob wir Hass in uns besser abstellen können?
Diesbezüglich kommen mir gewaltige Zweifel.*

*Was bringt es, die Bibel akkurat auszulegen,
Wenn nicht einmal Partner*innen wir verstehen.
Wieso esoterische Gesprächsthemen pflegen,
Während wir an der Profitsucht zugrunde gehen?*

*Wieso wollte ich trommeln wie die Schamanen,
Geister beschwören und zur Seele hin reisen?
Psycholytische Fernreise zur Reihe der Ahnen:
Wie konnte ich nur derart kindisch entgleisen?*

*Wieso Reisen in ferne Bewusstseinswelten,
Statt drogenfrei im Alltäglichen anzukommen?
Sollte das alltägliche Erleben so wenig gelten?
Entwertung des Daseins macht beklommen.*

Viel näher läge es, unserem inneren Kind,
Endlich in uns sichere Heimstatt zu geben,
Wenn wir uns selbst liebende Eltern erst sind,
Müssen wir nicht zu den Geistern entschweben.

Keiner weiß, was war, was danach geschieht.
Wer dieses dennoch behauptet, was will der?
Wozu Flucht in Rituale und in Glaubenslied?
Dass ich auch dabei war, stimmt mich milder.

Philosophie: wieso nicht, doch pragmatisch.
Alltagsnutzen sollte dabei zu erahnen sein.
Wir denken neu, dass wir nicht automatisch
Auf untaugliche Denkweisen fallen herein.

Ich werde zum Agnostiker mehr und mehr,
Mache mir klar, was ich nicht wissen kann.
An den Lebensrändern wird es für mich leer.
Ob sich das wohl noch ändert irgendwann?

Seit Längerem bemerke ich: Es tut mir gut,
Mich dort aufzuhalten, wo ich bin und erlebe.
Zur Ehrlichkeit wächst mir nichtwissend Mut.
Statt zu Wissen, ich Begegnungen anstrebe.

Human ist, um unsere Grenzen zu wissen,
Glaubensillusion durch Zweifel zu ersetzen,
Sich nicht mehr stets beweisen zu müssen,
Durch Besserwisserei weniger zu verletzen.

Bei mir hat sich vieles geändert zum Glück.
Alltagsängste scheinen zurückzuweichen.
In ein sinnhaftes Leben kehre ich zurück,
Muss vor Profanem die Segel nicht streichen.

Aus meinem Dasein wird endlich ein Hiersein.
Es scheint, ich bin angekommen im Jetzt.
Ich muss nicht mehr wie ein krankes Tier sein,
Dass sich zurückzieht, solange es verletzt.

Ich komme zusehends im Alltäglichen an.
Wenn wir noch nicht einmal lieben können,
Warum schauen wir auf die Ränder dann?
Wollen zu lieben wir hier uns nicht gönnen?

Ich vermute, zu sein hat mich sehr gekränkt.
Gekränkt hat mich, was ich in Kindheit erlebt.
Gekränkt hat, wie sehr mich Erleben gelenkt,
Wie sehr das Vergangene noch in mir klebt.

Gekränkt hat mich, dass Sein zur Neige geht,
Vieles verpasst wurde, was endgültig vorbei.
Für einen Neuanfang schien es lange zu spät.
Ich fühlte mich verraten und verbraten unfrei.

Restmöglichkeitsraum erschien als sehr klein.
Ich hatte resigniert: „Mein Dasein ist eben trist.
Wirksamer Wandel wird wenig wahrscheinlich sein.
Meist mittelmäßig Dasein wie das Meine nur ist.“

Gekränkt hat, dass kaum Platz war für Schwäche,
Zartheit, Zerbrechlichkeit als Mann nicht erlaubt,
Dass ich oft mich am inneren Vater noch räche,
Der abwesend mir Teile heiler Kindheit geraubt.

Wer Zartheit und Schwächen nicht leben kann,
Ist verdammt dazu, stets die Stärken zu stärken,
Muss Schwächen verbergen, so gut er es kann,
Und darf von alledem bei sich nicht viel merken.

Gekränkt davon, wie sehr Kindheit mich prägte,
Ertrag ich kaum Erinnern nach dorthin zurück,
Wehrte ich es ab, wenn sich Kind in mir regte.
Nach rückwärts zu schauen, bringt kein Glück.

Ich hörte nicht das innere Kind in mir weinen:
„Dein Ego polierend hast du mich vergessen.“
Auch du ließt mich wie deine Eltern allein, wenn
Vereinsamt frierend ich habe in dir gesessen.“

Schultern nach vorn und den Atem reduzieren.
So war dieses Dasein halbwegs zu ertragen.
Ich musste leisten, um nicht Halt zu verlieren.
Der Leistungsdruck schlug mir auf den Magen.

Druck auf das Herz sollte Weinen vermeiden.
Weinte ich, fühlte ich klein mich und schwach.
Nicht weinend fixierte Schmerz ich und Leiden.
Erst im Alter werde sachte ich mutig und wach.

Allzu lange biss ich meine Kiefer zusammen.
Allzu lange stellte ich meine Tiefatmung ein.
Verspannungen langen Jahren entstammen,
Ich denen ich nicht bei dem Kind wollte sein.

Ich ahne, was zu Leben begreifen ich muss:
Hiersein besteht zumeist aus Alltäglichkeit.
Mit Illusionen übers Sein ist endlich Schluss.
Der Wahrheit mich zu stellen, bin ich bereit.

Nicht vergeblich Hoffen auf große Momente,
Erleuchtung, Bewusstseins sprünge und Co.
Solch Vergeblichkeit von Mitwelt mich trennte.
Dies zu sehen und zu akzeptieren, macht froh.

Leben pervertiert zum Ort von Unsäglichkeit,
Nehmen wir es nicht gänzlich an, wie es ist.
Genießen wir nicht des Lebens Alltäglichkeit,
Wird das meiste im Leben mühselig und trist.

Durch volle Akzeptanz dessen, was alltäglich,
Gelangt man zu wahrer Selbstwirksamkeit,
Weitet man Raum, in dem Wandel möglich,
Kommt man sich selbst näher mit der Zeit.

Sein erfüllt sich im Hiersein im Augenblick.
Es gibt nichts dahinter und nichts darüber.
Nur im Augenblick erlebe ich wahres Glück.
Wahrhaftiges Hiersein wird mir immer lieber.

Hiersein besteht aus tagtäglichen Schritten,
Selten aus Hopsern, kaum aus Sprüngen.
Ich mit beiden Beinen stehe fester inmitten.
Schritt für Schritt könnte Sein mir gelingen.

Im Alltäglichen wach, für Gewöhnliches offen.
Kein Fliehen und Verziehen in Traamtänzerie.
Kein Trance, keine Lügen und nicht besoffen.
Mich selbst zu betrügen, ist weitgehend vorbei.

Nicht sich einreden, man ernte saure Reben,
Andere hingegen süße, darum glücklicher sind.
Vergleich und Abwerten entfernen aus Leben.
Wirklichkeit meidend, bleibt auf ewig man Kind.

Dieses Meiden selbst schafft Unzufriedenheit.
Man traut ihm nicht, dem alltäglichen Leben.
Man ist so nicht wirklich zum Hiersein bereit.
Ruht nicht in der Mitte, sondern liegt daneben.

Kein Vorgaukeln, es gäbe überirdische Erotik.
Was nicht ist, nicht mehr als Mangel begreifen.
Nicht sich einreden, Sinn läge eher in Exotik.
Ohne Trauer zur Liebe des Alltäglichen reifen.

Abschied von des Lebens Extremen nehmend
Kehren wir heim zur Einfachheit der Herzen,
Sich der Unvollkommenheiten nicht schämend,
Weinen wir, suchen neu, finden und scherzen.

Anmerkungen

¹ Ich verdanke der Psychoanalyse vor allem meine zunehmende Bereitschaft, mich gezielt in die Bereiche des Nicht-Beweisbaren, des Unbewussten und der Spiritualität hinein zu wagen. Das hat Sigmund Freud mit Sicherheit so nicht beabsichtigt. Meine These ist, dass Freud unter einer Art Seelenphobie litt, die ihn – im Unterschied zu C.G. Jung – daran hinderte, über Sexualitäts- und Todestrieb – Eros und Thanatos – hinweg Triebfedern für menschliches Denken und Handeln zu entdecken. Freud sprach zwar von Liebe und Arbeit als Aspekte der Ich-Verwirklichung. Aber Liebe ohne Spiritualität, ohne Seele oder Selbst, wie soll das gehen? Alles, was spirituell war, war für Freud Sublimation von Sexualität – wie ärmlich.

² Dieser Gedichtzyklus ist eine sehr persönliche Exzerpt-Zusammenfassung von mehreren Krishnamurti-Büchern einschließlich seiner „letzten Gespräche in Saanen“. Die Gedichte entstanden 2008, nachdem mich Freunde gefragt hatten, was mich an Krishnamurtis spirituellen Ideen fasziniert habe. Ich wollte nicht mit zwei Sätzen antworten oder mich mit der Bemerkung herauswinden: Lest doch seine Vorträge selbst nach.

³ Dieser Gedichtzyklus entstand 2011 nach der Lektüre des Buches von Willigis Jäger: „Die Welle ist das Meer“ von 2007. Was Herr Jäger zur Religiosität im Unterschied zur Spiritualität zwischen Zen und Mystik anspricht, ist mir aus dem Herzen gesprochen. Seine tiefen Einsichten und meine Resonanz darauf vermischen sich in diesen Gedichten. Ich habe Willigis Jäger die Gedichte geschickt. Er riet mir, sie zu veröffentlichen – eine schöne Rückmeldung.

⁴ Eugen Drewermann hielt im März 2011 in der Berliner Urania einen Vortrag zum Thema: „Wir glauben, weil wir lieben – zum Verhältnis von Naturwissenschaft und Religion.“ Dieser Vortrag inspirierte mich dazu, in einem Gedicht die drei Bewusstseins-Bereiche des Vorrationalen, des Rationalen und des Transrationalen für mich nachbereitend auszuleuchten. Ich habe Herrn Drewermann die Gedichte gesandt und erhielt einen Brief zurück, in dem er unter anderem schrieb: „Ich freue mich sehr, dass der sicherlich nicht ganz leichte Vortrag in Berlin eine solche Zustimmung gefunden hat. Für viele ist es eher irritierend, zwischen Natur-Wissenschaft und Theologie eine klare Trennung gezogen zu sehen; doch ich finde, die Theologen sollten ehrlich sagen, was sie wissen können und was nicht. Dann kann man fragen, was zu glauben ist.“

⁵ Dieses Gedicht schrieb ich 2012 unter Verwendung von Gedanken von Lutz von Werder: „Existentialismus jetzt! Eine neue Philosophie der Hoffnung“ (2012)

⁶ Die Dominanz naturwissenschaftlich-technischen, zumeist auch noch linearen Denkens hat die Bereitschaft in unserer wissenschaftsdominierten westlichen Kultur sehr herabgesenkt, sich mit Phänomenen und Hintergründen von Bewusstseins-Erweiterung und Spiritualität auseinanderzusetzen. Dabei lassen sich Bewusstseins-Phänomene nicht mit dem vorherrschenden materialistischen Wissenschafts-Denken erkunden, weil die Welt des Geistigen nach anderen „Spiel-Regeln“ konstruiert ist als die Welt der Materie. Dieses Gedicht entstand zwischen 2006 und 2011. Der Gedichtteil über Physik von 2011 ist inspiriert vom Buch des Physikers Hans-Peter Dürr: „Das Lebendige lebendiger werden lassen – Wie uns neues Denken aus der Krise führt“. Ich hörte 2011 in der Berliner Urania einen Vortrag des inzwischen gestorbenen Herrn Dürr, in dem mir sein Ringen um eine menschliche und damit auch die Natur schützende Welt ans Herz ging.

⁷ Dieser Gedichtzyklus entstand 2003, mit dem ich rückblickend und lebensgeschichtlich betrachtet begann, mir anscheinend machtvoll und seelisch einengend auf mich wirkende kollektive repressiv-mythologische Schatten – vor allem den kindlich-magischen Anteilen in mir - bewusst zu machen, um ihnen so die archaische Urmacht über mich zu nehmen.

⁸ Die materialistisch und naturwissenschaftlich verkürzte Sichtweise auf Mensch und Mitwelt hat nicht nur mich über Jahrzehnte meiner Beruflichkeit davon abgehalten, die Tiefe und Breite menschlichen Daseins und Soseins auszuloten. Dieses Gedicht stammt aus einer Zeit meiner geistigen Befreiungs-Versuche aus den Fesseln beruflicher Herkunft und beruflichen Schaffens als auch seelisch-geistig abhängig Beschäftigter um 2006.

⁹ Eine Welt ohne Geist, ohne individuell deutende Wahrnehmung in reiner Objektivität gibt es für uns seit circa hundert Jahren nicht mehr. Stattdessen ist nicht nur Physiker/-innen, sondern auch systemorientiert denkenden Philosoph/-innen und Psycholog/-innen klar, dass scheinbare Übereinstimmungen Ergebnis einer großartigen, doch in vielen Aspekten noch geheimnisvollen intersubjektiven Konstruktion von Bedeutungs-Gemeinsamkeiten durch Kommunikation und Sprache ist.