

Buddha für Manager

Seminar im Bahnhof St. Ottilien

Stefan Klotz



Geb. 1957 in München, verheiratet, drei Kinder, sieben Enkel.

Studium der Theologie, Philosophie und Klassischen Philologie. Lektor, Publizist und Übersetzer lateinischer Texte aus dem Mittelalter.

Von 1985 bis 2024 am Rhabanus-Maurus-Gymnasium in St. Ottilien als Lehrer für Katholische Religionslehre, Latein und Griechisch, Kurse in Philosophie und Psychologie. Erfinder und Direktor des Circus St. Ottilien, Schulseelsorger.

Ausbildung am Süddeutschen Institut für Logotherapie in Fürstenfeldbruck. Psychologische Beratung in

München und St. Ottilien, Ehe- und Familienberatung.

Gründer und Leiter des Sapere Aude Instituts (www.sai.de), seit 2023 im Bahnhof St. Ottilien; Fortbildungsveranstaltungen, Rundfunksendungen, Vorträge und Seminare. 2000 bis 2005 Vorstand der Adam-Schall-Gesellschaft für Deutsch-Chinesische Zusammenarbeit in München.

Vorbemerkung: Erste Begegnung mit östlicher Weisheit als Schüler und als Student durch Erich Fromm¹ und Eugen Herrigel.²



Während des Referendariats: Zazen („Sitzmeditation“), die Hauptpraxis der zen-buddhistischen Tradition, in Grafing.

In St. Ottilien Freundschaft mit Br. Josef Götz und Erzabt Notker Wolf: Janwillem von de Wetering.³

4

Ziel: Die Begegnung mit östlicher Weisheit kann das Leben (bei uns) im Westen besser, schöner und glücklicher machen, ohne dass man seine vertraute Umgebung und die gewohnten Tätigkeiten aufgeben müsste.

Deshalb: „**Buddha für Manager**“⁵ Untertitel: **Östliche Weisheit – ohne Klangschale, Räucherstäbchen und Sitzkissen**

¹ Erich Fromm, Haben oder Sein. Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft, München (dtv) 51. Aufl. 2023

² Eugen Herrigel, Zen in der Kunst des Bogenschießens, München (O.W.Barth) 2010.

³ Janwillem von de Wetering, Der leere Spiegel. Erfahrungen in einem japanischen Zen-Kloster, Hamburg (rororo) 1981.

⁴ Erzabt Notker Wolf OSB 1984 in Japan.

⁵ Gibt es schon als Buchtitel: Jörg Zittlau, Buddha für Manager, Berlin (Econ) 2002.

Einstieg: Stevies Sinmaschine⁶



Es gibt nicht *einen* Weg zum Glück für alle Menschen, aber jeder ist glücklich, wenn es so ist, wie es sein soll. Ein Schüler hat mir die Maschine dazu gebaut.

Zwei Drehknöpfe wie an einem alten Radio, der eine rot, der andere grün. Zwei Zeiger werden in einem „Display“ bewegt, auch rot und grün. Grün bedeutet **IST**, rot bedeutet **SOLL**.

Stehen beide Zeiger nah beisammen, bist du (ziemlich) glücklich. Nahe bei + ist es ein großes Glück (Doktorarbeit abgegeben), nahe bei – ein kleineres (Radlermass am Sommerabend).

Und jetzt darfst du mit meiner Sinmaschine spielen. Du kannst alle Lebenslagen simulieren, und wenn du klug bist, drehst du beherzt an beiden Knöpfen:

Überleg dir, was sein **SOLL**, schau dir deine Ziele an und denk daran, dass es zuweilen auch gut ist, einen Anspruch „herunterzuschrauben“, wenn ein Ziel zu hochgesteckt ist.

Und dann überleg dir, wie du das, was **IST**, verändern kannst, dass du deinem Ziel näherkommst. Also: Ärmel hochkrempeln und konkrete Schritte planen (und am besten aufschreiben)! Denk dabei an die Regeln des Damespiels: Du darfst immer nur *einen* Schritt gehen, und du darfst nur *vorwärts* gehen – bis du oben bist.

Und noch mehr Freude macht es, mit einem (guten) Freund zusammen mit meiner Sinmaschine zu spielen. Sprecht über eure Ziele im Leben, über die, die ihr schon erreicht habt, und die, die noch in der Zukunft liegen! Schenkt euch gegenseitig Rat und Hilfe – und plant auch schon die Feier, wenn ein Ziel erreicht wird!

Und hier ein Gebet dazu, das jeder sprechen kann:

**Gott, gib mir die Gelassenheit, Dinge hinzunehmen, die ich nicht ändern kann,
den Mut, Dinge zu ändern, die ich ändern kann,
und die Weisheit, das eine vom anderen zu unterscheiden.**

Übung: Die TN drehen beherzt an den Knöpfen.

Wäre es dann nicht gut, den Sollwert immer möglichst niedrig zu halten? Am besten, gar nichts mehr vom Leben zu erwarten? *Buddha* schlägt das vor, wenn er sagt: „Alles Leben ist Leiden, das Leiden kommt vom Begehren, und wenn das Begehren aufhört, hört auch das Leiden auf.“

Diskussion

Vgl. „Ducunt volentem, nolentem trahunt fata.“ – „Den der einwilligt, den leitet das Schicksal; den, den nicht einwilligt, den schleppt es mit sich fort.“

Das Idealbild: des (stoischen) Weisen: Leidenschaftslosigkeit⁷ ist sein hohes Ziel und die Wechselfälle des Schicksals erträgt er mit der sprichwörtlich gewordenen stoischen Ruhe. Der römische Philosoph **Seneca**⁸ beschreibt dieses Ideal in einem seiner Briefe über Ethik

⁶ Vgl. Stefan Klotz, Neue Momente, EOS Verlag St. Ottilien, 2019, 60-70

⁷ Apatheia (gr.).

⁸ Ca. 1 – 65 n. Chr.

an seinen (jungen) Freund Lucilius: „Wenn du einen Menschen siehst, nicht zu schrecken von Gefahren, unberührt von Begierden, im Unglück glücklich, mitten in stürmischen Zeiten gelassen, von einer höheren Warte die Menschen sehend (...), wird dich nicht Ehrfurcht vor ihm ankommen?“⁹

Der griechische Philosoph und Schriftsteller **Plutarch**¹⁰ schreibt über dieses Idealbild: „Der stoische Weise verliert auch im Kerker seine Freiheit nicht; man stürze ihn vom Felsen herab, er leidet keine Gewalt; man spanne ihn auf die Folter, er leidet keine Qual; man hacke ihm die Glieder ab, er bleibt unverletzt; fällt er auch beim Ringen, ist er doch unbesiegt; man schließe ihn mit Mauern ein, ihm gilt keine Belagerung; wird er von den Feinden verkauft, so ist er doch kein Gefangener.“¹¹

Cicero bemerkt (kritisch), dass wir die Freundschaft aus dem Leben ausschließen, wenn wir (nach dem strengen Ideal der stoischen Philosophie) jedes menschliche Gefühl aus dem Herzen tilgen. „Denn wenn wir jede Herzensregung beseitigt haben, was für ein Unterschied besteht dann noch – ich sage nicht zwischen einem Menschen und einem wilden Tier, sondern zwischen einem Menschen und einem Stück Holz oder einem Felsblock oder einem Ding dieser Art. Man darf nämlich nicht auf Leute hören, die die Tugend hart, gleichsam wie aus Eisen wollen; sie ist freilich wie in vielen Dingen gerade in der Freundschaft zart und nachgiebig. So wird unser Herz weit, wenn es dem Freund gut geht, es schnürt sich zusammen bei seinem Unglück. Daher hat die Angst, die man oft für einen Freund ausstehen muss, kein so großes Gewicht, dass man die Freundschaft aus dem Leben nehmen müsste, weil sie einige Sorgen und Beschwerden mit sich bringt.“¹²

Und weil ich (eher spät) gelernt habe, meine Empfindungen der Freundschaft und der Liebe auch den lieben Menschen in meinem Leben mitzuteilen und dabei wunderschöne Erfahrungen gemacht habe, wünsche ich von Herzen, dass wir Männer mit unseren guten und lieben Gefühlen offener umgehen – und doch nicht verlernen, uns (männlich) „zusammenzureißen“, wenn uns die Freundlichkeit auszugehen droht.

Und das ist bei alledem die wichtigste Voraussetzung: dass ein Mensch sich nicht wichtig nimmt, unsterblich formuliert, wenn Papst Johannes XIII.¹³ immer wieder zu sich selbst gesagt hat: „Giovanni, nimm dich nicht so wichtig.“

Wem das gelingt, der ist auch nicht mehr abhängig von Lob und Anerkennung – und dauernd beleidigt und gekränkt, weil ihn jemand nicht begrüßt hat oder ...

Eine (ältere) Klosterfrau, mit der ich am Süddeutschen Institut für Logotherapie zusammen die Ausbildung gemacht habe, hatte einen Fall sehr gut gelöst und der Rest der Mannschaft

⁹ L. Annaeus Seneca: Philosophische Schriften, hrsg. und übers. von Manfred Rosenbach, Band 3, 4. Auflage. Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt 1995, S. 327. Der lat. Text: „Si hominem videris interritum periculis, intactum cupiditatibus, inter adversa felicem, in mediis tempestatibus placidum, ex superiore loco homines videntem (...), non subibit te veneratio eius?“

¹⁰ 45 – ca. 125 n.Chr.

¹¹ Plutarch: Von der Ruhe des Gemüts und andere philosophische Schriften, hrsg. und übers. von Bruno Snell, Artemis, Zürich 1948, 75.

¹² Vgl. Cicero, Laelius de amicitia, 48 (Übersetzung: Stefan Klotz): Quid enim interest motu animi sublato non dico inter pecudem et hominem, sed inter hominem et truncum aut saxum aut quidvis generis eiusdem. Neque enim sunt isti audiendi qui virtutem duram et quasi ferream esse quandam volunt; quae quidem est cum multis in rebus, tum in amicitia tenera atque tractabilis, ut et bonis amici quasi diffundatur et incommodis contrahatur. Quam ob rem angor iste, qui pro amico saepe capiendus est, non tantum valet ut tollat e vita amicitiam, non plus quam ut virtutes, quia non nullas curas et molestias adferunt, repudientur.

¹³ Geb. 5. November 1881 in Sotto il Monte, gest. 3. Juni 1963 in der Vatikanstadt; er war vom 28. Oktober 1958 bis zu seinem Tod 4 Jahre und 7 Monate lang der 261. Papst der römisch-katholischen Kirche.

hat sie entsprechend gelobt. Und dann diese Antwort: „Euer Lob macht mich nicht besser; euer Tadel macht mich nicht schlechter.“

Und auch diesen Satz von Bernhard Metz,¹⁴ damals Schüler in meinem Leistungskurs Religion und gerade mal 17 Jahre alt) will ich nicht vergessen: „Es gibt nur einen einzigen Menschen auf der Welt, der ganz und gar uninteressant ist: du selbst.“

Menschliche Reife ist auch die Kunst, sich selbst nicht wichtig zu nehmen und deshalb stets freundlich und gelassen zu sein. Eine wunderbare Voraussetzung auch für gelungene Freundschaft!¹⁵

Der leere Spiegel

Meditation als Weg, sich selbst immer mehr aus der Welt herauszunehmen. So hat der als Kriminalschriftsteller bekannte Janwillem van de Wetering, der eineinhalb Jahre in der Askese eines Zen-Klosters verbrachte, seinem Erfahrungsbericht darüber den treffenden Titel gegeben: „Der leere Spiegel“.

Aber es geht (für Manager) auch ohne Klangschale, Räucherstäbchen und Meditationskissen!

Zum Beispiel mit Musik:

S.K. hört am Tegernsee das 1. Klavierkonzert von Chopin – und gerät irgendwie *in* die Musik.

Erfahrungsaustausch: *Haben Sie auch schon so etwas einmal erlebt?*

Zum Beispiel in Freundschaft und Liebe:¹⁶

Immer wieder mal mit einem lieben Freund die Zeit ganz einfach vergessen – und dazu muss man nicht bis zum Morgengrauen beieinander sein. Es geht auch für eine wunderschöne kurze Zeit, wenn der eine einfach ganz beim anderen ist.

Deswegen ist meine Lust, mit guten Freunden „etwas zu unternehmen“, erst einmal nicht besonders groß, wo doch das bloße Zusammensein schon so schön ist – so oft und so glücklich an dem kleinen runden Tisch in meinem (Arbeit-)Zimmer. Manchmal denk ich, dass die, die das so nicht kennen, weil sie Angst vor zu großer Nähe und Vertrautheit haben oder auch nur die Angst, dass ihnen nichts einfällt, worüber sie reden könnten, sich erst überlegen, was sie zusammen unternehmen, bevor sie sich mit einem Freund verabreden. So eine Art horror vacui¹⁷ aus Hilflosigkeit.

¹⁴ Geb. am 5. Januar 1975.

¹⁵ Stefan Klotz *Gemeinsame Momente*, erscheint demnächst im EOS-Verlag.

¹⁶ Aus: Stefan Klotz, *Gemeinsame Momente*.

¹⁷ Lateinisch für „Scheu vor der Leere“.



Meinem lieben Freund Leo¹⁸ und mir ist aufgefallen, dass wir wenig, fast gar nichts reden, wenn wir uns treffen. Offensicht ist das Zusammensein so schön, dass wir außer der Musik (und guten Wein) nichts weiter brauchen. Ein ehrliches und liebes Kompliment und immer wieder: „... schön, dass wir heute beisammen sind ... ich freu mich so ... du bist so lieb ...“

Aber man muss sich Zeit nehmen und das das ist gut möglich, wenn man erst einmal erkannt hat, dass ein „ich muss unbedingt“, oder „ich kann nicht“ bei näherem Hinsehen meistens gar nicht richtig ist.¹⁹ Wer zudem erkannt und erfahren hat, worauf es im Leben wirklich ankommt, wird nicht mehr leichtfertig mit dem Hinweis auf irgendeine vermeintliche Notwendigkeit „geht nicht“ sagen, wenn ein Freund nach einem Treffen fragt.

Eine ältere Klosterfrau hat diesen Satz gesagt: „Ich bete jeden Tag eine Stunde, aber wenn ich viel zu tun habe, zwei.“

Die Zeit, die ein Mensch mit Schönem und Gutem verbringt, ist nie verlorene Zeit, weil alles, auch die Arbeit, dann besser geht – untrennbar für mich auch verbunden mit dem Mittagsschlaf, der mir heilig ist.²⁰ Und das Zusammensein mit einem lieben Freund ist noch viel schöner und entspannender! Die Zeit, die wir in Freundschaft und Liebe verbringen, ist so gut verwendet.

Aerlred von Rievaulx fasst die Früchte der Freundschaft nach Cicero so zusammen: „Die Freundschaft (gereicht) den Wohlhabenden zur Ehre, schenkt den Verbannten ein Quäntchen Heimat, den Armen Almosen und ist für Kranke wie Medizin. Sie erweckt Tote zum Leben. Sie preist die Gesunden, gibt Siechen neue Kraft und belohnt die Kräftigen. Den Freunden folgt so viel Ehre, Ruhm, Lob und Bewunderung auf dem Fuß, dass man ihr Leben als lobenswert und ihren Tod als kostbar beurteilt.“²¹



Und die wunderbare Erfahrung, mit einem lieben Menschen aus der Zeit zu fallen, untrennbar verbunden mit meinem Freund Tobi²². Wir sitzen in meinem Zimmer und hören beide seltsame Geräusche, ich gehe die Treppe hinunter und merke, dass dieses komische Quietschen im ganzen Haus zu hören ist. Wieder zurück finden wir den Grund: Die Vögel haben angefangen zu zwitschern. Es ist 6.30 Uhr und keiner von uns hat an diesem Abend auch nur einmal auf die Uhr gesehen.²³ Und das passiert immer wieder mal bei mir zuhause: dass einer

auf die Uhr sieht und: „Jetzt ist grad der letzte Bus gefahren.“

¹⁸ Leo Grundei (Abi 2019); Stefan und Leo am 9. Januar 2020 am kleinen runden Tisch.

¹⁹ Vgl. Reinhard K. Sprenger, Das Prinzip Selbstverantwortung. Wege zur Motivation, Frankfurt / New York (Campus), 2000.

²⁰ Weil meine Freunde das wissen, hat mir mein lieber Freund Norbi dieses Buch geschenkt: Thierry Paquot, Die Kunst des Mittagsschlafs, Göttingen (L.S.D.) 2011. Wer so gern Mittagsschlaf macht wie ich, wird das Buch feiern und dann noch besser wissen, warum die Zeit dafür keine Fehlinvestition ist, sondern gewonnene Zeit.

²¹ Aelred von Rievaulx, Über spirituelle Freundschaft 2,14; vgl. Cicero, Laelius de amicitia, 23.

²² Tobias Mayr, Abi 2009; mit Tobi bei einer Pizzaparty im Bahnhof am 30. April 2023.

²³ E. Fromm (geb. 1900, gest. 1980) hätte große Freude an uns gehabt. Er wirft in seinem Weltbestseller „Haben oder Sein“ den Menschen in der westlichen Welt vor, nie wirklich „bei der Sache“ zu sein, sondern immer irgendein anderes Ziel zu verfolgen.

Erfahrungsaustausch

Zum Beispiel mit guten Gedanken:²⁴



Ferien bei Freunden auf einer kleinen Insel vor Venedig: Lido di Pellestrina. Schwimmen in der Adria, jeden Tag 2.000 Meter – etwas langweilig, bis eines Morgens auf dem Weg an den Strand diese Frage da ist: Was war eigentlich in diesem Jahr der schönste Urlaub? Und dann steige ich irgendwann glücklich aus dem Wasser und kann nicht sagen, wie lange ich geschwommen bin, weil ich mich so intensiv mit wunderschönen Erinnerungen beschäftigt hat. Am nächsten Tag dann mit Ansage. Und seither beim

Spaziergehen, Autofahren oder einfach mal so zwischendurch.

Es tut so gut, sich mit den schönsten Seiten seines Lebens zu befassen, und dann die wunderschöne Erfahrung, für einen glücklichen Moment „aus Raum und Zeit“ zu fallen – um dann hinterher mit neuer Kraft das Leben anzupacken.

Hier ein paar Anregungen:

- meine Familie und die schönsten Erinnerungen dazu
- meine Freunde, und was wir Schönes zusammen erlebt haben
- Menschen, die wichtig sind / waren in meinem Leben
- das beste Essen meines Lebens
- meine schönsten Erfolge
- meine Lieblingsplätze auf der Welt

Es geht auch zusammen mit einem lieben Menschen und es gibt nur eine Regel: Nur schöne Themen und gute Gedanken sind erlaubt.

Und wenn der beste Freund da ist: Was haben wir *zusammen* Schönes erlebt!

Übung

Geduld

*Kein Laster ist schwerwiegender als Hass,
keine Tugend wertvoller als Geduld.²⁵*

Es sind nicht die Dinge selbst, die uns beunruhigen, sondern die Vorstellungen und Meinungen von den Dingen.²⁶

²⁴ Dieses Spiel findet sich mit vielen anderen zum Download unter: <https://sai.de/>. Weil diese Spiele beim Zusammensein mit guten Freunden entstanden sind, möge man sich bitte nicht an der Du-Form stören.

²⁵ Shantideva (Vertreter des Mahayana-Buddhismus, 7. Jahrhundert), Eintritt in das Leben der Erleuchtung, zit. nach: Jörg Zittlau, Buddha für Manager, München (Econ) 2002, 120.

²⁶ Epiktet (gest. 135 n. Chr.), Philosoph, einflussreicher Vertreter der Stoa.

Geduld üben²⁷

z.B. im Stau

Vorbilder sind (in allen Lebenslagen) eine große Hilfe.²⁸

Alexandra erzählt mir, dass sie sich immer wieder über sich selbst ärgert, wenn sie im Treppenhaus ihrer Mutter begegnet und es dann Streit gibt, wenn die Mutter ihr „gute“ Ratschläge fürs Kochen gibt. Stevie: „Gibt es jemanden in deiner Nähe, der in so einer Situation gelassen bliebe?“ – „Ja, meine Tante.“ Stevie: „Dann schreib auf, wie sich der „Dialog“ mit deiner Mutter tatsächlich abspielt und lass dich dann in einem zweiten Durchgang von deiner Tante doubeln.“ Beim nächsten Treffen Nachdenklichkeit: Es geht auch anders!

Du kannst das auch spielen! Lass dich in Situationen, in denen du mit dir nicht zufrieden bist, in Gedanken (gern auch schriftlich) von einem Menschen doubeln, dem du vertraust, diese Herausforderung besser zu bewältigen und freu dich über deine Handlungsalternativen!

Eine große Hilfe dabei: Stell dir vor, dein Vorbild sieht dir – irgendwie – zu!

Deshalb macht Stevie jedes Mal in Gedanken ein Bild von einem Menschen, der in einer bestimmten Situation mit dem Leben und den anderen Menschen besser zurechtkommt als er selbst. Und wenn er dann in eine schwierige Situation gerät, holt er das passende Erinnerungsbild wieder hervor

Ein Beispiel: Stevie neigt(e) zu Zornausbrüchen beim Autofahren, aber seit er neben einem seelenruhigen Busfahrer auf einer Schulfahrt nach Rom gesessen ist ...

Jetzt musst du nur noch nach *deinen* Vorbildern suchen, wobei es völlig egal ist, ob es sich um einen großen Staatsmann, toten Dichter oder Onkel Fritz aus Braunschweig handelt, denn es kommt nur darauf an, dass dein Vorbild sich in der betreffenden Situation so verhält, wie du es gerne tätest.

Wenn du mit deiner Kamera für Erinnerungsbilder aufmerksam durch die Welt gehst, wirst du immer wieder neue und schöne Möglichkeiten für dich entdecken – und die anderen werden dich immer (noch) netter finden, weil du in schwierigen Lagen nicht mehr leicht aus der Fassung zu bringen bist.

²⁷ Vgl. <http://sai.de/unternehmen> **Mehr Energie durch konstruktiven Umgang mit Stress und Belastung:** Viele Menschen jeden Alters fühlen sich durch Stress fast täglich belastet, im privaten und im beruflichen Bereich. Allerdings wissen wir heute, dass die äußere Situation nicht allein über das Ausmaß der Belastung entscheidet, sondern dass es entscheidend darauf ankommt, wie jemand die betreffende Situation bewertet, welche Einstellung er dazu hat und über welche Bewältigungsstrategien er verfügt. Seelische und körperliche Schäden durch Stress-Belastungen sind also kein unausweichliches Schicksal. Jeder von uns kennt Menschen, die selbst in schwierigen Situationen die Ruhe bewahren – und das lässt sich lernen! Die TeilnehmerInnen erhalten einen Überblick über die wichtigsten Ergebnisse der aktuellen Stress-Forschung und erfahren, warum sie dem Stress nicht hilflos ausgeliefert sind; v. a. aber, was Sie tun können, damit Sie trotz vielfältiger Belastungen an Leib und Seele gesund bleiben. Dazu zum Download das Skript: <http://sai.de/wp-content/uploads/2018/11/Skript-Stress.doc>.

²⁸ Zum Download unter: <https://sai.de/>.

Erich Fromm: Haben oder Sein

Meister Eckhart: „Die Menschen sollen nicht so viel nachdenken, was sie *tun* sollen sie sollen vielmehr bedenken, was sie *sind*.²⁹

Hinführung: Drei Gedichte³⁰

Tennyson (19. Jahrhundert)

*Blume in der geborstenen Mauer,
Ich pflücke dich aus den Mauerritzen,
Mitsamt den Wurzeln halte ich dich in der Hand,
kleine Blume - doch wenn ich verstehen könnte,
Was du mitsamt den Wurzeln und alles in allem bist,
Wüßte ich, was Gott und Mensch ist.*



Basho, japanisch Dichter (1644-1694)

*Wenn ich aufmerksam schaue,
Seh' ich die Nazuna
An der Hecke blühen!*



Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832), Gefunden

*Ich ging im Walde
So für mich hin,
Und nichts zu suchen,
Das war mein Sinn.*

*Im Schatten sah ich
Ein Blümchen stehn,
Wie Sterne leuchtend,
Wie Äuglein schön.*

²⁹ A.a.O.,5.

³⁰ A.a.O., 30-33.

*Ich wollt es brechen,
Da sagt es fein:
Soll ich zum Welken
Gebrochen sein?*

*Ich grub's mit allen
Den Würzlein aus.
Zum Garten trug ich's
Am hübschen Haus.*

*Und pflanzt es wieder
Am stillen Ort;
Nun zweigt es immer
Und blüht so fort.*

Gespräch

Wesentliche Unterschiede zwischen östlichem und westlichem Denken / Leben:

Basho ist aufmerksam, wachsam, achtsam ... die Blume darf leben.

Tennyson ist zupackend, besitzergreifend, „verkopft“ ... es geht ihm nicht um die Blume selbst und die Blume muss sterben.

Goethe spürt den Impuls, die Blume zu pflücken, aber im entscheidenden Moment ist seine Liebe zum Leben stärker.

Das Zauberwort: Bei der Sache sein: **INTERESSE!**

Einstieg: Ein in der Meditation erfahrener Mann wurde einmal gefragt, warum er trotz seiner vielen Beschäftigungen immer so glücklich sein könne.

Er sagte: „Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich gehe, dann gehe ich, wenn ich sitze, dann sitze ich, wenn ich esse, dann esse ich, wenn ich spreche, dann spreche ich ...“

Dann fielen ihm die Fragesteller ins Wort und sagten: „Das tun wir auch, aber was machst Du darüber hinaus?“

Er sagte wiederum: „Wenn ich stehe, dann stehe ich, wenn ich gehe, dann gehe ich, wenn ich sitze, dann sitze ich, wenn ich esse, dann esse ich, wenn ich spreche, dann spreche ich ...“

Wieder sagten die Leute: „Das tun wir doch auch!“ Er aber sagte zu ihnen: „Nein, wenn ihr sitzt, dann steht ihr schon, wenn ihr steht, dann lauft ihr schon, wenn ihr lauft, dann seid ihr schon am Ziel.“

Hinführung: Der Glücksforscher Mihály Csikszentmihályi (geb. 1934, gest. 2021) ist der Begründer der Flow-Theorie. „Flow“ (engl. für „fließen, strömen“) bezeichnet das beglückende Gefühl eines mentalen Zustandes restlosen Aufgehens in einer Tätigkeit, die dann „wie von selbst“ vor sich geht, wunderbar gelingt und nur Freude macht.

Erfahrungen des Stefan K.:

- Duschen (mit Matthias M.)
- Kochen und Essen (mit Jonathan B.)
- Enkel Leo auf dem Klo

Erfahrungen der TN, Gespräch und gute Vorsätze

- Arbeiten
- Reden („Ratschen“, „Plaudern“)
- Lesen („Leseratte“, „Bücherwurm“)
- Musik hören
- Lernen
- Sport (Freude an ...)
- Reisen (Goethe: „Man reist ja nicht, um bloß anzukommen.“)
- Trinken (Whisky!)
- Freundschaft ist nicht „Beziehung“.
- Autofahren (Porsche!)
- ...

Zen in der Kunst eine Schlagbohrmaschine zu bedienen

Eigene Erfahrungen:

Zuerst verzweifelt beim Versuch, ein Bücherregal in eine Betonwand zu dübeln (München, Herzogstraße 36); dann die Erinnerung an Eugen Herrigel – und es hat funktioniert.

Erfahrungsaustausch

Hilfe: Atementspannung!

Buddhismus in der Philosophie: Arthur Schopenhauer³¹



Für Arthur Schopenhauer war der Buddha der „Siegreich-Vollendete“ und der Buddhismus „unsere allerheiligste Religion“.³² Daher ist es verständlich, dass er sich und seine Anhänger als „Buddhaisten“ bezeichnete.

Dennoch stellt sich die Frage, ob Schopenhauers Philosophie tatsächlich als „Buddhismus“ gelten kann. Der indische Philosoph und ehemalige Vizepräsident der indischen Republik Radhakrishnan war dieser Meinung. In seinem Hauptwerk „Indian Philosophy“ nannte er Schopenhauers Lehre eine „revidierte Version des alten Buddhismus“.³³

³¹ Vgl. <https://www.arthur-schopenhauer-studienkreis.de/Buddhismus/buddhismus.html> .

Vgl. auch Tuan Tran, Asiatische Philosophie. Schopenhauer und Buddhismus: Interkulturelle Bibliothek Bd. 11, hrsg. von Hamid Reza Yousefi u.a., Nordhausen (Traugott Bautz) 2007; kompletter Text im Internet unter: <http://content.bautz.de/neuerscheinungen-2016/pics/ebooks/pdf/9783869450100.pdf> . Das Buddha-Bild ist aus: Arthur Schopenhauer. Leben und Werk in Texten und Bildern, hrsg. von Angelika Hübscher, Frankfurt am Main 1989, S. 291. Ob das Bildnis tatsächlich Schopenhauers Buddha darstellt, ist laut Angaben der Verfasserin fraglich.

³² Brief an Julius Frauenstädt vom 2.1.1852, in: Arthur Schopenhauer, Gesammelte Briefe, hrsg. von Arthur Hübscher, 2. Auflage Bonn 1987, 273.

³³ Helmuth von Glasenapp, Schopenhauers Echo in Indien, in: Kreise um Schopenhauer, Festschrift für Arthur Hübscher, Wiesbaden 1962, 46.

Schopenhauer selbst hob die Nähe seiner Philosophie zum Buddhismus hervor: "Wollte ich die Resultate meiner Philosophie zum Maaßstabe der Wahrheit nehmen, so müßte ich dem Buddhismus den Vorzug vor den anderen (Religionen) zugestehn. Jeden Falls muß es mich freuen, meine Lehre in so großer Übereinstimmung mit einer Religion zu sehn ... Diese Übereinstimmung muß mir aber um so erfreulicher seyn, als ich bei meinem Philosophiren, gewiß nicht unter ihrem Einfluß gestanden habe. Denn bis 1818, da mein Werk erschien, waren über den Buddhismus nur sehr wenige, höchst unvollkommene und dürftige Berichte in Europa zu finden ... Erst ist nach und nach eine vollständigere Kunde von dieser Religion zu uns gelangt."³⁴

Schopenhauer verfolgte diese Entwicklung mit größtem Interesse, und je mehr er über den Buddhismus erfuhr, desto mehr wandte er sich der Lehre des Buddha zu. Ab 1826 interessierte sich Schopenhauer "zunehmend für buddhistische Literatur und - mit Ausnahme des *Oupnekhat* (der lateinischen Fassung der Upanishaden) natürlich immer weniger für Veda- und Purana-Literatur".³⁵

Schopenhauer brachte Buddha eine tiefe Verehrung entgegen. In einem Gespräch mit einem Besucher seiner Wohnung erklärte er: "Sie werden keinen christlichen Heiligen, kein Crucifix bei mir finden, und doch habe ich meine Penaten. Ich habe mich lange bemüht einen alten Buddha zu erhalten, endlich hat der Geheimerath Crüger einen solchen, aus Tibet stammend, in Paris für mich erstanden."³⁶ Hierbei war, wie Schopenhauer in einem Brief erläuterte, der "auf einer schönen Konsole in der Ecke" aufgestellte Buddha so platziert, "daß Jeder bei seinem Eintritt schon sieht, wer in diesen 'heiligen Hallen' herrscht".³⁷

Die Übereinstimmung zwischen Schopenhauer und dem Buddhismus wird auch deutlich in der Ethik. So hob Schopenhauer an mehreren Stellen seiner Werke die im Gegensatz zum Christentum tierfreundliche Einstellung des Buddhismus lobend hervor, zumal er das Thema Tiere und Tierschutz – anders als die meisten anderen weltbekannten Philosophen - in seine Philosophie einbezog.

Was diese Philosophie selbst betrifft, so ist ein Buch bedeutsam, das Schopenhauer noch kurz vor seinem Tod gelesen hatte. Verfasser ist der deutsch-russische Buddhologe Isaac Jacob Schmidt. Es geht dabei um einen Text (Prajna-Paramita) des Mahayana-Buddhismus. Schopenhauer zitierte hieraus, indem er das Zitat handschriftlich in ein Exemplar seines Hauptwerkes eintrug.³⁸ Dieser Zusatz betrifft das Wort *Nichts*, welches am Ende des Abschnittes *Bejahung und Verneinung des Willens* steht. Die von Schopenhauer für so wichtig gehaltene Ergänzung lautet: "Dies (also das sogenannte "Nichts") ist eben auch das Pradschna-Paramita der Buddhaisten, das 'Jenseits aller Erkenntniß', d. h. der Punkt, wo Subjekt und Objekt nicht mehr sind".³⁹

Mit diesem aufschlussreichen Zusatz, den Schopenhauer ganz am Schluss seines Lebens eintrug, aber nicht mehr für eine Neuauflage seines Hauptwerkes verwenden konnte, ging ein Weg zu Ende, der zum Buddhismus führte. Das war nicht nur für ihn persönlich von

³⁴ Arthur Schopenhauer, Zürcher Ausgabe, Werke in zehn Bänden. Band III: Die Welt als Wille und Vorstellung II (Kap. 17.), Zürich 1977, 197.

³⁵ Urs App, Schopenhauers Kompass. Die Geburt einer Philosophie, Rorschach / Kyoto 2011, 213.

³⁶ Arthur Schopenhauer, Gespräche, neue Ausgabe, hrsg. von Arthur Hübscher, Stuttgart-Bad Cannstatt 1971, 299.

³⁷ Brief an Julius Frauenstädt vom 15. Mai 1856, in Schopenhauer, Briefe, a. a. O., 391.

³⁸ S. hierzu Arthur Schopenhauer, Der handschriftliche Nachlaß in fünf Bänden, hrsg. von Arthur Hübscher, Band 5: Randschriften zu Büchern, München 1985, S. 346 (Nr. 1189).

³⁹ Arthur Hübscher hat diesen handschriftlichen Zusatz in seiner Zürcher Ausgabe als Anmerkung beigefügt, s. Schopenhauer, a. a. O., Band II: Die Welt als Wille und Vorstellung I (Ende von § 71), 508.

großer Bedeutung, sondern auch für viele Menschen, die über Schopenhauer zum Buddhismus kamen wie zum Beispiel Georg Grimm, der Gründer der *Altbuddhistischen Gemeinde*.⁴⁰

In einem Gespräch meinte Arthur Schopenhauer: „Wenn man den Buddhismus aus seinen Quellen studiert, da wird Einem hell im Kopfe.“⁴¹ Solche Quellen sind die durch Helmuth von Glasenapp übersetzten *buddhistischen Grundtexte*. Sie wurden veröffentlicht unter dem Titel: *Pfad zur Erleuchtung*. Dort heißt es: „Nur für den geistig Wachen eignet sich diese Lehre, nicht für den unbedacht Dahinlebenden.“⁴²

Quintus Horatius Flaccus: Carpe diem – Einladung zur Wachsamkeit

Gautama Buddha:

Verweile nicht in der Vergangenheit, träume nicht von der Zukunft, konzentriere deinen Geist auf den gegenwärtigen Moment.

... und das geht bei mir am besten mit einem Glas von edlem Wein (oder Whisky) mit einem lieben Freund am „kleinen runden Tisch“ in meinem (Herren-)Zimmer ... oder in einem (Sterne-)Restaurant ... oder in der Oper ... oder ...

Und wo gelingt das Ihnen?



43

Mein Lehrer: Horaz – ein „Schwein aus der Herde Epikurs“⁴⁴

⁴⁰ 1921 gründete Georg Grimm mit Karl Seidenstücker die Altbuddhistische Gemeinde in Utting am Ammersee.

⁴¹ Schopenhauer, Gespräche, a. a. O., 104 (Nr. 139).

⁴² Pfad zur Erleuchtung. Buddhistische Grundtexte, übers. und hrsg. von Helmuth von Glasenapp, Düsseldorf/Köln 1974, 57.

⁴³ Lachende Buddha Statue für Wohnkultur (Amazon).

⁴⁴ Epikur und das Schwein! In dieser Kombination erscheint auf dem Skelettbecher von Boscoreale der Gründer der hellenistischen Philosophenschule. Selbst als Skelett greift er noch nach dem die Lebenslust symbolisierenden Kuchen, den auch sein (innerer) Schwein(ehund) erwittert hat. Eine geistreiche Umsetzung eines auf den Dichter Horaz zurückgehenden Topos, der sich selbst als „Schweinchen aus der Herde Epikurs“ bezeichnete!



Me pinguem et nitidum bene curata cute
uises,
cum ridere uoles, Epicuri de grege
porcum.

Wenn du mal richtig lachen willst, besuch
mich: du wirst mich rund finden und
strahlend in wohlgepflegter Leiblichkeit,
ein Schweinchen aus der Herde
Epikurs.⁴⁵

Das „carpe diem“ meines lateinischen Lieblingsautors Horaz, das zum geflügelten Wort
geworden ist, ist eine wunderbare
Anleitung zu einem erfüllten,
glücklichen Leben.



„Nütze den Tag“ oder „Genieße den
Tag“ trifft den eigentlichen Kern der
Redewendung aber nur unzulänglich,
denn „carpere“ heißt „pflücken“. Die
Metapher aus der Welt des Landlebens
ruft ein Bild des Pflückens von Blumen
oder Früchten wach. Wenn wir
„Früchte“ etwas weiter fassen, können
wir auch Hummer und anders
Meeresgetier „pflücken“, wenn wir mit
einem lieben Freund zusammen sind.⁴⁶

Tu ne quaesieris (scire nefas) quem mihi, quem tibi
finem di dederint, Leuconoe, nec Babylonios
temptaris numeros. Ut melius quidquid erit pati!
Seu plures hiemes seu tribuit Iuppiter ultimam,
quae nunc oppositis debilitat pumicibus mare
Tyrrhenum, sapias, vina liques et spatio brevi
spem longam reseces. Dum loquimur, fugerit inuida
aetas: **carpe diem**, quam minimum credula postero.

Frage nicht (denn es zu wissen ist gegen göttliches Recht), welches Ende die Götter mir,
welches sie dir, Leukonoe, zugedacht haben, und versuche dich nicht an babylonischen
Berechnungen!

Wie viel besser ist es doch, was immer kommen wird, zu ertragen!

Ganz gleich, ob Jupiter dir noch mehr Winter zugeteilt hat oder ob dieser jetzt,
der gerade das Tyrrhenische Meer an widrige Klippen branden lässt, dein letzter ist,
sei klug, filtere den Wein und schneide die lange Hoffnung auf eine kurze Zeit zurück!

Noch während wir hier reden, ist uns bereits die missgünstige Zeit entflohen:

Genieße den Tag und vertraue möglichst wenig auf den folgenden!⁴⁷

⁴⁵ Hor., Ep. 1, 4, 15–16; Übersetzung: Stefan Klotz.

⁴⁶ Mit Sohn Jonas am 17. August 2021 in Albarella (Foto: Nadine Klotz).

⁴⁷ Horaz, Ode an Leukonoe (carmen 1,11); Übersetzung: Stefan Klotz.

Horatius travestitus⁴⁸

Laß das Fragen doch sein! Sorg dich doch nicht über den Tag hinaus!
Martha! Geh nicht mehr hin, bitte, zu der dummen Zigeunerin!
Nimm dein Los, wie es fällt! Lieber Gott, ob dies Jahr das letzte ist,
das beisammen uns sieht, oder ob wir alt wie Methusalem
werden: sieh's doch nur ein: das, lieber Schatz, steht nicht in unsrer Macht.
Amüsier dich, und laß Wein und Konfekt schmecken dir wie bisher!
Seufzen macht mich nervös. Nun aber Schluß! All das ist Zeitverlust!
Küssen Sie mich, m'amie! Heute ist heut! Aprè nous le déluge!

Praktische Anwendung – Gespräch über Wachsamkeit

Hinführung: Es ist ein Riesenunterschied, ob ein Mensch am Morgen aufsteht und seine Erwartungen an den Tag formuliert, oder ob offen ist für das, was der Tag von ihm erwartet. In jedem Fall wird der, der bereit ist auf das zu hören, was das Leben von ihm will, zufriedener am Abend ins Bett gehen und in dem guten Gefühl, sinnvoll Zeit verbracht zu haben.⁴⁹

Frankl: Karma ohne Wiedergeburt⁵⁰

Ein Mensch muss schon besonders stumpf sein, wenn er am Silvesterabend nicht von „gemischten Gefühlen“ heimgesucht wird: Wehmut, wenn bei der Rückschau auf das Jahr, das zuende geht, der Blick auf Schönes fällt, das unwiederbringlich vorbei ist; Ärger, wenn einem Böses widerfahren ist; Traurigkeit, vielleicht sogar Trauer, wenn eine Beziehung zerbrochen ist, wenn ein lieber Mensch gestorben ist; Enttäuschung über Misslungenes; aber hoffentlich auch Stolz auf das Geleistete; und Dankbarkeit für das Gute und Schöne und für die lieben Menschen, die einen durch dieses Jahr begleitet haben.

Und wenn sich der Blick auf das neue Jahr richtet: Sorge, womöglich Angst; oder auch Neugier, vielleicht sogar Vorfreude.

Und bei alledem so ein merkwürdig-schauriges Gefühl, das aus der Erfahrung der Zeit kommt, der Hugo von Hoffmannsthal in seinen „Terzinen über Vergänglichkeit“ wunderschöne Verse geschenkt hat.⁵¹

Noch spür ich ihren Atem auf den Wangen:

wie kann das sein, daß diese nahen Tage

fort sind, für immer fort, und ganz vergangen?

⁴⁸ Cristian Morgenstern (geb. 6. Mai 1871, gest. 31. März 1914) parodierte das berühmte Lied des Horaz 1896 als „Studentenscherz“ (Horatius travestitus 1,11) und griff dabei nicht nur den Inhalt des Vorbildes auf, sondern ahmte auch das Versmaß nach.

⁴⁹ Vgl. Marc Aurel (römischer Kaiser und Philosoph, geb. 26. April 121, gest. 17. März 180 n. Chr.), Selbstbetrachtungen. Übertragen und mit Einleitung von Wilhelm Capelle, Stuttgart (Kröner) 11. Aufl. 1967.

⁵⁰ Vgl. Stefan Klotz, Neue Momente, 15-25.

⁵¹ Geb. 1874 in Wien, gest. 1929 ebenda.

*Dies ist ein Ding, das keiner voll aussinnt,
und viel zu grauenvoll, als daß man klage:
daß alles gleitet und vorüberrinnt.*

*Und daß mein eignes Ich, durch nichts gehemmt,
herüberglitt aus einem kleinen Kind
mir wie ein Hund unheimlich stumm und fremd.*

*Dann: daß ich auch vor hundert Jahren war
und meine Ahnen, die im Totenhemd,
mit mir verwandt sind wie mein eignes Haar,*

so eins mit mir als wie mein eignes Haar.

Die Zeit ist ein Geheimnis, aber zu allen Zeiten haben Menschen über die Zeit nachgedacht, die uns so nah ist, weil wir in ihr leben, und doch so fern und fremd, weil wir nicht verstehen, *daß diese nahen Tage / fort sind, für immer fort, und ganz vergangen.*

Zum Beispiel der große Theologe und Kirchenlehrer Augustinus⁵². Und der kommt dabei zu dem Ergebnis, dass es die Zeit eigentlich gar nicht gibt. Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft sind nach ihm nur eine Täuschung unseres Bewusstseins, das zu schwach und zu klein ist, die Wirklichkeit im Ganzen zu erfassen. So gleitet das Bewusstsein wie ein Suchscheinwerfer über eine unbewegte Landschaft über das Sein, so dass das, was in Wahrheit nebeneinander besteht, ihm als ein Nacheinander vorkommen muss. Die eigentliche Wirklichkeit ist Gottes Ewigkeit, und weil Gott das Ganze sieht, weiß er auch alles, was für mich noch in der Zukunft liegt.

Auch wenn die Kirche im 5. Jahrhundert seine Auffassung, dass Gott vor aller Zeit das Schicksal des Menschen vorherbestimmt hat, nicht übernahm, gibt es eine Geringschätzung des freien Willens des Menschen auch heute, wenn einer sagt: „Es kommt doch eh, wie es kommt; da kann ich nichts machen; ich bin doch nur ein Spielball des Schicksals.“ Das nennt man dann Fatalismus.⁵³

Dagegen steht, dass *ich* mein Leben – nicht nur zum Schein – gestalten will, und die Erfahrung, dass das – im Guten wie im Bösen – auch durchaus gelingt.

Ein zweiter Versuch fällt im Blick auf die menschliche Freiheit nicht weniger pessimistisch aus. Hier verschwindet die Zeit zwar nicht im Ganzen, aber von ihr bleibt doch nur herzlich

52 Geb. am 13. November 354 in Tagaste in Numidien, heute Algerien, gest. am 28. August 430 ebenda.

53 Man versteht darunter die Weltanschauung, dass alles, was in Natur und Gesellschaft geschieht, durch das Schicksal (lateinisch *fatum*) unabänderlich vorherbestimmt ist.

wenig übrig, wenn der deutsche Philosoph Martin Heidegger⁵⁴ feststellt, dass wir aus dem Nichts kommen und in das Nichts gehen; dass wir gehalten sind über das Nichts. Die passende Grundstimmung dazu: Angst und Sorge.

Bei Augustinus wird der Mensch klein, fast verschwindet er in der gewaltigen Ewigkeit; hier gewinnt er eine tragische Größe, wenn er vor dem Nichts, das ihn umgibt und Zeit seines Lebens bedroht, trotzdem Ja sagt zu seinem Dasein.

Auch wenn *ich* diesen Gedanken etwas besser nachvollziehen kann, mein Leben will ich so aber auch nicht sehen: dass es es sozusagen immer zusammenschrumpft auf den winzig kleinen Punkt der Gegenwart, und dass am Ende wirklich Nichts mehr bleibt davon.

Wagen wir einen dritten Versuch und gehen einfach davon aus, dass es die Zeit wirklich gibt: als Vergangenheit, als Gegenwart und als Zukunft! Und stellen wir uns die Zeit wie eine kleine Wohnung vor mit zwei Zimmern, die durch eine Türe verbunden sind: der Raum der Vergangenheit, der Raum der Zukunft und dazwischen die Schwelle der Gegenwart. Und jetzt braucht es ein wenig Phantasie.

Wie sieht es aus im Raum der Vergangenheit? Ich stelle ihn mir vor wie ein Archiv, in dem alles, was ich gelebt und erlebt habe, aufbewahrt ist, säuberlich in Kisten und Regalen verwahrt. Alles und für alle Ewigkeit! Nichts ist verlorengegangen, auch wenn ich selbst mich an das eine oder andere gar nicht mehr erinnere. Und nichts und niemand kann da etwas herausnehmen. Ruhig ist es dort, vielleicht riecht es etwas angestaubt, aber ich bin froh, dass es diese Zimmer gibt. Und wenn ich es auch nicht betreten kann, so kann ich doch immer wieder hineinsehen in diesen Raum, in dem sich in 61 langen Jahren schon einiges angesammelt hat, so wie ich in meinen alten Tagebüchern blättere und spüre: irgendwo ist das alles noch da, irgendwie gerettet vor der Vergänglichkeit.

Wie sieht es aber aus im Raum der Zukunft? Ich sitze gerade (am 22. Dezember 2018 um 11.45 Uhr) an meinem Schreibtisch und mache mir Gedanken *Über die Zeit*. Meine Zukunft heute? Gegen 1 Uhr werde ich wahrscheinlich zu Mittag essen; dann ein kleiner Mittagsschlaf, vielleicht; womöglich mache ich es mir aber nur auf dem Sofa bequem und lese ein bisschen in Peterichs Romführer, den ich fast schon auswendig kenne, aber das ist ja gerade so entspannend; allerdings wäre ein Spaziergang, wenn es gerade nicht regnet, auch nicht verkehrt; dann haben sich die Enkel Leo und Paul angesagt, aber wann ich sie abhole, müssen wir per Telefon noch ausmachen; und am Abend kommt noch mein Freund Jonny dazu, falls die S-Bahn mitspielt, und das ist keinesfalls sicher in München; mal sehen, was wir dann am Abend noch machen. Und es kann alles ganz anders kommen! Wenn ich vergesse, die Kerzen, die eben auf dem Adventskranz brennen, auszupusten, dann kommt die Feuerwehr.

„Wahrscheinlich“, „vielleicht“, „womöglich“ – genau das ist im Raum der Zukunft: Möglichkeit! Die Vergangenheit ist festgelegt und sicher; die Zukunft nicht. Und deshalb geht es laut zu im Raum der Zukunft. Ein Kommen und Gehen. Fortwährend tauchen neue Möglichkeiten auf. Wenn etwa heute die Feuerwehr doch noch kommen sollte, dann müsste ich unbedingt meine Enkel dazu holen, weil ein Feuerwehreinsatz bei Oma und Opa für Kindergartenkinder ein unvergessliches Erlebnis ist.

Und Möglichkeiten sterben in einem fort. Manche bewegen sich ganz gemütlich in Richtung Gegenwart, weil sie es nicht eilig haben: Wenn z.B. ein Schüler der 11. Klasse anfängt, sich Gedanken über einen Beruf zu machen, dann kann er sich ruhig Zeit lassen, denn diese

54 Geb. 26. September 1889 in Meßkirch, gest. 26. Mai 1976 in Freiburg im Breisgau.

Möglichkeit bleibt sehr lange im Raum der Zukunft. Andere nicht. Manchmal blitzt nur für Sekunden eine Möglichkeit auf, und schon ist sie auch wieder weg, gestorben.

So hat mir einmal ein Pärchen, für das ich die Hochzeitspredigt halten durfte, seine Kennenlerngeschichte erzählt: Er hatte eine Autopanne und sie (!) hat angehalten. Vorbeifahren wäre schneller gegangen, und beide wurden beim Erzählen ganz nachdenklich: „Wenn mein Motor nicht kaputt gegangen wäre ...“. „Wenn ich nicht angehalten hätte ...“.

Und alle Möglichkeiten wollen nur das Eine: „Rette mich, sonst sterbe ich! Pack mich beim Schopf!“ Und genau dafür hatten die Griechen einen Gott, den sie *Kairos* nannten; den Gott der günstigen, richtigen Gelegenheit, gut zu erkennen an einer stattlichen Locke in der Stirn und einem kahl geschorenen Hinterkopf⁵⁵. Sehr sinnig, denn wenn der *Kairos* vorbeigelaufen ist, hast du keine Chance mehr, ihn festzuhalten.

Poseidippos von Pela hat im 3. Jahrhundert v. Chr. ein reizendes Gespräch mit diesem seltsamen Gott verfasst:

Ich bin Kairos, der alles bezwingt!
Warum läufst du auf Zehenspitzen?
Ich, der Kairos, laufe unablässig.
Warum hast du Flügel am Fuß?
Ich fliege wie der Wind.
Warum trägst du in deiner Hand ein spitzes Messer?
Um die Menschen daran zu erinnern, dass ich spitzer bin als ein Messer.
Warum fällt dir eine Haarlocke in die Stirn?
Damit mich ergreifen kann, wer mir begegnet.
Warum bist du am Hinterkopf kahl?
Wenn ich mit fliegendem Fuß erst einmal vorbeigeglitten bin,
wird mich auch keiner von hinten erwischen
so sehr er sich auch bemüht.
Und wozu schuf Euch der Künstler?
Euch Wanderern zur Belehrung.

Und jetzt bin ich daran! Das ist meine Aufgabe an der Gegenwartsschwelle: dass ich mir die Möglichkeiten, die sich mir anbieten, genau ansehe und mir gut überlege, welche ich beim Schopfe packe und so hineinrette in die Vergangenheit, meine Vergangenheit, wo sie „für immer und ewig“ aufbewahrt ist. So wird die Gegenwart zur Grenzfläche zwischen Zeit und Ewigkeit. Deshalb die riesengroße Verantwortung, von der der große Arzt und Psychologe Viktor E. Frankl⁵⁶ schreibt: „Sobald wir uns in das Wesen menschlicher Verantwortung vertiefen, erschauern wir: es ist etwas Furchtbares um die Verantwortung des Menschen – doch zugleich etwas Herrliches! Furchtbar ist es: zu wissen, dass ich in jedem Augenblick die Verantwortung trage für den nächsten; dass jede Entscheidung (...) eine Entscheidung ist „für alle Ewigkeit“; dass ich in jedem Augenblick eine Möglichkeit, die Möglichkeit eben des einen Augenblicks, verwirkliche oder verwerke. Nun birgt jeder einzelne Augenblick Tausende von Möglichkeiten, ich aber kann nur eine einzige wählen, um sie zu verwirklichen. Alle anderen habe ich damit auch schon gleichsam verdammt, zum Niesein verurteilt, und dies „für alle Ewigkeit“! Doch herrlich ist es: zu wissen, dass die Zukunft, meine eigene und mit ihr die Zukunft der Dinge, der Menschen um mich, irgendwie – wenn auch in noch so geringem Maße – abhängig ist von meiner Entscheidung in jedem Augenblick. Was ich durch sie

55 Urbild aller Kairos-Darstellungen ist eine verschollene Bronzeplastik des Lysipp aus Olympia.

56Geb. 26. März 1905 in Wien, gest. 2. September 1997 ebenda.

verwirkliche, was ich durch sie „in die Welt schaffe“, das rette ich in die Wirklichkeit hinein und bewahre es so vor der Vergänglichkeit.“⁵⁷ So wird die Vergangenheit des Menschen zu seiner eigenen Zukunft.

Frankl gebraucht immer wieder Bilder, um dies verständlich zu machen. So spricht er etwa davon, dass jeder Mensch seinen eigenen „Film“ dreht, den er erst im Tod vollendet⁵⁸ oder davon, dass jeder seinen eigenen „Roman“ schreibt: „Die innere Lebensgeschichte eines Menschen in ihrer ganzen Dramatik und sogar Tragik wäre dann nie „umsonst“ geschehen, auch wenn sie nie bemerkt würde, auch wenn kein Roman von ihr zu erzählen wüßte. Der „Roman“, den einer gelebt hat, ist noch immer eine unvergleichlich größere schöpferische Leistung als der, den jemand geschrieben hat. Irgendwie weiß jeder von uns darum, dass der Gehalt eines Lebens, dass seine Erfüllung gleichsam irgendwo aufbewahrt bleibt (...). So vermag die Zeit, die Vergänglichkeit des Lebens, dessen Sinn und Wert nichts anzuhaben. Gewesen-sein ist auch noch eine Art von Sein – vielleicht die sicherste. Und alles Wirken im Leben mag sich in dieser Sicht präsentieren als ein Hineinretten des Möglichen in die Wirklichkeit. Obzwar vergangen, wäre es eben in der Vergangenheit für alle Ewigkeit in Sicherheit gebracht, vor jedem weiteren Zugriff der Zeit gerettet.“⁵⁹

Vergänglich sind ja nur die Möglichkeiten, „sobald wir diese Möglichkeiten jedoch verwirklicht haben, sind sie nicht mehr „vergänglich“, vielmehr sind sie „vergangen“. (...) In ihrem Vergangensein sind sie ja aufbewahrt, und nichts kann ihnen mehr etwas anhaben, nichts kann mehr das, was einmal vergangen ist, aus der Welt schaffen.“⁶⁰

Frankls Blick auf das Leben in der Zeit stellt dem Menschen nicht nur eindrucksvoll seine Verantwortung vor Augen, er hat etwas ungemein Tröstliches. Und das finde ich besonders schön in seinem Bild von der Lebensscheune:

„Wie steht der durchschnittliche Mensch zur „Zeit“? Er sieht nur das Stoppfeld der Vergänglichkeit – aber er sieht nicht die vollen Scheunen der Vergangenheit. Er will, dass die Zeit stillestehe, auf dass nicht alles vergänglich sei; aber er gleicht darin einem Manne, der da wollte, daß eine Mäh- und Dreschmaschine stille steht und am Platz arbeitet und nicht im Fahren; denn während die Maschine übers Feld rollt, sieht er – mit Schauern – immer nur das sich vergrößernde Stoppfeld, aber nicht die gleichzeitig sich mehrende Menge des Kornes im Innern der Maschine. So ist der Mensch geneigt, an den vergangenen Dingen nur zu sehen, dass sie nicht mehr da sind; aber er sieht nicht, in welche Speicher sie gekommen. Er sagt dann: sie sind vergangen, weil sie vergänglich sind – aber er sollte sagen, vergangen sind sie; denn „einmal“ gezeitigt, sind sie „für immer“ verewigt.“⁶¹

Um was sollte also ein älterer Mensch „einen jungen Menschen denn beneiden [...], vielleicht um die Möglichkeiten, die ein junger Mensch noch hat, um dessen Zukunft? „Danke schön“, wird er sich denken, „ich habe statt dessen Wirklichkeiten – in meiner Vergangenheit; nicht nur die Wirklichkeit der gewirkten Werke, sondern auch der geliebten Liebe und auch noch die der gelittenen Leiden. Und auf die bin ich am meisten stolz – mag ich auch um sie am wenigsten beneidet werden.“⁶²

57 Viktor E. Frankl, *Ärztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*, Frankfurt a.M. 1994, 67.

58 Viktor E. Frankl, *Zeit und Verantwortung: Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie*, München – Zürich, 2. Aufl. 1994, 54.

59 Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 65.

60 Frankl, *Zeit und Verantwortung*, 49 f.

61 Frankl, *Zeit und Verantwortung*, 56.

62 Frankl, *Ärztliche Seelsorge*, 66.

Bleibt noch eine Frage am Ende: Was, wenn ich Unkraut in meine Scheune gebracht habe? Wenn ich eine Möglichkeit ergriffen habe, die nicht gut war? Eine Entscheidung getroffen habe, die sich als falsch erwiesen hat? Wenn ich gar böse gewesen bin?

Mir sind in meiner Beratungspraxis immer wieder Menschen begegnet, die versucht haben, das Unkraut aus ihrer Scheune wieder herauszuholen und dabei leidvoll erfahren mussten, dass das nicht geht. Womöglich der beste „Beweis“, dass das Vergangene für immer und ewig verwahrt ist.

Aber wie wäre es denn, wenn ein Mensch, um beim Bild der Lebensscheune zu bleiben, versuchen wollte, nun besonders viel gutes Korn hineinzuernten?

Und doch bleibt für den, der glaubt, noch eine allerletzte Möglichkeit, die ich in einem wunderbaren Wort von Blaise Pascal gefunden habe:

„Es ist nicht auszudenken, was Gott aus den Bruchstücken unseres Lebens machen kann, wenn wir sie ihm nur ganz überlassen.“⁶³



64

63 Geb. 1623, gest. 1662), französischer Religionsphilosoph und Naturwissenschaftler, Begründer der Wahrscheinlichkeitsrechnung.

64 Dieses Bild habe ich von Elisabeth Lukas (geb. 1942 in Wien, Schülerin von Viktor E. Frankl und bis 2003 Leiterin des Süddeutschen Instituts für Logotherapie in Fürstenfeldbruck) geschenkt bekommen. Es steht in meinem Arbeitszimmer neben den Fotos von Schülerinnen und Schülern, die während meiner Zeit in St. Ottilien gestorben sind.