SATYAMURTI

Das Leuchten im Auge des Tigers

DER **MUT** IM INNEREN ZU SUCHEN

ENTSCHEIDUNG

Wisse, dass ich nichts weiß. Ich bin auf der Suche, genau wie du.

Es war Silvestermorgen 2020. Draußen begann gerade die Sonne aufzugehen, und ich saß vor meinem Computer mit einem Schmerz im Herzen, den ich nicht länger ignorieren konnte. Nicht Herzschmerz im medizinischen Sinn. Davon sollte ich später noch genug bekommen. Es war dieses andere Ziehen, das entsteht, wenn man über längere Zeit etwas beobachtet, fühlt, mit sich herumträgt und irgendwann merkt, dass man es nicht mehr wegschieben kann. Also begann ich zu schreiben. Ich hatte keinen Plan für ein Buch, keine Struktur, kein Inhaltsverzeichnis und keine Botschaft, die ich der Menschheit unbedingt überreichen wollte. Ehrlich gesagt wusste ich nicht einmal genau, worüber ich schreiben würde. Ich öffnete einfach eine leere Seite und begann Wörter hineinzutippen. Etwas musste heraus.

Seit einiger Zeit empfand ich eine zunehmende Fremdheit gegenüber der Welt, in der ich lebte. Vielleicht hatte sich die Welt verändert. Vielleicht hatte ich mich verändert. Wahrscheinlich beides. Ich beobachtete meine Freunde, meine Bekannten, meine Kunden, Menschen bei der Arbeit und Menschen, denen ich auf der Straße begegnete, und hatte immer häufiger das Gefühl, dass wir alle damit beschäftigt waren, kleine Festungen um uns herum zu bauen. Meine Meinung, meine Bedürfnisse, meine Wahrheit, meine Rechte, mein Leben. Ich konnte mich davon keineswegs ausnehmen. Auch ich hatte eine ziemlich stabile Festung errichtet und war ausgezeichnet darin geworden, ihre Mauern zu verteidigen.

Gleichzeitig waren wir materiell vermutlich eine der reichsten Generationen, die jemals auf diesem Planeten gelebt hatte. Unsere Kühlschränke waren voll, unsere Autos komfortabel, Flugzeuge brachten uns innerhalb weniger Stunden auf die andere Seite der Erde, und wenn uns nachts um drei Uhr langweilig wurde, konnten wir mit dem Daumen durch mehr menschliche Gesichter scrollen, als unsere Urgroßeltern während ihres gesamten Lebens gesehen hatten. Eigentlich müsste es uns hervorragend gegangen sein. Trotzdem hatte ich zunehmend das Gefühl, dass etwas fehlte. Mitgefühl vielleicht. Oder Nähe. Vielleicht einfach die Fähigkeit, für einige Minuten bei einem anderen Menschen zu bleiben, ohne sofort wieder bei uns selbst zu landen.

Ich erinnerte mich an Zeiten, in denen jemand sagen konnte: „Ich habe ein Problem“, und ein anderer Mensch zunächst einmal zuhörte. Heute schien mir häufig schon nach dreißig Sekunden eine Gegenrechnung zu beginnen. „Du hast ein Problem? Ich habe auch eines.“ Oder schlimmer: „Du hast ein Problem? Dann musst du offenbar etwas falsch gemacht haben.“ Vielleicht idealisierte ich die Vergangenheit. Menschen neigen dazu, die Jahre ihrer Jugend mit einem warmen Filter zu versehen, ungefähr wie alte Fotografien, bei denen selbst ein hässlicher Parkplatz plötzlich romantisch aussieht. Ich möchte daraus keine große gesellschaftliche Theorie machen. Ich weiß nur, dass mich etwas daran traurig machte.

Und während ich darüber schrieb, begann mir langsam aufzufallen, dass meine eigentliche Frage gar nicht die Welt betraf. Sie betraf mich. Denn ich hatte viele Jahre meines Lebens mit Meditation verbracht. Ich war einem spirituellen Meister begegnet. Ich hatte Erfahrungen gemacht, die meine Vorstellung davon, was ein Mensch ist, vollständig erschüttert hatten. Ich hatte gelesen, gesucht, meditiert, geliebt, gestritten, gearbeitet, Beziehungen begonnen und beendet und mich dabei immer wieder als jemanden verstanden, der nach innen blickte. Und trotzdem konnte ein einziger falscher Satz eines anderen Menschen genügen, um innerhalb von Sekunden meinen gesamten inneren Affenzirkus auf die Bühne zu holen. Das war ein wenig ernüchternd. Jahrzehnte Meditation und immer noch konnte irgendein Idiot im Straßenverkehr mein gesamtes spirituelles Niveau mit einem Spurwechsel ohne Blinker auf ungefähr drei Zentimeter reduzieren.

Vielleicht war genau das der Punkt. Ich begann mich zu fragen, was Spiritualität für mich überhaupt bedeutete. Nicht als Wort. Davon hatten wir genug. Spiritualität war inzwischen überall. Yoga, Meditation, Heilung, Bewusstsein, Energie, Chakren, Manifestation, Selbstliebe und zehntausend andere Begriffe wurden durch unsere digitale Welt geschoben wie Waren durch ein gigantisches Einkaufszentrum. Mich interessierte etwas anderes: Was geschieht mit mir, wenn ich niemandem mehr erklären kann, wer ich bin? Was bleibt, wenn ich aufhöre, mich auf meine Arbeit, meine Beziehungen, meine Erfahrungen und meine Geschichten zu berufen? Und was geschieht, wenn niemand mehr da ist, der mir sagen kann, wohin ich gehen soll? Vielleicht war genau dort meine eigentliche Suche. Nicht bei einer Methode, nicht bei einer Philosophie, nicht einmal bei einem Meister, sondern in diesem seltsamen Raum, in dem ich irgendwann allein mit mir selbst bin. Nicht einsam. Allein.

Je älter ich wurde, desto wichtiger erschien mir dieser Unterschied. Wir kommen allein in diese Welt. Und irgendwann endet unser Leben ebenfalls als eine zutiefst persönliche Erfahrung. Menschen können uns begleiten. Sie können unsere Hand halten, uns lieben, uns trösten, uns unterstützen und mit uns lachen. Dafür bin ich unendlich dankbar. Aber bestimmte Schritte kann niemand für uns tun. Niemand kann für mich fühlen, niemand kann für mich lieben, niemand kann für mich meditieren und niemand kann für mich hinschauen.

Diesen Teil des Weges gehe ich allein.

Vielleicht begann dort das eigentliche Thema dieses Buches: Mut. Mit Mut meine ich nicht Heldentum. Ich spreche nicht davon, aus Flugzeugen zu springen, Berge zu besteigen oder einem muskulösen Betrunkenen in einer Bar zu erklären, dass seine Meinung ausgesprochen dumm ist. Für all das braucht man möglicherweise Mut, gelegentlich allerdings auch einfach mangelnden Verstand. Mich interessiert eine stillere Form. Der Mut, etwas in mir anzusehen, das ich nicht sehen möchte. Der Mut, eine Antwort nicht zu kennen. Der Mut, mich zu irren. Der Mut, eine Vorstellung von mir selbst loszulassen, wenn das Leben mir zeigt, dass sie nicht stimmt. Und vor allem der Mut, nicht bereits zu wissen, wohin eine innere Reise führen muss.

Dieser letzte Punkt sollte für mich sehr viel wichtiger werden, als ich an jenem Silvestermorgen ahnen konnte. Ich war nämlich ausgesprochen gut darin geworden, nach dem Unbekannten zu suchen und gleichzeitig ziemlich genaue Vorstellungen davon zu besitzen, wie dieses Unbekannte auszusehen hatte. Das ist ein interessanter Trick des Verstandes. Man kann sich selbst für vollkommen offen halten und trotzdem heimlich an der Tür stehen wie ein schlecht gelaunter Sicherheitsbeamter. „Du bist das Unbekannte?“ „Ja.“ „Siehst aber überhaupt nicht so aus.“ „Wie sollte ich denn aussehen?“ „Na, unbekannter.“ Tür zu. Ich hatte damals keine Ahnung, dass ich diesen Mechanismus beinahe fünfunddreißig Jahre mit mir herumtragen würde.

Mein Leben hatte mir früh beigebracht, dass Dinge nicht unbedingt in der Reihenfolge geschehen, die ich für vernünftig halte. Ein Haus brannte ab. Menschen verschwanden. Andere tauchten scheinbar aus dem Nichts auf. Beziehungen begannen und endeten. Manchmal öffnete sich in der Meditation

eine Tür, obwohl ich überhaupt nicht wusste, dass es dort eine gab. Dann geschah jahrelang scheinbar gar nichts. A führte nicht zuverlässig zu B, und B hatte offenbar keinerlei Verpflichtung, anschließend C hervorzubringen. Mein Verstand fand das ausgesprochen unprofessionell. Ich wollte Zusammenhänge. Warum geschieht mir das? Was soll ich daraus lernen? Wohin führt das? Was ist der nächste Schritt? Vielleicht kennst du diese Fragen. Ich stellte sie ständig.

Heute frage ich mich manchmal, ob wir einen großen Teil unseres Leidens genau dadurch erzeugen, dass wir vom Leben verlangen, seine Handlung vorher offenzulegen. Wir wollen die Synopsis lesen, bevor der Film beginnt. Ich jedenfalls wollte sie. Und das Leben hatte offenbar keinerlei Absicht, sie mir auszuhändigen. Wenn ich zurückblicke, sehe ich lange Abschnitte, in denen ich mitten in etwas lebte, dessen Bedeutung ich erst zwanzig oder dreißig Jahre später erkannte. Und möglicherweise sehe ich sogar diese Bedeutung nur deshalb, weil ich heute Linien zwischen Ereignissen ziehe, die damals überhaupt keine Verbindung besaßen. Vielleicht entdecke ich eine Ordnung. Vielleicht erfinde ich sie. Beides ist möglich. Sicher ist: Ich hätte meinen eigenen Weg niemals so entwerfen können. Kein vernünftiger Mensch hätte ihn entworfen. Man hätte spätestens nach den ersten drei Kapiteln den Autor gefeuert. „Zu viele Handlungsstränge. Keine klare Dramaturgie. Der Protagonist lernt überhaupt nichts." Und trotzdem ging es weiter.

Vielleicht begann genau dort mein Verständnis von Vertrauen. Nicht darin, dass alles gut ausgehen wird. Daran glaube ich nicht. Menschen werden krank. Beziehungen zerbrechen. Wir verlieren Menschen, die wir lieben. Manchmal treffen wir richtige Entscheidungen und bekommen trotzdem ein schreckliches Ergebnis. Manchmal machen wir etwas ausgesprochen Dummes und kommen erstaunlicherweise unbeschadet davon. Vertrauen bedeutet für mich deshalb nicht, dass irgendein kosmischer Versicherungsvertreter garantiert, dass am Ende alles zu meinem Vorteil geregelt wird. Es bedeutet etwas viel Einfacheres: weiterzugehen, obwohl ich den Weg nicht sehe.

Nicht wissen und trotzdem gehen.

Vielleicht ist das Mut. Ich möchte dir deshalb in diesem Buch nicht erklären, wie du leben solltest. Ich habe genug Schwierigkeiten damit, mein eigenes Leben zu verstehen. Ich möchte dir erzählen, was mir geschehen ist. Das ist alles. Ich werde von einem brennenden Haus erzählen und von einem Vater, den ich liebte und lange nicht verstand. Von einem indischen Mystiker, nach dem ich niemals gesucht hatte und der trotzdem zu einer der wichtigsten Figuren meines Lebens wurde. Ich werde von Meditation erzählen, von einer Erfahrung mit achtundzwanzig, die so vollkommen unerwartet kam, dass ich nicht einmal Begriffe dafür besaß. Von einer Frau, die ich liebte, und von anderen Frauen, bei denen das Ergebnis etwas komplizierter ausfiel.

Ich werde von Lungenembolien erzählen, von einem schwarzen Loch in meinem Bauch, von Narzissmus, jedenfalls von dem, was ich damals darunter verstand, von Schmerz, Unterwerfung, Damenunterwäsche und einem schwarzen Hundehalsband mit silbernen Stacheln. Und irgendwann von einem großen hellblauen Teddybären namens Tim, der aussah wie ein Buddha aus Plüsch und sich als überraschend nützlicher Therapeut erwies. Ich werde über Kreativität schreiben, über Gurus, über einen quietschenden Plastikdildo, der einmal einen Teil meines Verstandes repräsentierte, über Jahre, in denen nichts geschah und gerade dieses Nichts begann, mich verrückt zu machen. Über eine Zeit, in der ich meine Suche aufgab und dabei beinahe auch mich selbst. Und schließlich über einen Tumor, der eines Tages in meinem Gesicht zu wachsen begann und äußerlich alles bedrohlicher machte, während innerlich etwas völlig anderes geschah.

Das alles gehört für mich heute zusammen. Damals tat es das nicht. Und vielleicht ist genau deshalb Erinnerung ein so merkwürdiges Ding. Wir betrachten unser früheres Leben mit Augen, die wir damals noch gar nicht besaßen. Der Mann, der diese Zeilen schreibt, weiß Dinge über den Achtzehnjährigen, die dieser Junge unmöglich wissen konnte. Und der Achtundzwanzigjährige war von Dingen vollkommen überzeugt, über die ich heute lächeln muss. Ich empfinde das nicht als

Problem. Im Gegenteil. Vielleicht wäre es sehr viel beunruhigender, wenn ich nach vierzig Jahren noch immer genau derselbe Mensch wäre und exakt dieselben Antworten hätte.

Ein Teil dieses Buches handelt deshalb von meinen Irrtümern. Von den Dingen, die ich für wahr hielt. Von Projektionen. Von Erwartungen. Und von dem erstaunlichen Talent meines Verstandes, eine Erfahrung in eine Wahrheit zu verwandeln und diese Wahrheit anschließend vor das nächste Erlebnis zu stellen. Über bestimmte Fragen, auch über das, was jenseits unseres gewöhnlichen Lebens liegen mag, möchte ich an dieser Stelle bewusst nichts sagen. Nicht weil diese Fragen für mich unwichtig wären. Ganz im Gegenteil. Aber dieses Buch soll kein Bericht darüber werden. Es soll davon handeln, was mit einem Menschen geschieht, solange er hier ist: wie er liebt, wie er leidet, wie er sich verirrt, wie er sich selbst belügt, wie er manchmal einen kurzen Blick auf etwas wirft, das größer erscheint als die Person, für die er sich hält, und wie er anschließend wieder einkaufen geht und sich darüber aufregt, dass die falsche Sorte Joghurt im Regal steht.

Diese beiden Ebenen gehören für mich zusammen. Ich habe nie verstanden, warum Spiritualität Menschen so häufig feierlich macht. Vielleicht liegt es daran, dass wir uns in diesem Bereich besonders wichtig vorkommen möchten. Wenn man über Bewusstsein, Erleuchtung oder das Universum spricht, scheint ein ernster Gesichtsausdruck irgendwie angemessen. Ich habe inzwischen genug ernst blickende spirituelle Menschen gesehen. Manche sahen aus, als hätten sie seit ihrer letzten Inkarnation unter schwerer Verstopfung gelitten. Das kann nicht das Ziel sein. Mein eigenes Leben war viel zu absurd, um daraus eine heilige Geschichte zu machen.

Und vielleicht ist genau diese Absurdität ein Teil dessen, was ich dir zeigen möchte. Ich war kein besonders konsequenter Suchender. Ich war kein Asket. Ich war kein Mann, der seine weltlichen Ambitionen aufgegeben hatte und anschließend vierzig Jahre schweigend auf einem Berg saß. Ich wollte Erfolg. Ich liebte schöne Frauen. Ich liebte Autos. Ich liebte Kunst. Ich wollte Geld verdienen. Ich war ehrgeizig. Ich war eifersüchtig. Ich war großzügig und egoistisch, mutig und feige, manchmal klar und manchmal so vollkommen blind, dass im Rückblick kaum zu verstehen ist, wie ich morgens überhaupt meine Schuhe finden konnte. Und gleichzeitig war da immer diese andere Bewegung. Nach innen. Manchmal stark, manchmal fast verschwunden.

Dieser Faden. Ich konnte ihn im Malen spüren, lange bevor ich Meditation kannte. Später in der Nähe meines Meisters. Manchmal in der Natur. Manchmal in der Liebe. Gelegentlich sogar mitten in einer Katastrophe. Etwas in mir wusste, dass die sichtbare Oberfläche meines Lebens nicht alles war. Was dieses Etwas ist, möchte ich nicht definieren. Sobald ich es definiere, habe ich wieder eine kleine Schachtel gebaut. Und dieses Buch handelt unter anderem davon, wie viele Jahre ich gebraucht habe, um zu erkennen, dass meine schönsten Schachteln immer noch Schachteln waren.

Mit achtundzwanzig geschah etwas, das alles veränderte. Danach wusste ich, dass bestimmte Türen existierten. Und genau darin lag später möglicherweise das Problem. Denn sobald man einmal eine Tür gesehen hat, beginnt man, nach derselben Tür zu suchen. Man vergisst, dass ein Haus vielleicht tausend andere Eingänge besitzt.

Ich glaubte, auf das Unbekannte zu warten. In Wahrheit wartete ich auf die Wiederholung von etwas, das ich bereits kannte.

Das war eine unangenehme Erkenntnis. Aber eine wichtige. Vielleicht ist das die tiefere Geschichte dieses Buches. Nicht wie ich etwas fand, sondern wie das, was ich fand, später selbst zu einem Hindernis wurde und wie lange es dauerte, bis ich das bemerkte.

An jenem Silvestermorgen 2020 wusste ich davon noch nichts. Ich schrieb einfach, Stunde um Stunde. Irgendwann war draußen vollständiger Tag geworden. Die Sonne stand über den Häusern, der Kaffee war kalt geworden, und ich hatte mehrere Seiten vor mir, die überhaupt nicht so aussahen wie etwas, das ich geplant hätte. Der Schmerz in meinem Herzen war nicht verschwunden. Aber er hatte eine

Richtung bekommen. Vielleicht wollte ich gar kein Buch über Spiritualität schreiben. Vielleicht wollte ich herausfinden, wie ich hierhergekommen war.

Wie aus einem Jungen aus dem Schwarzwald, der Maler werden wollte, ein Mann wurde, der einem indischen Meister folgte, in internationalen Werbeagenturen arbeitete, Firmen gründete, zweimal beinahe an Lungenembolien starb, sich später von einer Domina Aufgaben schicken ließ, mit einer rosa Babyflasche am Computer saß und dabei immer noch vollkommen ernsthaft daran interessiert war herauszufinden, was Meditation eigentlich ist. Das war wenigstens eine Geschichte. Und vor allem war sie meine. Ich musste sie nicht sauberer machen. Ich musste mich darin nicht besser aussehen lassen.

Vielleicht war genau das die Entscheidung, die an diesem Morgen fiel. Nicht die Entscheidung, ein Buch zu schreiben, sondern etwas Einfacheres. Ich würde hinschauen. Auch dort, wo ich mich schämte, wo ich mich lächerlich machte oder wo meine Erinnerung nicht zu dem Mann passte, für den ich mich gern hielt. Und ich würde versuchen, nicht schon vorher zu entscheiden, was ich finden sollte.

Das war meine Entscheidung.

Nicht mutiger zu werden, nicht spiritueller zu werden und nicht besser zu werden. Nur tiefer hinzusehen. Ich kann dir nicht sagen, wohin deine eigene Suche führen wird. Vielleicht solltest du überhaupt nicht suchen. Vielleicht ist gerade deine Suche das Hindernis. Vielleicht wird das Leben dich auf eine Weise überraschen, für die du heute noch keinen Namen besitzt. Ich weiß es nicht, und inzwischen gefällt mir dieser Satz. Früher erschien Nichtwissen wie ein Mangel. Heute fühlt es sich manchmal wie eine offene Tür an. Vielleicht kann etwas wirklich Neues nur dort erscheinen, nicht in dem Raum, in dem ich bereits erklärt habe, was geschehen soll, sondern dort, wo ich für einen Augenblick mit leeren Händen dastehe.

Keine Landkarte, keine Gewissheit, nur diese seltsame Tatsache, dass ich hier bin und dass das Leben noch nicht fertig mit mir ist. „Wisse, dass ich nichts weiß.“ Vielleicht ist das kein besonders beeindruckender Ausgangspunkt. Für meine Geschichte ist es der einzig richtige.

Ah, This!

Von deinen Überzeugungen weiß ich nichts. Vielleicht glaubst du an Gott, vielleicht an die Wissenschaft, vielleicht an beides oder an gar nichts davon. Vielleicht hast du dir im Laufe deines Lebens ein ziemlich stabiles Weltbild gebaut und bist damit zufrieden. Oder du gehörst zu diesen Menschen, die morgens mit einer neuen Frage aufwachen und abends mit drei weiteren ins Bett gehen. Mir scheint inzwischen, dass es gar nicht so wichtig ist. Ich selbst habe jedenfalls genügend Überzeugungen gesammelt und wieder verloren, um vorsichtig damit geworden zu sein. Religion, Philosophie, Psychologie, Meditation, Spiritualität, Wissenschaft, Meister, Lehrer, eigene Erfahrungen. Irgendwann steht man vor einem ziemlich großen Regal voller Erklärungen und merkt, dass das Leben selbst vollkommen unbeeindruckt davon weitergeht.

Wenn ich nachts draußen auf meiner Veranda sitze, wird mir diese ganze Sammlung manchmal ein wenig lächerlich. Über mir liegt der Himmel, meistens klar, manchmal voller Wolken, und dahinter dieses Universum, dessen Größe mein Verstand schon nach wenigen Sekunden nicht mehr wirklich begreifen kann. Gleichzeitig wächst wenige Meter von mir entfernt irgendein kleiner Spross durch einen Riss im Beton meines Parkplatzes. Natürlich kann ich nachlesen, wie Pflanzen wachsen. Photosynthese, Zellteilung, Wassertransport, Gene. Ich kann mir erklären lassen, wie Sterne entstehen, wie weit sie entfernt sind und wie alt ihr Licht ist. Das ist faszinierend und wertvoll. Und trotzdem bleibt etwas übrig. Warum ist überhaupt etwas da? Warum dieses Universum? Warum dieser kleine grüne Spross? Warum sitze ausgerechnet ich hier und sehe ihn? Sobald ich dort ankomme, beginnt mein Verstand gewöhnlich, etwas nervös zu werden. Er möchte eine Antwort. Das ist seine Arbeit.

Vielleicht ist genau deshalb Nichtwissen für uns so schwer auszuhalten. Wir sind mit Erklärungen aufgewachsen. Schon als Kinder fragen wir „Warum?“, und irgendein Erwachsener liefert eine Antwort. Später übernehmen Religion, Schule, Universität, Bücher, YouTube und inzwischen künstliche Intelligenz diesen Dienst. Für beinahe alles existiert innerhalb weniger Sekunden eine Erklärung. Das fühlt sich hervorragend an, bis man eine Frage stellt, für die keine Antwort wirklich reicht. Dann entsteht diese Lücke. Ich kenne sie gut. Früher empfand ich sie beinahe wie ein schwarzes Loch, etwas Unangenehmes, das möglichst schnell gefüllt werden musste. Wenn ich nicht wusste, musste ich wissen. Wenn ich keine Erklärung hatte, musste ich eine finden. Religion eignet sich ausgezeichnet dafür. Wissenschaft ebenfalls, wenn man sie für Dinge benutzt, für die sie gar nicht zuständig ist. Spiritualität kann denselben Job übernehmen. Der Verstand ist nicht besonders wählerisch. Hauptsache, das Loch ist zu.

Vielleicht erklärt das auch, weshalb das Wort „spirituell“ inzwischen eine solche Karriere gemacht hat. Es passt zu fast allem. Yoga ist spirituell. Meditation ist spirituell. Ein Kristall kann spirituell

sein. Eine Reise nach Bali selbstverständlich auch. Man kann spirituelle Beziehungen haben, spirituelle Massagen, spirituelles Business und vermutlich inzwischen sogar einen spirituellen Ernährungsplan für seinen Hund. Ich mache mich darüber lustig, aber ich war Teil derselben Welt und bin es wahrscheinlich noch immer. Nur das Etikett interessiert mich weniger.

Irgendwann hatte ich morgens am Computer nach einer Definition von Spiritualität gesucht. Google lieferte selbstverständlich sofort eine: Verbindung zu etwas Größerem als uns selbst, Sinnsuche, universelle menschliche Erfahrung. Eine vollkommen vernünftige Antwort, und gleichzeitig machte sie mich aggressiv. Nicht weil sie falsch war. Vielleicht war genau das das Problem. Sie war so richtig, so ausgewogen und so brauchbar, dass am Ende nichts mehr darin lebte. Eine Milliarde Vorstellungen über Spiritualität, in einen gigantischen digitalen Mixer geworfen und zu einem geschmacksneutralen Informationsbrei verarbeitet. Danke, Google. Sehr hilfreich. Und trotzdem sitze ich nachts noch immer auf meiner Veranda und habe keine Ahnung, was dieser verdammte kleine Spross hier eigentlich tut.

Das beruhigt mich inzwischen. Früher hätte mich genau das beunruhigt. Vielleicht liegt darin eine Veränderung: Ich muss nicht mehr jede Lücke schließen. Manchmal reicht es mir, sie zu sehen. Wir Menschen reden unglaublich viel über Dinge, die vermutlich größer sind als unsere Fähigkeit, über sie zu reden. Gott. Existenz. Einheit. Bewusstsein. Seele. Karma. Erleuchtung. Wir geben ihnen Namen, entwickeln Systeme und bauen Erklärungen darum herum. Vielleicht ist das unvermeidlich. Sprache funktioniert nun einmal so. Aber ein Name ist noch nicht die Sache. Wenn ich das Wort „Wasser“ hundertmal wiederhole, werde ich davon nicht weniger durstig. Vielleicht geschieht bei Spiritualität manchmal etwas Ähnliches. Wir reden so lange darüber, bis wir vergessen, hinzusehen.

Wenn ich nachts von meiner Veranda aufstehe, meinen Computer ausschalte und für einige Augenblicke nichts tue, gibt es manchmal einen anderen Raum. Ich schließe die Augen, atme ein und aus, höre vielleicht einen Vogel, obwohl es längst dunkel ist. Irgendwo fährt ein Auto vorbei. Ein Hund bellt. Der Wind bewegt die Blätter. Nichts Besonderes, und gerade darin liegt etwas Besonderes. Für einen Moment verschwindet die Notwendigkeit, das alles zu benennen. Vielleicht kennst du diesen Augenblick beim Blick über das Meer, wenn du einen Menschen liebst und für einige Sekunden vergessen hast, wer von euch beiden eigentlich recht hatte, beim Anblick deines Kindes oder mitten in einer Landschaft, in der plötzlich niemand mehr erklären muss, warum sie schön ist.

Für mich fühlt es sich dann an wie eine Verbindung, ein Faden. Nicht sichtbar und nicht besonders spektakulär. Ich könnte ihn nicht fotografieren, nicht beweisen, und ich habe keine Lust, daraus eine Theorie zu machen. Aber ich kenne ihn. Er war in meinem Leben immer wieder da. Manchmal verlor ich ihn jahrelang aus den Augen. Arbeit, Beziehungen, Ehrgeiz, Sorgen, Verletzungen und die beeindruckende Menge an Unsinn, mit der ein menschlicher Verstand sich beschäftigen kann, legten sich darüber. Dann gab es Augenblicke, in denen er wieder auftauchte, nicht als Antwort, eher als Erinnerung daran, dass da etwas ist. Schon dieser Satz ist eigentlich zu viel, denn sobald ich „etwas“ sage, habe ich diesem Unbekannten bereits eine Form gegeben.

Vielleicht war genau das der Grund, weshalb mir irgendwann dieses einfache englische Wort gefiel: „This“. Nicht Gott, nicht Universum, nicht kosmisches Bewusstsein, nicht Quelle und auch kein besonders ehrfurchtgebietender Sanskritbegriff, den ich anschließend meinen Freunden erklären kann. Einfach This. Das hier. Was auch immer das ist. Könntest du zustimmen, es für einen Augenblick so zu nennen? Nicht als neue Definition. Bitte nicht. Wir brauchen keine neue Religion mit einem großen goldenen THIS über dem Eingang. Nur als Platzhalter, als kleines Wort, das offen genug bleibt. Vielleicht ist This einfach der Name für das, was übrig bleibt, wenn ich für einen Augenblick aufhöre, es zu erklären.

Ich kann This manchmal spüren, wenn ich vollkommen in etwas aufgehe. In der Natur, in der Kreativität, in der Liebe, in Meditation und überraschenderweise auch mitten in Krisen, wenn plötzlich alles Unwichtige wegfällt und das Leben für einige Sekunden vollkommen unmittelbar wird. Dann gibt es nichts zu lösen, keine große Philosophie, nur diesen Augenblick. Ah, This. Vielleicht ist das lächerlich einfach. Mir gefällt es gerade deshalb, denn vieles von dem, was ich auf meiner spirituellen Reise kompliziert gemacht habe, war wahrscheinlich nie kompliziert. Mein Verstand machte es kompliziert, weil Komplexität ihm Arbeit gibt: ein Ziel, eine Methode, einen Fortschritt, eine Identität. „Ich bin auf dem Weg." Sehr schön. Wohin?

Jahrzehntelang hätte ich auf diese Frage irgendeine Antwort gehabt. Erwachen. Erleuchtung. Freiheit. Bewusstheit. Selbstverwirklichung. Heute bin ich mit solchen Antworten vorsichtiger. Nicht weil ich glaube, dass diese Worte nichts bedeuten. Einige davon bedeuten mir sehr viel. Aber eine spirituelle Vorstellung kann genauso zu einem Käfig werden wie jede andere, vielleicht sogar leichter, weil der Käfig wunderschön aussieht. Wir dekorieren ihn mit Buddhafiguren und Räucherstäbchen und merken dann gar nicht, dass die Tür offen steht.

Was mich heute stärker interessiert, ist dieses unmittelbare Erleben, bevor mein Verstand daraus eine Geschichte macht. Wenn ich einen Baum sehe, kann ich einen Baum sehen. Wenn ich traurig bin, kann ich traurig sein. Wenn ich Angst habe, kann Angst da sein. Vielleicht muss nicht jede Erfahrung sofort repariert werden, und vielleicht muss ich auch mich selbst nicht ständig reparieren. Das war lange eine ziemlich radikale Vorstellung für mich. Wir leben in einer Kultur der Verbesserung: besserer Körper, besseres Einkommen, bessere Beziehung, besserer Schlaf, besseres Selbst. Selbst die Spiritualität bietet uns häufig eine optimierte Version unserer Person an. Nur noch ein Retreat, noch eine Therapie, noch eine Meditation, noch eine Schicht der Zwiebel entfernen, dann bin ich endlich fertig.

Ich habe irgendwann aufgehört zu glauben, dass ich eine Zwiebel bin. Vielleicht bin ich kein Projekt und muss nicht irgendwann als endgültig korrigierte Version meiner selbst aus diesem Leben hervorgehen. Vielleicht kann ich mich erforschen, ohne mich die ganze Zeit verbessern zu wollen. Das ist etwas anderes. Erforschung braucht Neugier. Verbesserung kennt bereits das gewünschte Ergebnis. Und genau an dieser Stelle erscheint wieder das Thema Mut: nicht der Mut, irgendeine spirituelle Leistung zu vollbringen, sondern der Mut, in mir etwas zu sehen, ohne schon entschieden zu haben, was daraus werden muss. Wenn Schmerz da ist, kann ich ihn ansehen. Wenn Dunkelheit da ist, ebenfalls. Wenn ich mich lächerlich mache, wunderbar. Das sollte später noch häufiger geschehen. Wenn etwas schön ist, muss ich nicht sofort versuchen, es festzuhalten. Vielleicht ist das der Mut, den ich suche: weniger Kontrolle, mehr Offenheit.

Dabei bedeutet Alleinsein für mich nicht, dass ich keine anderen Menschen brauche. Ich habe außergewöhnliche Menschen getroffen: Lehrer, Freunde, Geliebte, Therapeuten, Künstler und einen Meister, der mein Leben tief beeinflusst hat. Ich wäre ohne sie nicht derselbe Mensch. Aber niemand konnte für mich sehen. Ein Meister kann auf etwas zeigen, ein Freund kann mich halten, ein Therapeut eine Frage stellen, ein Mensch, den ich liebe, mir einen Spiegel vorhalten. Doch irgendwann liegt die nächste Bewegung bei mir. Vielleicht war gerade deshalb dieser unsichtbare Faden für mich immer wichtiger als jede Methode. Ich wusste nicht, wohin er führte. Das war vielleicht seine größte Qualität. Er hatte keinen Pfeil mit der Aufschrift: ERLEUCHTUNG, NOCH 3,7 KILOMETER. Er war einfach da, manchmal deutlich, manchmal kaum wahrnehmbar, und ich begann langsam zu vertrauen, dass ich ihm nicht ständig vorauslaufen musste.

Das bedeutet nicht, dass ich glaube, alles im Leben geschehe zur richtigen Zeit oder alles habe einen verborgenen Sinn. Dafür habe ich zu viele Dinge gesehen, die einfach schrecklich waren. Aber in meinem eigenen Leben bemerkte ich immer wieder etwas Merkwürdiges. Manche Erfahrungen kamen, bevor ich sie verstehen konnte. Andere lagen jahrzehntelang herum wie Steine am Wegesrand, bis ich irgendwann zurückkam und plötzlich sah, was darunter verborgen war. Ich musste

nicht jeden Stein heute umdrehen. Vielleicht konnte ich warten. Geduld mit meiner eigenen Blindheit wurde für mich zu etwas Neuem. Nicht jede Dunkelheit muss sofort Licht werden, nicht jede Frage braucht heute eine Antwort und nicht jedes Loch muss gefüllt werden. Vielleicht kann ich eine Weile daneben sitzen und sehen, was geschieht.

Das ist für mich inzwischen ein Teil von Vertrauen. Nicht die Vorstellung, dass This für mich sorgen wird wie ein freundlicher kosmischer Hausmeister, und nicht die Garantie, dass alles gut endet. Sondern das Vertrauen, dass ich nicht jeden nächsten Schritt bereits kennen muss. Ich kann mit dem Leben gehen, ohne seine Choreografie zu besitzen. Weniger wie ein Stein, mehr wie Wasser. Vielleicht erklärt das auch, warum einige der wichtigsten Ereignisse meines Lebens genau dann geschahen, wenn ich nichts geplant hatte. Ich suchte meinen Meister nicht. Ich wusste mit achtundzwanzig nicht, was ein Satori war. Ich hatte keine Vorstellung davon, welche Türen bestimmte Krisen Jahrzehnte später öffnen würden. Wenn ich vorher gewusst hätte, wonach ich suchen sollte, hätte ich vermutlich genau das gesucht und vielleicht gerade deshalb etwas anderes nicht gesehen.

Das Unbekannte besitzt ein grundsätzliches Problem: Sobald ich weiß, wie es aussehen muss, ist es nicht mehr unbekannt. Dieser Gedanke wurde für mich später entscheidend. Damals war er nur ein Gefühl, ein Faden ins Nirgendwo. Und vielleicht ist „Nirgendwo“ gar kein schlechter Ort. Dort muss ich nicht wissen. Dort kann etwas auftauchen, das meine bisherigen Vorstellungen nicht erfüllt. Dort kann das Leben mich überraschen. Vielleicht ist genau das der Raum, den ich mit This meine: nicht etwas Fernes, nicht etwas, das man erreichen muss, nicht der Gipfel eines Berges, sondern dieses. Der Atem, der Baum, der Mensch vor mir, die Angst, die Stille, das Chaos, der Augenblick, bevor ich ihn benenne.

Ah, This.

Und wenn ich wissen möchte, wann ich diesen Faden zum ersten Mal wirklich gespürt habe, muss ich weit zurückgehen. Ich war siebzehn. Es war mitten in einer eisigen Februarnacht, und das Dach unseres Hauses stand in Flammen.

DAS DACH BRENNT

Das Leben ist eine Folge natürlicher und
spontaner Veränderungen.
Widersetze dich ihnen nicht, das erzeugt nur Leid.
Lass die Wirklichkeit Wirklichkeit sein.
Lass die Dinge auf natürliche Weise vorwärtsfließen,
wie immer sie wollen.
Lao-Tse

Als ich die Schule beinahe beendet hatte, plante ich, eine Kunstakademie zu besuchen. Ich liebte die Kunst und verbrachte meine gesamte Freizeit mit Malerei, Bildhauerei und Fotografie. Ich liebte all diese Kunstformen und konnte mich doch nicht entscheiden. Eine Mappe für die Bewerbung an einer dieser berühmten Akademien vorzubereiten war ernsthafte Arbeit. Doch ich war fasziniert und dem schöpferischen Prozess vollkommen hingegeben. Stolz darauf, das Leben eines Künstlers zu führen. Oft träumte ich davon, eines Tages bei meiner ersten Vernissage als gefeierter Maler dazustehen. Ich war sicher, dass ich von meinen Talenten leben könnte, wenn ich ihnen nur konsequent folgte.

Ich war zu einem großen jungen Mann herangewachsen. Noch immer lebte ich bei meiner Familie und war gerade siebzehn geworden. Wir lebten alle gemeinsam in einer zweigeschossigen Wohnung in einer wunderschönen Jugendstilvilla. Meine Mutter, meine beiden Geschwister, ein jüngerer Bruder und eine jüngere Schwester, und ich. Meine Eltern hatten einige Jahre zuvor eine schwierige Scheidung durchgemacht. Die beiden Zimmer meines Bruders und mir befanden sich im Dachgeschoss dieses hundert Jahre alten Hauses. Dort war mein „Atelier“, in dem ich Tag für Tag malte. Meine Mutter und meine Schwester wohnten eine Etage tiefer im größeren Teil der Wohnung. Meine Mutter hatte diesen Ort nach der Trennung von meinem Vater für uns gefunden. Wir alle liebten dieses Zuhause, denn es war warm und behaglich. Meine Mutter war sehr stolz darauf, ihre vielen Dekorationen ständig weiterzuentwickeln. Sie wurde nie müde, in ihrem schönen Rosengarten zu arbeiten. Nach der Kälte der Scheidung hatten wir endlich unseren Platz gefunden.

In jenen Tagen gab es nicht nur Licht. Damals begann ich, einen tiefen Schmerz zu empfinden, eine Wunde, die mit dem, was in meinem Leben geschah, nicht zusammenzupassen schien. In meiner Kindheit hatte ich nie etwas Derartiges gefühlt. Oder zumindest erinnere ich mich nicht daran. Dieses neue schwarze Loch in mir schien zu wachsen oder mit der Zeit in seiner Gegenwart stärker zu werden. Es belastete mich sehr, denn es begann, meine Freundschaften mit Gleichaltrigen zu beeinträchtigen. In diesem Alter hatte ich oft das Gefühl, als „der leidende Typ“ beurteilt zu werden. Häufig war ich ohne jeden Grund von anderen Menschen enttäuscht.

Offenbar war ich in eine Art „Vincent-van-Gogh-Modus“ geraten, den ich mir überhaupt nicht erklären konnte. Doch eines wusste ich sicher: Manchmal tat es höllisch weh. Dieses Gefühl verwirrte mich. Plötzlich gab es eine neue, unerwünschte Dynamik in meinem Leben, als würde ich von unsichtbaren dunkleren Kräften ferngesteuert.

Was war mit mir los?

In einer kalten Februarnacht wachte ich von den panischen Schreien meiner Mutter auf, die aus dem Stockwerk unter mir kamen. Es muss ungefähr zwei Uhr morgens gewesen sein. Als ich die Tür meines Zimmers öffnete, verstand ich, was sie schrie: „Feuer! Feuer! Lauft, Kinder! Feuer!“ An dem blanken Entsetzen in ihrer Stimme erkannte ich, wie dringend die Lage war. Ich sprang in eine Jeans und zerrte meinen jüngeren Bruder aus dem Bett. Wir beide rannten die Treppe hinunter. Als wir an der Wohnung im Erdgeschoss vorbeikamen, schlugen die Flammen bereits durch deren Eingangstür. Wir vier schafften es ins Freie. Die ganze Gruppe, wir vier und unsere Nachbarn aus dem Erdgeschoss, stand im verschneiten Garten. Es war Februar, zehn Grad unter null. Mein Bruder und ich standen barfuß da. Keine Minute später explodierte das lackierte Treppenhaus in einer Flammensäule und setzte das gesamte Dachgeschoss augenblicklich in Brand. „Knapp entkommen!“, war alles, was ich denken konnte.

Nachbarn in den umliegenden Häusern waren durch die schaurigen Geräusche der berstenden hölzernen Dachkonstruktion aufgewacht. Ein befreundetes älteres Ehepaar, beide pensionierte Journalisten, das gegenüber wohnte, zog uns in seine Wohnung. Nun waren wir im Warmen. In eine Decke gehüllt stand ich mit meiner Familie an ihrem Küchenfenster und sah zu, wie sich das ganze Drama vor mir entfaltete. Feuerwehren kamen nun von überall, Polizeiautos, Nachbarn in Aufruhr, genau wie im Film. Ich stand dort und sah, wie das gesamte Dachgeschoss von diesem Inferno verschlungen wurde. Und so begriff ich, dass meine gesamten kreativen Arbeiten verloren waren, Jahre der Arbeit und Vorbereitung. Vor meinen eigenen Augen in Flammen und Rauch aufgegangen.

Ich wusste überhaupt nicht, was ich davon halten sollte.

Meine Mutter, mein Bruder und meine Schwester standen neben mir. Bis ins Mark erschüttert, schluchzend und Dinge murmelnd wie: „Alles ist weg. Alles ist weg!“ In diesem Moment bemerkte ich, dass ich andere Gefühle gegenüber dem hatte, was sich auf der anderen Straßenseite abspielte. Ich war nicht schockiert. Ich hatte keine Tränen. Das einzige Gefühl, das mit Macht aufstieg, war eine intensive Erregung, begleitet von dem Gedanken: „Etwas Neues ist angekommen.“ Woher dieses unpassende Gefühl kam, war mir völlig unbegreiflich. Ich stand die ganze Nacht dort, hörte das Drama in der Küche, doch in mir geschah etwas anderes. Das Neue, das ich in jener Nacht zum ersten Mal gespürt hatte, wurde für mich Wirklichkeit. Ich verließ meine Familie, weil meine Mutter sich gezwungen sah, mich zu bitten, von nun an für mich selbst zu sorgen. Ich nahm diese Vorstellung sofort an und lebte von diesem Tag an woanders. Endlich war ich unabhängig. Kurz darauf begegnete ich meinem Meister und begann den Weg der Meditation. Das Leben war frisch und aufregend für mich. Ich verliebte mich in ein wunderschönes Mädchen. Insgesamt bedauerte ich die materiellen Verluste, den Verlust meiner Werke, kaum. Im Gegenteil, ich hatte das Gefühl, viel gewonnen zu haben.

So seltsam es klingt: Damals empfand ich es tatsächlich wie ein Geschenk.

In jener Nacht spürte ich zum ersten Mal diesen unsichtbaren Faden, eine Verbindung zum Leben, zu allem, was mich umgab. Es war ein Vertrauen, beinahe als würde für mich gesorgt. Ich kannte diesen Raum damals noch nicht bewusst. Später begegnete er mir immer wieder, besonders in Momenten, in denen ich mich entspannte und für eine Weile aufhörte, alles kontrollieren zu wollen. Dann fühlte ich mich weniger getrennt und eher als Teil von etwas Größerem, ohne dass ich hätte sagen können, was dieses Größere war. Dieser unsichtbare Faden, diese Verbindung mit dem, was ist, war etwas, das ich in jener Nacht zum ersten Mal bewusst wahrnahm. Seitdem tauchte er immer wieder auf, und ebenso