

Die lebendige Gegenwart

„Berühren und schmecken wir wirklich das Leben, sehen und spüren wir das Außergewöhnliche, insbesondere im Gewöhnlichen?“ (Elisabeth Kübler-Ross)

Als ich von meiner Reise zu den traditionellen Völkern Indonesiens und Nepals nach Nordamerika zurückkehrte, waren es bald viele Aspekte meiner eigenen Kultur, die mich verwunderten und irritierten. Annahmen, die ich zuvor als gesichert betrachtet oder seit Kindheitstagen als eindeutige und unerschütterliche Wahrheiten akzeptiert hatte, schienen nun kaum noch Sinn zu ergeben – beispielsweise der Glaube an eine unabhängige ‚Vergangenheit‘ und ‚Zukunft‘. Wo waren denn die unsichtbaren Bereiche, die soviel Macht über das Leben meiner Familie und Freunde hatten? Jeder, den ich kannte, schien so beschäftigt damit, über die Vergangenheit nachzusinnen und sie festzuhalten – wie besessen wurden überall Ereignisse auf Foto oder Video gebannt – oder besorgt an die Zukunft zu denken – ständig bezahlten sie Versicherungsbeiträge für Häuser, Autos oder sogar den eigenen Körper. Als frisch Zurückgekehrter schien mir, dass all diese Beschäftigung mit Vergangenenem und Zukünftigem meine Mitmenschen seltsam unbewusst für die Ereignisse werden ließen, die sich vor ihren Augen in der Gegenwart entfalteten. Sie schienen kein Bewusstsein für die Dinge zu haben, für die ich mich bei meiner Feldforschung hatte sensibilisieren müssen, um mit indigenen Magiern zu kommunizieren: das Leben anderer Tiere, die winzigen Gesten der Insekten und Pflanzen, die Sprache der Vögel, die Geschmacksnoten des Windes, den Fluss der Geräusche und Gerüche.

Doch meine Familie und meine alten Freunde schienen blind für die sinnlich wahrnehmbare Gegenwart der Welt zu sein. Die Gegenwart schien ihnen nicht mehr als ein Punkt oder ein verschwindend kleiner Augenblick, der die Vergangenheit von der

Zukunft trennt. Und je mehr ich mit meinen Angehörigen und Freunden ins Gespräch kam, desto leichter fühlte auch ich mich abgeschnitten, als ob mein Bewusstsein durch eine spiegelnde Glasscheibe von der belebten Landschaft abgeschirmt wäre.

Damals entwickelte ich eine hilfreiche Übung, um nicht vollends von der linear-chronologischen Gegenwartsvergessenheit der Zivilisation mitgerissen zu werden. Wenn Sie sich das nächste Mal in der Natur befinden, können sie es gerne selbst ausprobieren. Ich begeben mich dazu in relativ freies Gelände, besonders geeignet sind ein flacher Hügel oder eine offene Wiese. Ich entspanne mich, atme ein paar Mal tief durch und lasse meinen Blick schweifen. Dann schließe ich die Augen und lasse in meinem Geist meine ganze Vergangenheit an mir vorbeiziehen – die Summe aller Ereignisse, die zum gegenwärtigen Augenblick führten. Und ich rufe mir auch meine ganze Zukunft ins Bewusstsein – all die Projekte und Möglichkeiten, die noch



darauf warten, verwirklicht zu werden. Ich stelle mir diese Vergangenheit und Zukunft als zwei große Ballons vor, die wie die Gläser einer Sanduhr getrennt und doch verbunden sind durch ebendieses Augenblick, in dem ich über sie nachsinne. Und dann erlaube ich diesen beiden immensen Zeitblasen, ihren gesamten Inhalt ganz langsam in jenen winzigkleinen Augenblick zwischen ihnen – die Gegenwart – einfließen zu lassen. Langsam und zunächst kaum merklich wird der gegenwärtige Moment größer und größer. Genährt von dem, was Vergangenheit und Zukunft entströmt, wächst er in dem Maß, in dem die beiden anderen Dimensionen schrumpfen. Bald schon ist er groß, während Vergangenheit und Zukunft sich vollständig auflösen. Und ich öffne meine Augen.

Ich finde mich inmitten einer Unendlichkeit, inmitten einer weitläufigen und unerschöpflichen Gegenwart stehend wieder. Die ganze Welt ruht in sich selbst – die Bäume am Feldrand, das Zirpen der Grillen im Gras, die Cirrocumuluswolken, die sich wie Wellen über dem Himmel kräuseln, von Horizont zu Horizont. In der Entfernung erkenne ich den gewundenen Feldweg, daneben mein rostiges Auto – auch sie scheinen ihren Platz zu haben in diesem Moment des offenen Blicks, in dieser unendlichen Gegenwart. Und die Gerüche: Ein Hauch von Wald, Heidekraut und dem Erdreich unter mir erfüllt die Luft – so viele Botschaften vermengen sich zwischen den verschiedenen Elementen der Landschaft, die mich umfängt. Selbst der schroff gezackte Stumpf einer verwitterten Eiche, der einsam auf der Wiese steht, wirkt nicht tot in dieser Ewigkeit. Um die Eiche scharft sich bewundernd eine Gruppe niedriger Büsche, daneben ruht ein großer Findling, der mit dem alten Baum Zwiesprache über die Schatten und das Sonnenlicht hält.

Als ich nähertrete, erkenne ich, dass die bröckelnde Borke entlang dem Baumstumpf von zwei Ameisenstraßen gekreuzt wird, eine führt nach oben, eine nach unten ins Erdreich. Von Nahem erkenne ich auch, dass die Schatten auf dem Felsen in Wirklichkeit keine Schatten sind. Es sind Flecken von Flechten unterschiedlicher Textur und Tönung, die sich von mehreren Stellen auf der Felsoberfläche ausbreiten – mattes Schwarz, gekräuseltes Grau und pudrig sattes Rot -, ganz so, als ob der Fels durch sie seine Gemütsverfassung zum Ausdruck brächte. Ich kratze mich am Bein. Wie merkwürdig: Die Lebendigkeit schwindet nicht aus dieser Welt. Ich stampfe auf, drehe mich im Kreis, ja, mache sogar einen Kopfstand. Die offene Gegenwart will nicht weichen. Einige nachtschwarze Krähen schießen aus dem Wald hervor und jagen sich in plötzlichen Sturz- und Sinkflugmanövern. Eine Krähe landet auf dem morschen Stumpf. „Kraah!...Krah! Krah!“ Dann gleitet sie direkt vor mir auf den Boden – „Krah!“ – und sieht mich von der Seite mit einem violetten Auge an. Die Lider blinzeln ein paar Mal geschwind wie die Verschlusskappe einer Kamera. Sie hüpfert um mich herum, dann öffnet sich der große Schnabel: „Kraaah!“ Ich versuche zu antworten – „Kra!“ – und der Vogel tritt näher. Die Krähe hüpfert nicht, bemerke ich, sie läuft unbeholfen über den

Boden. Ich kann die winzigen Federn sehen, die ihre Nasenlöcher auf dem Schnabel bedecken, während ein Windstoß sie vom Boden pflückt, und ich fühle, wie ich selbst durch die wirbelnde Brise auf den Waldrand zuschieße.

In dieser Welt ohne „Vergangenheit“ und „Zukunft“ gelten andere Gesetze, mein Körper bebt in diesem Raum wie der eines Tieres. Ich weiß wohl, dass ich bald – in einer Zeit außerhalb dieser Zeit – nach Hause zu meinen Büchern zurückkehren muss. Doch auch hier bin ich zu Hause. Denn mein Körper und mein Geist sind in dieser offenen Gegenwart beheimatet. Diese Ewigkeit ist keine Illusion oder Halluzination – etwas an dieser Erfahrung ist zu dauerhaft, zu beständig, zu unerschütterlich, als dass sie bloß ein Trugbild sein könnte.

Auszug aus „Im Bann der sinnlichen Natur“, David Abram, Quelle: thinkOya-Verlag 2012, www.think-oya.de, Foto Adler: Klaus Wagner



„Nichts ist verkehrt – außer der Vorstellung, die Dinge müssten anders sein als sie sind.“

S A M A R P A N

Satsang in München 6. - 12.11.2012

Haus International (Plenarsaal)
 Elisabethstr. 87, Eingang Kathi-Kobus-Str.
 Information: Mallika (089) 30 66 80 11

Täglich 19:30 Uhr, Einlass ab 18:30 Uhr
 Empfohlener Beitrag 15 €
 Keine Anmeldung erforderlich www.samarpan.de

Herbst-Stille-Retreat 19. - 26.10.2012
 Bad Zwesten (Nähe Kassel)

Weihnachts-Stille-Retreat 22. - 28.12.2012
Neujahrs-Stille-Retreat 28.12.2012 - 3.1.2013
 Hof Oberlethe (Nähe Oldenburg)

Buchung und Information: 0700-73873287