



Offenhalten

*Der Tag der Vermählung rückte näher, und die junge Braut wurde zusehends unruhiger.
"Du musst mal raus an die frische Luft, damit du auf andere Gedanken kommst.
Lass uns einen Abendsparzierung am Strand machen. Der wird dir bestimmt gut tun!",
forderte ihre Mutter sie auf.*

*Schweigend gingen die beiden Frauen nebeneinander her, und als sie zum Strand kamen,
blieben sie stehen und schauten der Sonne zu,
die inmitten eines grandiosen Wolkenpanoramas im Meer versank.*

*"Magst du mir nicht sagen, was dich bedrückt?", fragte leise die Mutter.
Noch zögernd und nach Worten suchend murmelte die Tochter:
"Ich habe plötzlich Angst vor der Zukunft. Wird unsere Liebe für ein ganzes Leben ausreichen?
Muss ich nicht noch mehr lieben, um alle Sorgen und Konflikte an der Seite
meines Mannes bestehen zu können? Papa und du, ihr seid doch glücklich miteinander, und ihr
habt es ja auch nicht leicht gehabt. Wie kann ich die Liebe in meiner Ehe so viele Jahre
lang bewahren? Wie habt ihr beide das gemacht?"*

*Statt eine Antwort zu geben, bückte sich die Mutter und nahm Sand in beide Hände.
Die rechte Hand umschloss den Sand ganz fest, und er begann,
aus ihrer geschlossenen Faust zu rieseln. Je mehr sie zudrückte, desto stärker
entwich der Sand seiner Umklammerung.
Dann öffnete sie die Hand, in der nur noch wenige Sandkörner lagen, und auf ihrer Haut
zeigten sich die Abdrücke des Sandes wie Hunderte kleiner Narben.*

*Die andere Hand aber hatte sie gehalten wie eine Schale.
Und auch als sie diese Hand hin und her, auf und nieder bewegte,
ruhte leuchtend und golden der Sand in ihrer offenen Hand.*

Lächelnd sahen die beiden Frauen sich an und gingen Arm in Arm nach Hause.

(Aus dem Buch „Oasen für die Seele“ von Norbert Lechleitner)



Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig

1. Szene

*Ich gehe die Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich falle hinein.
Ich bin verloren... Ich bin ohne Hoffnung.
Es ist nicht meine Schuld.
Es dauert endlos wieder herauszukommen.*

2. Szene

*Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich tue so, als sähe ich es nicht.
Ich falle wieder hinein.
Ich kann nicht glauben, schon wieder am gleichen Ort zu sein.
Aber es ist nicht meine Schuld.
Immer noch dauert es lange herauszukommen.*

3. Szene

*Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich sehe es.
Ich falle immer noch hinein... aus Gewohnheit.
Meine Augen sind offen.
Ich weiß, wo ich bin.
Es ist meine eigene Schuld.
Ich komme sofort heraus.*

4. Szene

*Ich gehe dieselbe Straße entlang.
Da ist ein tiefes Loch im Gehsteig.
Ich gehe darum herum.*

5. Szene

Ich gehe eine andere Straße entlang.

(Nossrat Peseschkian)



Die Schwierigkeit, es allen Recht zu machen

Ein Vater zog mit seinem Sohn und einem Esel in der Mittagsglut durch die staubigen Gassen von Keshan. Der Vater saß auf dem Esel, den der Junge führte. "Der arme Junge", sagte da ein Vorübergehender. "Seine kurzen Beinchen versuchen mit dem Tempo des Esels Schritt zu halten.

Wie kann man so faul auf dem Esel herumsitzen, wenn man sieht, dass das kleine Kind sich müde läuft." Der Vater nahm sich dies zu Herzen, stieg hinter der nächsten Ecke ab und ließ den Jungen aufsitzen.

Gar nicht lange dauerte es, da erhob schon wieder ein Vorübergehender seine Stimme: "So eine Unverschämtheit. Sitzt doch der kleine Bengel wie ein Sultan auf dem Esel, während sein armer, alter Vater nebenherläuft." Dies schmerzte den Jungen und er bat den Vater, sich hinter ihn auf den Esel zu setzen.

"Hat man so etwas schon gesehen?" keifte eine schleierverhangene Frau, "solche Tierquälerei! Dem armen Esel hängt der Rücken durch, und der alter und der junge Nichtsnutz ruhen sich auf ihm aus, als wäre er ein Sofa, die arme Kreatur!" Die Gescholteten schauten sich an und stiegen beide, ohne ein Wort zu sagen, vom Esel herunter.

Kaum waren sie wenige Schritte neben dem Tier hergegangen, machte sich ein Fremder über sie lustig: "So dumm möchte ich nicht sein. Wozu führt ihr den Esel spazieren, wenn er nichts leistet, euch keinen Nutzen bringt und noch nicht einmal einen von euch trägt?"

Der Vater schob dem Esel eine Handvoll Stroh ins Maul und legte seine Hand auf die Schulter seines Sohnes. "Gleichgültig, was wir machen", sagte er, "es findet sich doch jemand, der damit nicht einverstanden ist. Ich glaube, wir müssen selbst wissen, was wir für richtig halten."



50 Jahre Höflichkeit

*Ein älteres Ehepaar feierte nach langen Ehejahren
das Fest der Goldenen Hochzeit.
Beim gemeinsamen Frühstück dachte die Frau:*

*„Seit 50 Jahren habe ich immer auf meinen Mann Rücksicht genommen
und ihm immer das knusprige Oberteil des Brötchens gegeben.
Heute will ich mir endlich diese Delikatesse gönnen.“*

*Sie schmierte sich also das Oberteil des Brötchens
und gab das andere Teil ihrem Mann.*

*Entgegen ihrer Erwartung war dieser hocheifrig,
küsste ihre Hand und sagte:*

*„Mein Liebling, du bereitest mir die größte Freude des Tages.
Über 50 Jahre habe ich das Brötchen-Unterteil nicht mehr gegessen,
das ich vom Brötchen am allerliebsten mag.
Ich dachte mir immer,
du solltest es haben, weil es dir so gut schmeckt.“*



Geschichte zur Meditation

Ein Schüler kam zu seinem Meditationslehrer und sagte:

*" Ich bin in deinen Kurs gekommen, um endlich Ruhe zu finden.
Jetzt meditiere ich schon seit drei Tagen und es ist immer noch nichts passiert. "*

" Und? ", fragte der Lehrer zurück.

" Was muss ich tun, damit endlich etwas passiert?"

" Nichts ", antwortete der Lehrer.

" Aber, das tue ich doch die ganze Zeit. Ich sitze nur da und meditiere. "

*" Eigentlich nicht. Eher lauerst du die ganze Zeit auf die große Veränderung,
eher strengst du dich an, als das du einfach achtsam da bist. "*

" Und wenn ich mich bemühe, meine Erwartungen fallen zu lassen? "

" Auch das ist nicht die gewünschte Veränderung, denn auch da bemüht du dich. "

" Was kann ich also tun? " fragte schließlich der Schüler.

" Nichts. Warte darauf, bis deine Seele von sich aus etwas anderes tut. "



Vorankommen

*Immer wieder ermahnte der Meister seine Schüler,
dass es nicht nur notwendig sei, etwas zu tun,
sondern man müsse auch hoffen können.*

*Einem Schüler wollte diese Weisung nicht einleuchten,
und er bat um eine Erklärung.*

*Der Meister ging mit dem Schüler an den See,
und sie bestiegen ein Boot.
Mit einem Ruder stieß der Meister das Boot vom Ufer ab,
und als sie ein Stück weit hinausgetrieben waren,
legte der Meister nur dieses eine Ruder ein
und begann damit zu rudern.
Das Boot fuhr immer nur im Kreis herum.*

*„Aber was soll denn das?“, rief der Schüler.
„Um voranzukommen, musst du doch beide Ruder einsetzen!“*

*„Ganz richtig“, nickte der Meister.
„Das eine Ruder heißt 'arbeiten',
das andere Ruder heißt 'hoffen'.
Nur wer Tun und Sehnsucht miteinander verbindet,
kommt wirklich weiter.“*

(Aus dem Buch „Oasen für die Seele“ von Norbert Lechleitner)



Max Frisch über die Liebe

*Es ist bemerkenswert, dass wie gerade von dem Menschen,
den wir lieben, am mindesten aussagen können, wie er sei.*

*Wir lieben ihn einfach, eben darin besteht
ja die Liebe, das Wunderbare an der Liebe,
dass sie uns in der Schweben des Lebendigen hält,
in der Bereitschaft, einem Menschen zu folgen
in allen seinen möglichen Entfaltungen.*

*Wir wissen, dass jeder Mensch, wenn man ihn liebt,
sich wie verwandelt fühlt, wie entfaltet,
und dass auch dem Liebenden sich alles entfaltet, das Nächste,
das lang Bekannte. Vieles sieht er wie zum ersten Male.
Die Liebe befreit aus jeglichem Bildnis...*

*Unsere Meinung, dass wir das andere kennen,
ist das Ende der Liebe...
Wir kündigen ihm die Bereitschaft,
auf weitere Verwandlungen einzugehen.
Wir verweigern ihm den Anspruch alles Lebendigen,
das unfassbar bleibt, und zugleich sind wir verwundert und enttäuscht,
dass unser Verhältnis nicht mehr lebendig ist.*

*"Du bist nicht", sagt der Enttäuschte oder die Enttäuschte,
"wofür ich dich gehalten habe."...*

Man macht sich ein Bildnis, das ist das Lieblose, der Verrat.

(Aus dem Tagebuch 1946-1949 von Max Frisch)