

Zur "Mystischen Schau" - oder so ...

[Dieser Abschnitt [...] nun stammt bereits aus der Zeit um die Jahreswende 2012/13, nur ein wenig erweitert wurde er noch einige weitere Monate hindurch; ab Juni 2013 wurde jede Erweiterung in eckige Klammern gesetzt]

Mein Verständnis von Meditation hat sich gewandelt in den letzten Monaten. War es zunächst kaum mehr als eine Entspannungstechnik mit Elementen der Visualisierung, ist es inzwischen – oder: momentan, im weiteren Sinne – eine strenge Übung der Achtsamkeit: Ich beobachte alle eingehenden Sinneswahrnehmungen, Emotionen und Gedankenketten - ohne an ihnen haften zu bleiben. Dass dieses Loslassen der schwierigste Aspekt der Achtsamkeit ist, welcher sie ja auch gerade von der Konzentration unterscheidet, dürfte jedem klar sein, der sich an "ernsthafte" Meditation versucht. Körperstellung betrachte ich derzeit als eher nebensächlich, obwohl mir durchaus bewusst ist, dass gerade diese helfen kann, das Gleichgewicht zwischen Konzentration und Entspannung zu bewahren, aus dem echte Achtsamkeit erst hervorgeht. Dennoch beschränke ich mich auf eine ruhige Haltung und zwingen mich nicht in schmerzhaft Positionen wie den Lotossitz - auch wenn ich letzteren durchaus gelegentlich übe. Für den Anfang aber bin ich zufrieden damit, wenigstens den Unterschied zwischen Meditation und Kontemplation begriffen zu haben. Was unter dem Strich bei den bisherigen Versuchen an "Zählbarem" herausgekommen ist, lässt sich grob in zwei Gruppen teilen: Die erste will ich Geistesblitze nennen, die zweite "benigne Halluzinationen". Freilich regen beide Erlebnisarten zu weiterem Nachdenken an. Die Geistesblitze lassen sich in der Regel recht konkret in Worte fassen, weil sie sich in sprachlich vorgeprägten Begriffen bewegen, und finden

so rasch Eingang in meine Notizen an philosophischen Thesen - wobei allerdings besonders das Reflektieren des initialen Geistesblitzes erst die wirklich essentiellen Thesen zutage fördert. Die benignen Halluzinationen (bisher waren es ihrer drei an der Zahl, die besonders herausstechen) hingegen entziehen sich einer schnellen konkreten Formulierung. Von Wert ist hierbei auch weniger die intuitive Erkenntnis irgendeines Sachverhalts (der ohnehin jede Wissenschaftlichkeit abgeht), als vielmehr die überwältigende Klarheit einer "Realität hinter der Wirklichkeit", die ich freilich längst naiv – schon wie sie jeder Mensch naiv als Konzept der schlichten Realität hat – aber inzwischen auch theoretisch erahne und im Moment der mutmaßlichen "mystischen Schau" intuitiv erfasse, woraus sich eine Gewissheit ergibt, die letztenendes wohl nur religiös erklärbar sein kann. Auch wenn ich nicht vorhabe aufzugeben, derartige Einsichten eines Tages wissenschaftlich befriedigend erläutern zu können.

Die drei bisherigen benignen Halluzinationen dieser Art seien an dieser Stelle in wenigen Worten umrissen - so unadäquat Sprache auch ist, um derlei Erlebnisse zu beschreiben (speziell im Geiste Wittgensteins muss ich freilich selbst lächeln ob dieses naiven Strohhalmklammers ...):

[Wobei auch „Halluzination“ irgendwie nicht wirklich der richtige Terminus sein kann, impliziert eine „Wahnvorstellung“ schließlich eigentlich immer eine ganz konkrete „Person“, die sie jeweils „hat“/„erlebt“ - bei den hier beschriebenen Erlebnissen jedoch mag zwar noch irgendeine Art von „Subjekt“ als Wahrnehmendes vorhanden gewesen sein, allerdings keineswegs als Person im klassischen Sinne einer bewussten, menschlichen Wahrnehmung durch die Perspektive eines Körpers mit seinen Sinnesorganen (wozu mittelbar freilich auch

die „nur“ imaginierten Äquivalente zu zählen sind, also „inneres Auge, Ohr“ etc.) Eher sind die im Folgenden versuchsweise in Worte gegossenen Begebenheiten vergleichbar mit Erinnerungsfetzen aus dem impliziten, prozeduralen Gedächtnis, also wie wiedererlangte, einst dissoziierte Erinnerungen, die bisher niemals ins episodische, „normale“ Gedächtnis waren integriert worden.]

1. Die Einheit mit der materiellen Umgebung (nicht direkt mit dem ganzen Universum also) im Sinne des unmittelbaren Verbundenseins (wie eine Teilmenge Wasser eines Flusses stets mit dem umgebenden Wasser „fließend“ eins ist) [„ozeanisches Gefühl“ soll so was wohl auch genannt werden]

2. Die Relativität der Zeit im Universum (wie also der Gang der Welt so unendlich langsam erscheint im Vergleich zu einer Perspektive weit „über uns“) und die Illusion der Zeit jenseits des empirischen Universums (wie also unsere menschliche Perspektive uns begrenzt, indem sie uns die Welt nur zeitlich geordnet betrachten lässt - obwohl sie „an sich“ ein ewiges, homogenes Nichts ist, das sich erst in der Betrachtung durch ein Subjekt ausdifferenziert); das Pulsieren des Kosmos, als sei er ein Herz, das schlägt, eine Lunge, die atmet

3. Das Erstarren des reinen Seins parallel zum stetigen Wandel alles Seienden (also das überall und immer gleich bleibende, notwendige Gesetz des Universums, das jeden Punkt der Raumzeit trägt oder begleitet - das also jeden Punkt der Raumzeit um all das ergänzt, was gerade nicht in ihm enthalten scheint); sinnlich manifestiert erscheint dieser (scheinbar) „passive“ Hintergrund allen Seins am ehesten noch

als subtiler, homogener Klang, wie das Brummen eines arbeitenden Prozessors oder als das „Ächzen der Welt“ unter dem ständigen Werden, dem sie hoffnungslos unterworfen ist

Diese drei Erlebnisse haben mich tief geprägt, mich zum ein oder anderen Umdenken gebracht - erkenntnistheoretisch, kosmologisch und ethisch. Besonders das zweite „Erwachen“ hat mich überwältigt, weil es extrem spontan auftrat, als ich gerade mit einem Bus des öffentlichen Nahverkehrs auf dem Nachhauseweg war und lediglich „sanft“ vor mich hin meditiert habe, wie ich so dasaß und aus dem Fenster in die verregnete Nacht geblickt habe.

Dem dritten Erlebnis ging ein mehrere Stunden dauerndes und dabei viel Schweiß forderndes Meditieren unmittelbar voraus, als „plötzlich mit einem Mal alles offenbar schien“, in schönem Schein verkündet ...

Während ich diese Zeilen schreibe, kommt mir spontan etwas in den Sinn, das sich vor etwa acht Jahren zugetragen hat: Ich sah im Fernsehen den Film Stigmata (im Grunde kein besonders beeindruckendes Werk der Filmkunst, eher eine typisch triviale, möchtegern-tiefsinnige Geschichte über eine Atheistin, die wie aus heiterem Himmel die Wundmale Christi erleidet; diese Trivialität tut aber natürlich der Assoziationserweckungsfähigkeit keinen Abbruch) - und als ich in einer Werbepause auf dem Balkon eine Zigarette rauchte, überkam mich plötzlich eine scheinbar intuitive Erkenntnis der Ewigkeit allen Geschehens; allem Wandel und aller Vergänglichkeit der Dinge und Gedanken zum Trotz. Und es trieb mich dazu, diese vermeintliche Erkenntnis aufzuschreiben - heraus kamen etwa zwei Din A4-Seiten

handschriftliche Aufzeichnungen, in denen ich - unterm Strich - soviel sagte, wie: Alles was vergeht bleibt auf immer und ewig dahingehend weiter existent, dass es als etwas vergangenes fortbesteht - beispielsweise in der Erinnerung an den früheren Zustand. Und selbst eine vergessene Erinnerung bleibt "real" - eben als vergessene Erinnerung. Und etwas, dessen kein menschliches Bewusstsein je Zeuge wurde, bleibt ebenso auch dann real, wenn es längst vergangen ist, weil es noch immer etwas ist, das einmal war - eine nie entstandene Erinnerung gewissermaßen.

Die originalen Aufzeichnungen zu diesen recht flachen Gedankengängen sind heute natürlich lange verloren und wäre mir die Erinnerung an sie eben nicht in den Geist gedrungen, hätte ich mich vielleicht nie wieder daran erinnert. Erzählt hatte ich damals zwar einem Bekannten davon, dass ich da so etwas "philosophisch-angehauchtes" geschrieben habe, irgendeinem ominösen "inneren Drang" folgend - aber inhaltlich habe ich, so weit ich mich erinnere, keine weiteren Informationen gegeben.

Warum ich nun von dieser kleinen Episode meiner Jugend berichte? Es passt irgendwie zur Thematik der mystischen Schau und meinem persönlichen Umgang mit derlei. Einerseits stellte es sich damals als intuitive Erkenntnis dar, andererseits hatte ich auch damals schon das Bedürfnis, solche "irrationalen" Überzeugungen irgendwie rational, logisch zu untermauern, bevor ich ihnen einen Wert beimessen kann oder will. Ob das damals nun als mystisches Erlebnis gewertet werden kann oder nicht, sei mal dahingestellt. [ist das wirklich eine relevante Frage?? Ah, wie jung man sich vorkommt, obwohl erst ein halbes Jahr

her, diese „Grübele“ :)] Eine „Halluzination“ ging damit wohl nicht einher, es war eher ein Gedankenblitz, ähnlich solchen, die ich auch heute hin und wieder während einer Meditation habe. In jedem Fall schmunzle ich gerade über mein damaliges Verhalten - ist es doch meinem derzeitigen Vorgehen in Sachen Philosophie und Mystik offenkundig vergleichbar und sogar der Inhalt von damals ist - wenn auch heute in weit komplexerer Form und aufgrund von tiefergehenden Überlegungen - grundsätzlich mit meinen jetzigen Überzeugungen kompatibel.

[4.: einige Minuten nach Schauen von Film "Symbol" (siehe unten); ein Eindruck, der in buddhistischer Metaphorik etwa so formuliert werden könnte: Die Buddha-Natur hilft sich gegenseitig - auch, wenn deine Mitmenschen nicht "erleuchtet" sind, können sie dennoch jederzeit handeln, wie sie es auch "erleuchtet" täten; denn die Buddha-Natur keimt in jedem, bricht auch hier und da mal spontan hervor, ohne das ihr "Herrchen"/"Frauchen" es bemerken würde ... Der Suchende aber erkennt "Seinesgleichen" im Unterbewusstsein aller seiner Mitmenschen, wenn er nur darauf Acht gibt ...]

Shinboru - Symbol (Film; Japan 2009)

Allegorie "eines" Lebensweges?

Ich finde mich wieder in einem Rätsel: Ein Raum ganz in weiß, keine Fenster, keine Türen - keine Decke, die Mauern reichen bis hoch in die Unendlichkeit - oder die Ewigkeit? Nackte Kleinkind-Engel-Skulpturen, zum Leben erwacht, dringen durch die Wände, ziehen sich wieder zurück in die Unsichtbarkeit, fast. Nur die "Schalter" bleiben, jeder mit einem individuellen Effekt. Sinnlose (!) "Geschenke": Spielzeug,

Utensilien, Nahrung, Verrücktes. Die Schulung hat begonnen - Das Rätsel subjektiver Sinnhaftig- oder Sinnlosigkeit? Ein bisschen herumprobieren, ein bisschen Grübeln - zeitweise krankhaft, zeitweise krampfhaft. Und zeitweise einfach zum Spaß. Mancher Effekt der Schalter so schön simpel! Vorhersehbarkeit kann durchaus beruhigend sein. Klar, hin und wieder kann sie auch bloß die marternde Langeweile schüren. Aber zumindest gibt es alles, was zum Überleben nötig ist; wenn auch Kleinigkeiten hier und da zum Verzweifeln sind, wo sie einfach Risse in die schöne Wand der Stumpfheit schlagen - wie schön es doch wäre, würde nicht nur *fast* immer, sondern absolut immer alles laufen, wie man es gerne hätte! Aber das Schicksal überspringt schon mal listig genau den Comic-Band, der einem gerade genehm wäre ... Oder beschert einem das einst erwünschte erst, wenn man es dann nicht mehr braucht ... Und unumgänglich, dass einem auch mal voll ins Gesicht gefurzt wird. Naja, halt eine Vorwarnung im Kleinen. Aber Vorbereitung? Nicht wirklich. Wenn es sich dann mal hochpotenziert wiederholt, kann man durchaus panisch um sein Leben fürchten ... So unbegründet, wie es dann letztlich auch gewesen sein mag. Auch völlig irrationale Todesangst kann einem die Perspektive erweitern. Der einzige Kalender: Ein Bäumchen, das ganz langsam aufblüht.

Und während man so sucht - nach was auch immer, irgendein Gut des persönlichen Wohlbefindens - da kann es passieren, dass man auf etwas stößt, was man lange schon aufgegeben hatte: Eine Tür, die sich nur kurz zeigt und wieder verschwindet - Ausweg, ungewiss wohin. Erstrebenswert? Verharren im Gewohnten, sinnlos aber erträglich. Oder den Sprung wagen?

Irgendwann war die Entscheidung getroffen, immer neue Ideen, die Schranken auszutricksen. Doch die Tür zu erreichen bringt wenig, wenn man den Schlüssel gar nicht hat! Aber auch diesen findet man, so das Schicksal es denn mal gut meint mit dem armen Einsamen ... Doch nicht nur ein einzelnes Schloss versiegelt das geheimnisvolle Tor - ein Zweites verlangt keinen Schlüssel, sondern einen Code. Nur drei Ziffern - im Zweifelsfall alle Tausend Möglichkeiten austesten? Es muss doch auch einfacher gehen! Und eines Tages, wenn man es mal wieder am Aufgeben ist: So einfach! So oft schon gesehen, nur nie richtig geschaut! Euphorie sprudelt mal wieder! Also die alten Tricks wieder auspacken, dieses Mal beflügelt von Gewissheit ... Und irgendwann gelingt es. Nach vielerlei Rückschlägen, ja sarkastischen Arschritten des Schicksals oder irgendeiner höheren Macht ... Und ich finde mich wieder in einer dunklen Kammer, in der kein Vor und kein Zurück mehr zu herrschen scheint. Wochen, Monate verstreichen. Wie schön plötzlich die unwissende Trägheit erscheint! Nostalgie - idealisierte Kindheitserinnerungen; oder das ewig quälende "Was wäre, wenn ..." - so vieles hätte man doch noch machen können, genießen, das Einfache, Gewohnte. Für den Moment war ja stets gesorgt, bekannt die relevante Umgebung. Aber jetzt: Nichts. Leere, bedrohliche oder wenigstens zutiefst ernüchternde Stille, Dunkelheit. Eine Tür, die zwar inzwischen aufgeht, aber ... wie konnte der Architekt sie so dämlich einbauen, dass sie sich nicht weit genug öffnen lässt, weil die Wand im Weg ist, die hinter dem Eintretenden sofort wieder geschlossen ward?! Lachendes Weinen schüttelt mich durch hin und wieder. Ich vegetiere dahin im Lotossitz - keine Wünsche mehr, kein Wille, keine Erwartungen. Plötzlich ein Windhauch, ein Luftzug, wo doch eigentlich keiner sein dürfte! Erwachen: Eine Schiebetür tut sich ganz geschmeidig

auf - Wieso bin ich da nicht früher drauf gekommen? Nein - diese Frage stellt sich höchstens einem Beobachter. Plötzliche Erleuchtung, wie kann es nur so einfach sein? Euphorie - die auch nötig ist, um den langen monotonen Gang dahinter entlangzueilen. Irgendwann, sind schon Jahre vergangen? Nein. Aber doch wohl Tage oder Wochen. Jeder Moment wie der andere. Befreit von allen Ablenkungen, schwer drückende Klarheit, in den Geist schneidende Einsicht in die Gleichartigkeit. Und dann bin ich da: Die Praxis beginnt - auch, wenn mir das noch lange nicht klar ist.

Ein grauer Raum nun, wie der erste, der Weiße ansonsten - Nein, nicht ganz! Rund ist er, nicht eckig. Und die Engelskinder sind erwachsen geworden inzwischen; das "Prinzip" aber scheint das Gleiche zu bleiben ... Scheint ... doch die Wirkungen des Schaltens sind nicht mehr offenbar - auf die Instinkte gilt es zu vertrauen, sich dem persönlich motivierten Willen gar nicht erst aussetzen in den Entscheidungen zum Handeln. Der Blick empor brachte die wichtige Einsicht. Ob die Intuition dich immer wohl leitet, kann keiner wissen. Anfangs mag das ein oder andere Opfer gebracht werden müssen - von der Welt, den Betroffenen. Aber wenn wir beginnen, die Schalter nicht bloß zu bedienen, sondern uns an ihnen emporzuschwingen - höher hinaus, als wir uns je erträumt hätten; nicht einmal darüber nachdenken müssen. Oder wollen. Am Ende entsteht auch aus der größten Zerstörung zwangsläufig neue Ordnung. Der Logos im Kosmos, aus dem Chaos erstanden. Das Schicksal kennt nur einen Weg. Also gibt es nur einen Weg. Immer und immer wieder.

Mit der Zeit wird das Emporklettern so sehr zur Routine, dass es sich wie Fliegen anfühlt, die Sinnesreize verlieren an unmittelbarer

Bedeutung und treten in den Hintergrund der umfassenden Interpretation des Geschehens durch den befreiten Geist - Jahrzehnte vergehen, feiern sich selbst. Und es geht weiter, gleichmütig der Zukunft entgegen. Vielleicht ein ganz neuer Raum, nach dem weißen und dem grauen; jetzt vielleicht einer aus schwarzen Mauern? Der letzte Moment der Vision verharrt in der Ewigkeit des Moments - Ungewisse Zukunft? Hier befindet sich alles schon immer und für immer. Das zu erkennen, ist sich selbst zu erkennen.

Alles klingt.

<Selbiges anschaulich dargestellt findet sich zudem verteilt auf drei weitere derartige Filmwerke (grob den 'drei Phasen/Stufen' entsprechend) unter den folgenden Eckdaten: 1. The Signal (2012); 2. Katakomben/As Above So Below (2014); 3. Lucy (2014).>

[5.: das Offensichtliche, wenn man sich von vorurteil-haften „Sicherheiten“ befreit hat ("zufällig" manifestierte sich diese erschreckend-bestätigende Einsicht genau am 21. Dezember 2012; tja, eine solche „Chance“ (des angeblichen „Weltunterganges“/„dimensional shifts“/„Erreichen der nächsten Evolutionsstufe“, etc. ... es gab ja diverse Verschwörungstheorien und Esoterikprophezeiungen zu diesem/rund um dieses Datum ...) darf man sich nicht entgehen lassen, wenn man das Prinzip der Suggestion verstanden hat und anzuwenden weiß ...

6.: der geheimnisvolle „Code“, in dem *Yiouae* – das göttliche Selbst des Kosmos, das höchste Selbst eines jeden Individuums – zu uns, seinen Kindern, spricht und schon immer sprach; Ja! Gott zu personifizieren trifft es doch in gewisser Weise sehr gut: Das Bewusstsein aller Welten,

das innerhalb der Zeitlichkeit freilich bloß subtile Spuren seiner selbst zieht, die sich das individuelle Denken erst noch zurecht zu interpretieren hat, um tatsächlich mit „ihm“ kommunizieren zu können – „er“ ist es vielleicht, zu dem alle Pfade führen, geht man sie nur weit genug ... *Al hamdu li llah! Baruch ha-Shem! Aum! (vgl. auch oben: „Aberglaube“ versus „Dennoch-Glaube“) - btw: diese Erfahrung stellte sich erfreulicherweise ein gegen Ende eines mehrere Tage andauernden "Fasten-Projekts" inklusive erhöhter Meditationsarbeit, insbesondere mit Chakra-Symbolik; für Symbolkraft ist also gesorgt gewesen und das Unterbewusstsein ließ sich nicht zweimal bitten ...]*

... aber natürlich handelt es sich bei allem soeben Erzählten um bloße Symbole; "moderne" Lyrik gewissermaßen, lediglich mit so viel Bedeutung, mit so viel Sinn, mit so viel Wert - wie der Empfänger den Zeilen entgegenbringt, indem er die Bedeutung, den Sinn, den Wert in ihnen *sieht*, er all das erst in das Empfangene hineinkonstruiert. Ist das noch ein "Empfangen"? Nicht, dass die Mutter eines Tages herausfindet, im Grunde erst Recht Vater zu sein ...