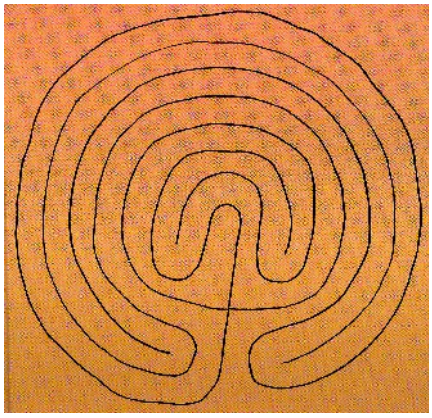


2. Das Höhlengleichnis von Plato[28]

Plato legt die folgende Geschichte dem Sokrates in den Mund, der sie seinem Schüler Glaukon erzählt:

Menschen halten sich unter der Erde in einer höhlenartigen Behausung auf. Nach oben ins Tageslicht geht ein langer, aber nicht sichtbarer Ausgang. Diese Menschen sind von Kindheit an am ganzen Körper so gefesselt, daß sie sich nicht umdrehen können. Da sie immer in der gleichen Stellung verharren müssen, können sie nur die vor ihnen liegende Felswand anschauen.

Ein Lichtschein fällt gegen diese Felswand, hervorgerufen durch ein Feuer, das hinter dem Rücken der Gefesselten brennt. Zwischen ihnen und dem Feuer verläuft ein Weg entlang einer niedrigen Mauer. Von allem, was vorbeigeht, kann man folglich nur die Schatten, und die nur zur oberen Hälfte sehen.

Diesem Mäuerchen entlang laufen nun Menschen, die alles mögliche auf ihrem Kopf tragen, Bildwerke, Gebrauchsgegenstände und mannigfaltige Dinge für den Alltag.

Plato meint, daß diese Gefangenen ganz uns Menschen gleichen. Sie sind in sich selbst gefangen, sie bekommen nie etwas anderes zu sehen als Schatten, die vom Feuerschein auf die Höhlenwand geworfen werden.

Was sie sehen, regt sie zur Unterhaltung an. Sie unterhalten sich also über diese Schatten, als wären sie das eigentlich Seiende. Wenn einer von den hinter ihnen Vorbeizichenden sprechen würde, dann würden sie annehmen, die Schatten könnten sprechen, und all die Gerätschaften, die sie auf dem Kopf tragen, würden sie nur in ihrer Schattendimension begreifen können. So ist unser Ichbewußtsein.

Plato fragt nun: Was wäre, wenn einer der Gefangenen sich befreien könnte? Er würde sich umdrehen und in den Feuerschein blicken, aber das würde ihn zunächst eher verwirren als ihm tiefere Erkenntnisse vermitteln. Seine Augen würden schmerzen, er würde sich abwenden. Er würde vielleicht sogar annehmen, daß die Schatten klarer sind als das, was er jetzt rückwärtsblickend sehen kann.

Wenn es aber einer dann doch schaffen würde, den holprigen, steilen Aufgang der Höhle zu besteigen, käme er ans Licht der Sonne und wäre wiederum voller Empörung, geblendet von diesem Lichtglanz. Er wäre nicht imstande, auch nur das Geringste zu sehen, jedenfalls nicht sofort.

Plato meint, daß es eine Gewöhnung braucht. Man muß sich an das Licht der Sonne gewöhnen. Der mutige Aussteiger würde lieber erst bei Nacht spazieren gehen, weil das Licht des Mondes nicht so grell ist. Später aber könnte er alles sehen und unter Umständen auf die Sonne selber blicken und nicht auf ihren Widerschein im Wasser und in den Dingen.

Plato fragt nun, was wohl wäre, wenn einer von denen, die hinaufgestiegen sind, nun wieder hinuntersteigen würde, um denen unten zu berichten, wie die Wirklichkeit aussieht. Der Betreffende würde sich der Lächerlichkeit preisgeben. Die unten würden ihn einfach nicht verstehen. Sie würden ihm sagen: „Das hast du davon, du hast deine Augen verdorben. Es lohnt sich wahrhaftig nicht hinaufzugehen". Und wenn sie ihre Fesseln lösen könnten, würden sie ihn eher töten als ihm glauben.

In seiner Auslegung erkennt Plato sehr deutlich, daß der Mensch der Wirklichkeit und der Wahrheit nicht ohne weiteres gewachsen ist. Wenn er ihr begegnet, ist er zunächst eher verwirrt.

Das Eingewöhnen geschieht in einem langwierigen Transformationsprozeß. Wir nennen ihn in der Mystik den Weg der aktiven und der passiven Reinigung. Der Weg der passiven Reinigung kann sehr schmerzhaft sein, schlimmer als das Schauen in ein helles Licht, in die Feuerflamme, die unsere Augen verletzt. Es muß sich eine Wandlung im Grunde der Persönlichkeit vollziehen. Das meint Plato mit dem Wort „paideia". Unsere übliche Übersetzung mit „Bildung" hat heute eine viel zu intellektuelle Note. Paideia bedeutet ursprünglich eine Umwendung des ganzen Menschen zu seinem tiefsten Wesen. Daraus wächst dann eine Erkenntnis, die aus der Erfahrung stammt und nicht aus der intellektuellen Überlegung. Echte Bildung verwandelt das Innerste des Menschen, indem sie den Menschen in seine Mitte führt, in sein eigentliches Sein, aus dem heraus er dann handelt.

Der Weg setzt also einen Transformationsprozeß voraus. Freiwerden allein reicht nicht aus. Es genügt nicht, daß wir unsere Fesseln lösen, denn das könnte genauso gut zur Zügellosigkeit führen. Zügellosigkeit und Ungebundenheit sind der Freiheit radikal entgegengesetzt. Die Bindung, die vorher eine äußere war, eingespannt in Pflöcke, wird in der recht verstandenen Freiheit zu einer Bindung, die ihre Normen aus dem tiefsten Wesen erhält. Mir scheint, daß sich die Menschheit langsam aus diesen Pflöcken befreit und vielleicht auch eines Tages Religion wieder akzeptabel wird.

Bis in die jüngste Zeit hinein mußte Glaube – wollte er nicht als Aberglaube gebrandmarkt werden – auf Wissen beruhen. Die Theologie war stolz darauf, als Wissenschaft anerkannt zu werden. Zwar hat sie hinter alle unsere Glaubenssätze geschrieben, daß Gott der ganz andere ist, aber praktisch hat sie die Menschen doch mehr oder weniger gezwungen, nichts anderes glauben zu dürfen.

Nun hat sich aber durch die Atomphysik und die Formulierungen der Quantenmechanik eine tiefgreifende Revolution in unserem naturwissenschaftlichen Denken vollzogen. Physik und Transzendenz sind einander nähergerückt. Das ist zwar noch kaum ins öffentliche Bewußtsein gedrungen, auch noch nicht ins Bewußtsein der meisten Theologen – bei ihnen dominiert noch das alte kartesianisch-newtonsche Weltbild, das mechanistisch-positivistisch ausgerichtet ist –, aber die Vorreiter des neuen Weltbildes Max Planck, Albert Einstein, Niels Bohr, Pascual Jordan, Friedrich von Weizäcker und Werner Heisenberg lassen keinen Zweifel aufkommen, daß Religion – vor allem die mystische Erfahrung – und Naturwissenschaft aufeinander zugehen. Sie bekämpfen sich nicht mehr gegenseitig, sondern sehen

sich in einem komplementären Verhältnis. Beide sind für uns Menschen notwendig, auch für die Kirchen und Theologen.

Transzendenz ist nicht objektiv faßbar. Die Sprache ist immer nur Symbol und Gleichnis für das Unfaßbare. Unsere Sinne und unser Verstand werfen ständig über die Wirklichkeit einen Raster, der diese einengt und verfälscht. Arthur Eddington hat das mit einem Bild ausgedrückt: Die physikalische Welt gleicht Wellen, die das darunterliegende Meer der Transzendenz symbolisieren.[29]

Unser Denken muß die Welt auseinandernehmen. Aber dann ist sie nicht mehr die ganze Welt. Der Zuschauer ist nämlich immer auch Akteur. Er kann sich nicht hinauskatapultieren, um von einem Punkt außerhalb dieser Welt zu messen und zu urteilen. Bohm sagt einmal, daß die Wirklichkeit mehr einem Fluß gleicht, der nicht direkt greifbar ist; nur bestimmte Wellen und Strudel, die eine relative Unabhängigkeit und Stabilität zeigen, sind für unser Denken erfaßbar.

Auch die Naturwissenschaft ist also an die Grenze des nicht mehr Objektivierbaren gelangt. Mathematische Formeln haben aufgehört, die Natur zu erklären. Sie stießen vielmehr an eine Wirklichkeit, für die sie nicht mehr zuständig sind. Wie die Theologen stehen die Naturwissenschaftler mit ihren intellektuellen Begriffen vor dem Unfaßbaren.

Wir erkennen heute also mehr denn je, daß wir in Platos Höhle sitzen und auf Schatten an der Wand starren, die wir für die Wirklichkeit halten. Vielleicht werden unsere Glieder und unsere Köpfe endlich aus den Pflöcken gelöst. Aber wahrscheinlich werden wir dann von dieser Wirklichkeit, die wir sehen, genauso verwirrt sein wie die Menschen in Platos Höhle, wenn sie zurückschauen ins Feuer oder wenn sie nach oben steigen in das Sonnenlicht.

G. Der Schatten

1. Die Bedeutung des Schattens

Schatten, Teufel, Ungeheuer – wir haben viele Namen für diesen psychischen Komplex, den wir bei allen Menschen finden, sogar bei Jesus. Wir brauchen nur die Versuchungsgeschichte zu lesen. Auch Jesus mußte seinen Schatten integrieren.

Der Schatten ist nicht nur eine Frage für die Psychologie, sondern ebensosehr für die Religion. Jeder, der den Weg der Kontemplation geht, wird mit seinem Schatten konfrontiert. Sehr deutlich zeigt das die Lebensgeschichte des Heiligen Antonius in der Wüste. Wenn wir das Bild von Matthias Grünewald „Die Versuchung des hl. Antonius" betrachten, sehen wir, wie hinter den zahlreichen Mythen von Dämonen und bösen Geistern die Erfahrungswirklichkeit der Menschheit steht. Sie versetzten die Menschen aller Zeiten und Zonen in Schrecken. Und es scheint, daß uns unser Schatten in Gestalt von Teufeln und Dämonen noch einmal in der Stunde des Todes begegnet, wenn wir uns zu Lebzeiten nicht mit ihm ausgesöhnt haben.

Der Schatten ist die uns abgewandte Seite unseres Bewußtseins. Darum tun wir uns so schwer, ihn zu sehen, und wenn er auftaucht, als zu uns gehörig zu erkennen und zu akzeptieren. Die Aussöhnung mit diesem unserem Partner und Gegenspieler

bleibt eine der wichtigsten Aufgaben unseres Lebens, ja sie ist die Voraussetzung für unseren Wachstums- und Ganzwerdungsprozeß. Darüber sind sich die Weisheitslehren des Ostens und Westens und die zeitgenössische Psychologie einig. Schatten ist der eine Pol unserer Persönlichkeit.

In den auftauchenden schrecklichen Bildern, Fratzen, Tieren, Dämonen und Ungeheuern begegnen wir unseren inneren Ungeheuern. Wir begegnen all dem, was wir an uns nicht akzeptieren können. Es reicht aber nicht aus, daß wir unseren Schatten nur akzeptieren, wir haben ihn auch zu bejahen. Vom Negieren zum Bejahen ist ein schwerer Schritt.

2. Die Projektion nach außen

Zunächst einmal sind wir geneigt, den Schatten nach außen zu projizieren: auf das andere Geschlecht, die andere Rasse, die andere Kultur, die andere Religion, auf Juden, Heiden, Nazis, Ausländer. Damit „verteufeln" wir in anderen, was wir eigentlich als unseren Teil erkennen sollten.

Leider ist eine solche „Verteufelung" auch auf der religiösen Ebene möglich. Dann wird der Unterschied zwischen Materie und Geist, zwischen Körper und Geist, zwischen Mensch und Gott zur unüberbrückbaren Kluft. Körper, Sexualität, Freude an der Natur und am Leben werden als minderwertig abgestempelt. Damit beginnt religiöser Fanatismus. Er entsteht immer dann in einer Religion, wenn die Liebe fehlt. Glaube ohne Liebe, Glaube, der seinen eigenen Schatten nicht sehen kann, wird zum Fanatismus. Wir brauchen nicht weit zu gehen, um das zu erkennen. Denken wir nur an unseren eigenen Umgang mit Geschiedenen, mit verheirateten Priestern, aber auch an die falschen Vorbilder der Perfektion, die uns in der religiösen Erziehung als Ideal vor Augen geführt worden sind. Viele Christen leiden unter dieser unbarmherzigen Aufspaltung von Gut und Böse. Es scheint heute mehr Menschen als je zu geben, die mit einem ekklesiogenen Komplex herumlaufen. Natürlich gibt es auch Fanatismus in die andere Richtung. Manche verteufeln das Geistige, Spirituelle und Göttliche. Ohne daß wir Freundschaft mit unserem Schatten schließen, gibt es kein Wachstum.

C. G. Jung sagt, daß die Projektion nach außen die Umwelt in das eigene unbekannte Gesicht verwandelt.[30] Dann sind immer die anderen die Schlechten und Bösen. Die erste Aufgabe besteht also darin, daß wir diese Projektionen zurücknehmen und das Schlechte und Böse in uns selber erkennen, sonst wird es seine destruktive Wirkung nicht verlieren. Zurücknahme der Projektion ist nach C. G. Jung nichts anderes als das Erwachen der Einsicht, daß so manche unserer Urteile und Annahmen über andere nicht auf sie, sondern auf uns selber zutreffen. Wir haben also das fast Unmögliche zu vollbringen: gleichsam um die Ecke zu schauen, um das Böse, das wir außen und am anderen sehen, in uns selber zu erkennen. Denn wenn in uns nichts dem Schatten draußen entsprechen würde, wären wir nicht anfällig für seine destruktive Wirkung. Solange wir uns nicht durchschauen, leugnen wir die Verhaltensweisen, die wir an anderen kritisieren, in unserer eigenen Psyche.

Das gilt auch auf der religiösen Ebene. Die angebliche Sicherheit der Institution, auf der Seite der Wahrheit zu stehen und bestimmte Aktivitäten und Meinungen

anderer verurteilen zu dürfen, ist auch heute Quelle großen Leides. Heute wird zwar niemand mehr verbrannt, aber die psychische Qual, die vielen Menschen anderer Überzeugung bereitet wird, ist nicht weniger schlimm. Die Institutionen tun sich offensichtlich noch schwerer, ihren Schatten zu erkennen, als der einzelne Mensch.

Wir fragen am besten unsere Träume, wie sich der Schatten in uns symbolisiert. Im Tibetischen Totenbuch lernen wir Beispiele kennen, wie sich der Schatten in Fratzen, abscheulichen Tieren und Dämonen zeigen kann. Ein typisches Merkmal ist, daß sie uns Angst machen. Wir fühlen eine starke Bedrohung. Wir laufen im Traum davon. Genau das Gegenteil aber sollten wir tun: wir sollten uns umdrehen und hinschauen und ein Gespräch mit der Schattenfigur beginnen.

3. Schauen hinter die Maske

Der Schatten enthält auch Anteile, die wir im Alltag positiv bewerten. Keiner von uns kann all seine Begabungen und Wünsche ausleben. Vieles fällt ins Unbewußte, Schattenhafte. Mancher hat z. B. Schwierigkeiten, seine positiven Züge zu sehen und zu akzeptieren. Er hält es vielleicht für unmöglich, Freundlichkeit und Wohlwollen zu zeigen, und möchte solche „Anwandlungen" nicht wahrhaben. Es gibt auch positive Eigenschaften, die wir für unannehmbar halten. Wir haben das ebenfalls zu erkennen und zu integrieren.

Nicht der Schatten selber treibt in unserem Unbewußten sein Unwesen, sondern die Tatsache, daß wir ihn nicht erkennen und er daher im Dunkeln unserer Psyche sein Eigenleben führen kann. Die Psychologie nennt das Abspaltung bestimmter Elemente. Sie erscheinen uns dann als nicht zu uns gehörende Teile, als Dämonen, Fratzen, schwarze Hunde oder auch einfach als bedrohende unförmige Masse, die uns verschlingen möchte. Wir haben herauszubekommen, was sich hinter dieser Maskerade versteckt. Das ist eine nicht leichte Arbeit, da wir doch seit unserer Kindheit solche bedrohlichen Elemente unserer Psyche leugnen mußten.

4. Das Ja zum Schatten

Je mehr wir uns gegen diese „Dämonen" wehren, um so schlimmer ist es. Je mehr wir diese Schattenbilder verdrängen, um so mehr geben wir ihnen Gewalt über uns. Obwohl wir diese Schattenseiten vor allem auch vor den anderen verstecken möchten, gelingt uns das nur selten. Ein guter Freund kann da unser bester Helfer sein. Er hat einen klareren Blick für unsere Verdrängungen als wir selbst und kann die Mechanismen aufdecken.

Wir selber können uns am besten auf die Schliche unseres Schattens kommen, wenn wir uns fragen: Was möchte ich vor den anderen verstecken? Uns das einzugestehen fordert eine Tugend, von der wir heute nicht mehr viel reden: Demut. Unser Selbstbild schrumpft nämlich dann unter Umständen zusammen wie ein Schneemann in der Sonne.

Im Grunde geht es in der Schattenarbeit nur um das Erkennen und Annehmen. Es ist sehr wichtig zu wissen, daß wir die Schattenseiten nicht unbedingt ausleben brauchen. Es genügt, sie zuzugeben und zu akzeptieren, was nicht heißt, ihnen nachzugeben. Oft freilich müssen wir diesen Tendenzen mit einem klaren Nein Grenzen setzen.

Allerdings ist es nicht leicht, die Mitte zwischen Zulassen und Ausleben auf der einen Seite und der Eingrenzung oder dem Nein auf der anderen Seite zu finden. Denn mit einem absoluten Nein blockieren wir den Fluß der Lebensenergie. Wilhelm Reich hat das sehr deutlich herausgehoben. Wir bauen mit diesem Nein eine Art Gefängnis, gegen dessen Mauern wir dann ständig Sturm laufen. Er spricht vom Charakterpanzer, der uns einengt und an der Entfaltung unserer Persönlichkeit hindert. Die Mitte zwischen Ja und Nein zu finden, ist eine nicht leichte Aufgabe, aber für unsere Persönlichkeitsreife unbedingt erforderlich.

5. Koexistenz von Schatten und Bewußtsein

Wenn wir uns an das Tibetische Totenbuch erinnern, wissen wir um den Kampf zwischen den schrecklichen und freundlichen Gottheiten. Die Aufgabe des Sterbenden besteht demnach darin, zur Aussöhnung mit beiden zu kommen, d. h., an beiden vorüberzugehen, weil ein Gefangenbleiben in ihrem Bannkreis Wiedergeburt verursacht.

Viele Menschen erfahren in ihren Träumen diese Auseinandersetzung. Manche erleben einen endlosen Konflikt zwischen Personen, ja oft ist es die gleiche Person, der wir im Traum mit Liebe und Ablehnung begegnen. Es sind die gegensätzlichen Kräfte und Tendenzen, die zur Koexistenz kommen müssen, wenn Friede in uns einkehren soll.

Manche Psychologen meinen, man müsse sich mit diesen Schattenfiguren anfreunden oder wenigstens zur Harmonie mit ihnen kommen. Manche neigen dazu, es bei einer Koexistenz zu belassen.[31] Der Schatten ist einfach jene andere Seite, die unsere positive Seite stabilisiert, weil wir ständig wachsam sein müssen gegen einen ebenbürtigen Gegner. Einen solchen muß man gut kennen, wenn man das Ringen mit ihm nicht verlieren will. Man muß seine Finessen und Tricks verstehen, wenn man ihm nicht ständig unterliegen will.

6. Wie kommt es zum Schatten?

Metzner gibt in seinem Artikel drei Ebenen an, auf denen der Schatten entstanden ist: die entwicklungspsychologische, die evolutionäre und die theologisch-mythologische.

– Die entwicklungspsychologische Grundlage:

Die Konflikterfahrung kommt wenigstens teilweise aus unserer Kindheit, aus dem Wettstreit zwischen Geschwistern um Zuwendung von seiten der Eltern und Erwachsenen. Sie wird oft auch im Erwachsenenalter beibehalten und kommt als Rivalität und Eifersucht in der Partnerschaft und im Beruf wieder zum Vorschein. Die Auseinandersetzung zwischen Geschwistern ist in der Literatur reichlich bekannt (Kain – Abel; Jakob – Esau; Aschenbrödel und ihre Schwester). Wir haben zu akzeptieren, daß sowohl die gute wie der böse Bruder, die gute wie die böse Schwester Symbole sind für Prozesse, die in unserem eigenen Innern ablaufen.

Der englische Schüler Jakob Böhmes, William Law, sagte: „Es gibt einen einzigen Feind, der dich in der Hand hat, eine einzige Gefangenschaft, aus der du erret-

tet werden willst, und das ist die Macht deines eigenen irdischen Selbst (Ich). Dieses Selbst (Ich) ist der Mörder des göttlichen Lebens in dir. Es ist dein eigener Kain, der deinen eigenen Abel mordet".[32]

– Die evolutionäre Grundlage:

Metzner meint damit die langen Kämpfe zwischen Stämmen und Gesellschaften, zwischen Besitzenden und Nichtbesitzenden. Dieser Kampf dauert an, und es ist fraglich, ob die Menschheit fähig ist, ihn in den nächsten Jahrhunderten in friedliche Koexistenz umzuwandeln.

– Die theologisch-mythologische Ebene:

In der Kosmogenese, in der Entstehung der Welt, spielen Streit und Zank eine wichtige Rolle. In der Religion Zoroasters im alten Persien steht der Kampf zwischen Licht und Dunkel in der Mitte der Religion. Es ist der Mythos vom langen Kampf zwischen Ahura Masda, dem Schöpfer des Lichtes, und Ahriman, dem Fürsten der Finsternis. Der Kampf zwischen Ahura Masda und Ahriman endet damit, daß sie sich in ihrer Herrschaft über die Erde als Tag und Nacht abwechseln. Dahinter steht die Vorstellung eines Dualismus, der offensichtlich mit allen Erscheinungsformen gegeben ist.

Wir z. B. haben die Dualität von männlich und weiblich. Jeder Western-Film zeigt die Dualität zwischen dem Rechtschaffenen und dem Gangster. Diese beiden sind gleichzeitig auch Typen unserer Psyche; denn das wachende Überich spielt sich ständig als Richter über das zu bestrafende Opfer auf. Der Osten kennt die Dualität von Yin und Yang. Aber wie wir im Zeichen Yin und Yang schon erkennen, schmiegen sich beide ineinander zu einer Einheit.

In den theistischen Religionen neigen wir dazu, viel schärfer zwischen Gut und Böse zu trennen, zwischen Engel und Teufel, Himmel und Hölle. Die beiden Pole stehen sich unversöhnlich gegenüber. Himmel und Hölle schließen sich aus. Wir haben das Böse aus Gott eliminiert. Im Osten dagegen ist die letzte Wirklichkeit gut und böse.

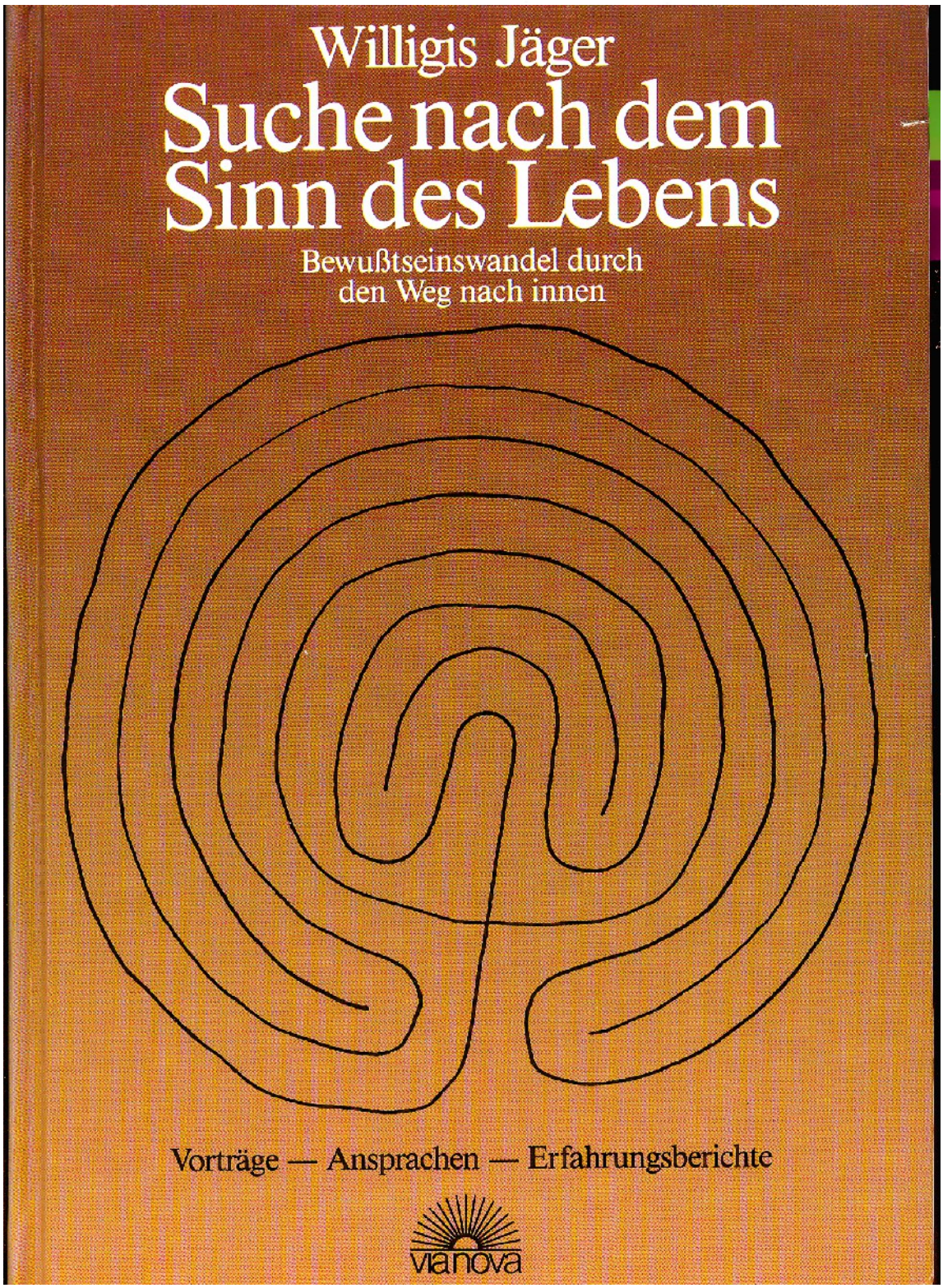
Ständig wurde uns ein unerreichbares, perfektes Heiligenleben als Vorbild hingestellt. Das hat viel zur Frustration in der Persönlichkeitsbildung beigetragen. Der Mensch muß auch nicht perfekt sein. Es geht vielmehr um seine Ganzwerdung.

Wenn es uns nicht gelingt, diese Dualität, die offensichtlich zur Schöpfungsstruktur gehört, in uns zu harmonisieren, bleiben wir den zerstörerischen Kräften des Kampfes ausgesetzt. Damit Transformation stattfinden kann, müssen wir weise Richter über uns selber werden. Inquisitor und Angeklagter, Richter und Henker wohnen in uns.

Die inneren Dämonen

Die Dämonen im Tibetischen Totenbuch sind Personifizierung böser und guter Kräfte. Wir projizieren sie zunächst nach außen. Das wird im Sterbevorgang nicht anders sein. Oft scheint diese innere Turbulenz nicht mehr steuerbar, so daß wir uns als Plattform von Kräften erleben, die sich in uns bekämpfen. Im Tibetischen Toten-

buch werden sie Asuras und Devas genannt. Wir sollen beim Vorlesen des Buches in der Stunde des Todes erkennen, daß es unsere eigenen Gefühle, Gedanken, Ängste und Vorstellungen sind, die solche Strukturen entstehen lassen. Wir haben uns hier und jetzt damit auseinanderzusetzen, dann lassen sie uns vielleicht in der Stunde unseres Sterbens, wenn das Überich sich noch einmal kräftig aufspielt, in Ruhe.[33]



Der Autor

Pater Willigis Jäger, Benediktiner der Abtei Münsterschwarzach, leitet nach langjähriger Tätigkeit bei internationalen kirchlichen Werken und nach zwölf Jahren Zen-Training unter Koo un Roshi in Kamakura seit 1982 eine Vielzahl von Kursen im Zentrum für Kontemplation und Zen im Haus „St. Benedikt" in Würzburg. Seine Kursleitertätigkeit erstreckt sich nicht nur auf Deutschland, sondern auch auf das europäische Ausland und auf die USA. Seit 1981 ist er Lehrbeauftragter für Zen in der Sanbo-Kyodan-Schule.

Pater Willigis Jäger gilt als einer der bedeutenden spirituellen Lehrer unserer Zeit und ist ein Meister des inneren Lebens. In seinen Vorträgen und Ansprachen gibt er Antworten auf die Urfrage des Menschen nach dem Sinn des Lebens. Die langjährige Tätigkeit als Kursleiter in Kontemplation und als Gesprächspartner einer großen Anzahl von Schülern, die sich ihm anvertraut haben, seine kosmische, ganzheitliche Sicht, sein nie nachlassendes liebevolles Bemühen, dem suchenden Menschen zu dienen, sein eigener spiritueller Weg und seine Erfahrung bilden die Basis der aus der eigenen Tiefe geborenen Worte der Weisung.

Das Buch

Alle wichtigen Themen des spirituellen Lebens werden in diesem Buch grundlegend behandelt und in Bezug gesetzt zur christlichen Mystik, aber auch zu den großen Traditionen der esoterischen Wege anderer Religionen, zu den Ergebnissen moderner Naturwissenschaft und zu den Erkenntnissen der transpersonalen Psychologie.

Sowohl die Technik der Kontemplation als auch die psychologischen Aspekte des inneren Weges, seine Tiefenstrukturen und Stadien, der Umgang mit den Gefühlen, die Verwandlung des Schattens und die Bedeutung der Depression in dem Transformationsprozeß werden eingehend beschrieben.

In seinen Vorträgen und Ansprachen gibt Pater Willigis, die eigene Tradition hinterfragend und überschreitend, neue Antworten.

In diesem Buch geht es um den inneren Weg der christlichen Religion, um einen Bewußtseinswandel in der Gleichgestaltung mit Christus, um eine neue, von innen geprägte Ethik, die Verantwortung für die Mitwelt übernimmt.

Die vielen Berichte von Menschen, die mit Pater Willigis den inneren Weg der Kontemplation gegangen sind, zeugen von der verwandelnden Kraft der mystischen Erfahrung und weisen auf eine Dimension hin, die sich in jedem verwirklichen will, der sich ihr öffnet.

Das Buch befreit zu einem sinnerfüllten Leben, motiviert, den inneren Weg zu gehen, provoziert zu einem neuen Denken und Handeln und tröstet in dunklen Stunden.

via nova
ISBN 3-928632-03-5

1. Auflage 1991
Verlag Via Nova, Neißer Straße 9, 6415 Petersberg
Titelbild: Beatrice Grimm, Würzburg
Ausstattung und Typographie: Hans Dieter Bittner, Fulda
Satz/Druck und Verarbeitung: Rindt-Druck, Fulda
Alle Rechte vorbehalten
ISBN 3-928632-03-5