

JASON SHULMAN

GOTT EMPFANGEN

108 Wegweiser zu den
Quellen des Lebens

Aus dem Englischen
von Erika Ifang



GOLDMANN
A R K A N A

JASON SHULMAN

GOTT EMPFANGEN

108 WEGWEISER ZU DEN
QUELLEN DES LEBENS



GOLDMANN
ARKANA

EBOOKS

JASON SHULMAN

GOTT EMPFANGEN

108 Wegweiser zu den
Quellen des Lebens

Aus dem Englischen
von Erika Ifang



GOLDMANN
ARKANA

Inhaltsverzeichnis

Widmung

EINLEITUNG

WIE DIESES BUCH ZU BENUTZEN IST

108 WEGWEISER

ÜBER DEN AUTOR

Danksagung

Copyright

Für Arlene: Same, Baum und Frucht meines Lebens

EINLEITUNG

Viele Bücher erzählen uns, wie wir Gott finden können. In Wahrheit ist Gott aber weder verloren gegangen noch versteckt er sich. Tatsächlich ist es die aktuelle, fortwährende Allgegenwart Gottes, der zu begegnen uns Menschen so schwerfällt.

Wir schauen immer in die falsche Richtung: woandershin, auf etwas Geheimnisvolles und weit Entferntes. Wir versuchen, etwas wiederzugewinnen, was wir glauben, vor Jahren, in der Kindheit, besessen zu haben, oder etwas, worüber wir in spirituellen Büchern gelesen haben. Wir bemühen uns, unsere Fähigkeiten als Jäger zu verbessern, damit wir einen flüchtigen Gott einfangen können, einen Gott, der scheinbar nicht gefunden werden will.

Aber Gott ist gar nicht verloren gegangen, er flieht nicht vor uns und ist auch nicht unsichtbar. Wir müssen bloß bereit sein, ihn zu empfangen, der stets an unsere Herzenstür klopft, dessen Stimme immer zu uns spricht, dessen Herz unser Herz schlagen lässt und dessen Atem die Welt ist.

»Gott empfangen.« Wir selbst sind das Einzige, was diesem wichtigen Akt, diesem sehnlichsten Wunsch, diesem Endpunkt, der zugleich unser Anfang ist, im Wege steht.

Warum stehen wir dem im Wege? In diesem Buch wollen wir erkunden, worin unser Widerstand besteht, die Dinge so zu sehen, wie sie sind, einschließlich der Tatsache, dass Gott immer gegenwärtig und uns zugänglich ist. Dabei folgen wir Schritt für Schritt dem Weg durch das Territorium des menschlichen Herzens mit seinen tiefen Sehnsüchten und seinen großen Beschränkungen. Der Weg soll uns zeigen, dass diese Beschränkungen – durch die Gnade Gottes – stets weniger Macht haben als die Wahrheit. Gott, Jesus,

Amida Buddha, Allah, die Erleuchtung – wie wir diese Anrufung auch nennen wollen, die aus der Tiefe unseres Körpers wie auch aus der Außenwelt zu uns dringt –, sie erreicht uns immer am Kreuzweg aller Augenblicke von Leben-und-Tod und gibt uns Antwort auf das große Rätsel des Lebendigseins.

Gott empfangen ist ein Handbuch für jeden, ob Jude oder Christ, Moslem oder Buddhist, ja sogar für Agnostiker oder Atheisten, denn den Beweis für die Heiligkeit des Lebens liefern uns die täglichen Begegnungen, die wir alle mit dem haben, was jetzt ist, was vorher war und was einmal sein wird. Es spielt keine Rolle, wie wir dieses heilige Etwas nennen oder was wir für seinen Ursprung halten. Es ist wirklich und fühlbar.

Dieses Buch ist für all die Menschen gedacht, die menschlicher werden wollen. Es ist für alle die gedacht, die das Glück erfahren wollen, das dem Dasein selbst innewohnt. Um dieses Glück im Innern zu finden, müssen wir erkennen, was den Weg dahin zu versperren scheint.

Wissenschaftler wissen inzwischen, dass jede Schneeflocke aus mehreren Eiskristallen zusammengesetzt ist, die sich jeweils um einen winzigen Staubpartikel herum gebildet haben. Ohne das mikroskopisch kleine Staubkörnchen in ihrer Mitte würden diese himmlischen Gebilde nicht auf uns herabschneien und das Land mit einer weißen Decke und Stille überziehen.

Das Ich des Menschen ist wie ein solches Staubkörnchen, um das herum sich das Individuum bildet in der unendlichen Weite des Universums. Es ist das, woraus die Schönheit dieser Welt erst entsteht. Ohne es wäre die ganze Reise von der Getrenntheit zum Einssein nicht möglich. Dann würde die treibende Kraft des Menschenlebens fehlen. Es gäbe kein Sehen und Gesehenwerden, keinen Zerfall und keine Heilung.

Das Ich ist der Ursprung des Leidens, wie Buddha sagte. Aber diese Äußerung ist oft missverstanden worden, als

wäre damit gemeint, dass das Ich ausgemerzt, transzendiert oder in irgendeiner Weise – spirituell oder sonstwie – abgelegt werden müsste. Nichts könnte der Wahrheit ferner sein.

Mit dem Getrenntsein, mit einem Bewusstsein, das in einem Körper steckt, der vom Augenblick seiner Geburt an dem Tod entgegenwächst – und der Erkenntnis, dass es so ist –, beginnt das existenzielle Leiden, das allen Wesen gemeinsam ist. Das gehört – neben Armut, Erdbeben, Tsunamis, Krankheiten und anderen Nöten – zum Menschsein. Buddha wusste das, und er hat nicht gesagt, durch das Verschwinden des Ich würden diese Probleme behoben.

Doch regen uns solche Schwierigkeiten zum Kurieren und Improvisieren an. In dem Bemühen, uns eine vollkommen sichere Zukunft zu schaffen – was natürlich unmöglich ist –, sorgen wir für zusätzliches Leid, indem wir versuchen, die Welt in ihrem Lauf anzuhalten, weil wir am Ende ihres Laufs auch das Ende unserer getrennten Existenz auf uns zukommen sehen.

Das Ich des Menschen – unser Gefühl der Getrenntheit – ist an und für sich nichts Negatives. Ursache des zusätzlichen Leides, dem wir alle ausgesetzt sind, ist das *ungesunde* Ich, das Ego, das ausschließlich Getrenntheit kennt und diese Getrenntheit auch im Angesicht einer viel subtileren Wahrheit aufrechtzuerhalten versucht.

Wenn jedoch das als getrennt empfundene Ich als das verstanden wird, was es wirklich ist – als Gottes Ausdruck von Schönheit und als Möglichkeit, die Heimreise anzutreten –, wird das existenzielle Leiden erträglicher.

Dieses Buch will nicht zu irreführenden Streifzügen in Fantasiewelten anregen, wo es keinerlei Leiden gibt und die Wirklichkeit durch irgendeine magische Geistesvorstellung zu einem verdaulichen Happen geschönt wird. Vielmehr sollen uns die Wegweiser dieses Buches zur Wahrheit Gottes führen, zu einer Perspektive und einem Grad der Einheit,

durch die wir *zugleich* einzeln und eins mit dem Universum sein können. Das *Leben* wird hier ins rechte Licht gerückt und wieder zu etwas, das sich trotz aller Härten, die uns die Umstände auferlegen, zu leben lohnt. Mit anderen Worten: In diesem Buch geht es um das *Leben, um das Jetzt, um uns und andere Menschen*. Es ist keine Theorie, sondern eine Gebrauchsanweisung für das rechte Leben.

Woher kommen wir, wenn nicht *hierher*? Wo ist »hier«, wenn nicht überall? Was gibt es zu verlieren und was zu gewinnen? Wir sind Schöpfungen, und diese Schöpfungen sind eigentlich nicht »von Gott geschaffen«, sondern sie sind Gott in anderer Form oder Form gewordener Gott! Unsere einzige Aufgabe hier auf Erden besteht darin, heil zu werden, zu der Ganzheit zurückzukehren, die wir, geboren aus demselben Stoff wie Sterne und Galaxien, längst sind.

Das menschliche Ich ist ein solcher Stern. Wir sind ein solcher Stern. Unsere Größe ist an unsere Heilung gebunden, und die Heilung winkt immer aus der innersten Tiefe unseres Herzens. Darum liest du gerade diese Worte, hat dieses Buch dich angezogen. Wenn du das weißt – dass deine Ganzheit immer nach deiner Ganzheit ruft –, bist du bereits ein gutes Stück weit auf dem Weg nach Hause.

Dieses Buch handelt davon, wie man mit weit offenen Augen lebt, wie man das sieht, was man verstehen kann, aber auch das nie endende Mysterium des Daseins. Sobald unser Ich geheilt ist, ist das Mysterium kein wertloses Ding mehr, das auf eine Offenbarung wartet, die ihm Bedeutung verleiht. Vielmehr ist es der Sinn des Lebens selbst. Es ist seine eigene Offenbarung. Es ist aus sich selbst heraus erleuchtet und immer in der Gegenwart, im Glanz Gottes.

Ich hoffe, dass dieses Buch heilsam wirkt. Wenn dich nur eine Seite heilt, hat es seinen Zweck erfüllt. Wenn nur ein Mensch durch dieses Buch geheilt wird, hat es ein Universum geheilt.

Das Leben ist eine Reise, auf der wir sehen lernen, wie weit unser Herz sein kann. Das Buch soll deinem Herzen

helfen, weiter zu werden, indem es Hindernisse ausräumt, sodass deine wahre Intelligenz und deine Güte leichter fließen können. Es soll dir zeigen, dass du schon alles hast, was du brauchst, um Gott zu empfangen. Du singst dein eigenes Lied, und Gott hat eine Eintrittskarte für dein Konzert. Wenn du Lampenfieber hast, wird Gott, weil er Gott ist, für dich singen.

Geist, Buddha, Gott, Erwachen, Befreiung: Das alles sind schöne Namen dafür, lebendig und präsent zu sein für das, was es heißt, wirklich Mensch zu sein. Ich schreibe in dankbarer Anerkennung der harten Arbeit, die du bisher schon geleistet hast, und der harten Arbeit, die noch vor dir liegt. Ich verbeuge mich vor dir. Ich erhebe mein Glas und bringe einen Toast auf dich aus.