

# Über die „Mitte“ in das „In-Form-Sein“

HORST TIWALD

[www.horst-tiwald.de](http://www.horst-tiwald.de)

1. 1. 2002

## I.

Das Einfache, das Unauffällige, das „Fade“, das „Geschmacklose“ gilt in der chinesischen Kultur als eine Qualität der „Mitte“ und des „Grundes“:<sup>1</sup>

- zum „Grund“, zum „Tao“, zur „Leere“, zum „Sein“ gelangen wir unmittelbar über das „Beachten der Achtsamkeit“, über die Dimension des *Da-Seins*, - das ist der eine Weg;
- „mit dem Faden bleiben wir (dagegen, H. T.) im Bereich der sinnlichen Erfahrung (auch wenn sie uns an die Grenze des Sinnlichen versetzt, dort, wo es am feinsten ist). Die Fadheit ist **konkret** – wie diskret sie auch immer sein mag.“<sup>2</sup> – wir bleiben im konkreten „Seienden“. Dies ist der andere Weg.

Es geht mir in diesem Beitrag nun darum:

- jene von der Sinnlichkeit achtsam abgelöste „Mitte“, die sich vom „Grunde“, vom „Sein“ her **zur Sinnlichkeit hin öffnet**;
- von jener „**Mitte der Sinnlichkeit selbst**“, welche die „seiende“ Sinnlichkeit im „Grunde“ verankert, einerseits zu unterscheiden, andererseits aber deren Identität aufzuzeigen.

Es handelt sich um ein und die selbe „Mitte“, die aber auf zwei unterschiedlichen Wegen zu erreichen ist:

- folgt der ZEN mehr dem Weg über das „Beachten der Achtsamkeit“ zum „Grunde“ (zum „Sein“) hin und von diesem dann über das sogenannte „Satori“ hinein in die Welt der sinnlichen Unterscheidungen (in das „Seiende“ hinein);
- so wird in der chinesischen Kunst, insofern sie mit dem „Faden“ achtsam „umgeht“, der Weg (vorerst in *seienden* „Ganzen“ bleibend) über die fade „Mitte“ der *seienden* Sinnlichkeit zum „Grunde“ hin gegangen, wodurch sich die Sinnlichkeit über die Erlebens-Tiefe im „Grund“ (im „Sein“) verankert und dadurch ermöglicht, dass das „Unsichtbare“ des Grundes (das *Da-Sein*) durch das *So-Sein* durchscheint, bzw. dieses „erfüllt“.

---

<sup>1</sup> Vgl. FRANÇOIS JULLIEN: „Über das Fade – eine Eloge. Zu Denken und Ästhetik in China“. BERLIN 1999. Merve Verlag (ISBN 3-88396-151-5)

<sup>2</sup> FRANÇOIS JULLIEN: „Über das Fade – eine Eloge. Zu Denken und Ästhetik in China“. BERLIN 1999. S. 23.

## II.

Die Wörter „*Aufmerksamkeit*“ und „*Achtsamkeit*“ verwende ich, um einen Unterschied zu markieren, welcher beim Selbst-Beachten der eigenen „*Intentionalität*“, d. h. des „*Richtens des Widerspiegels*“, wesentlich ist.

Im Selbst-Beachten lässt sich nämlich entdecken, dass man meist durch die Um-, durch die Mit- oder auch durch seine eigene Innen-Welt fasziniert wird.

Diese Faszinationen saugen die eigene Achtsamkeit an, wodurch die Richtung der eigenen Intentionalität, sowohl von innen als auch von außen her **fremd-bestimmt** festgelegt wird:

- dieser als fremd-bestimmt erlebbaren Intentionalität gebe ich den Namen „**Aufmerksamkeit**“,
- im Unterschied zur der vorwiegend als selbstbestimmt erlebbaren Intentionalität, der ich den Namen „**Achtsamkeit**“ gebe.

Diese Unterscheidung legt allerdings das Missverständnis nahe, dass die eine „*Bewegung des Richtens*“ gut, die andere dagegen schlecht sei.

Hier sei gleich angemerkt, dass beide Formen des „*Richtens des Widerspiegels*“ eine komplementäre Einheit bilden und jede der beiden Formen der Intentionalität die jeweils andere in sich aufbewahrt.

Das Problem liegt daher nicht darin:

- ob ich selbst es bin, der suchend und fragend seine Intentionalität frei umherschweifend richtet;
- oder ob (in meinem Wechselwirken mit der Welt) mich eine beglückende oder bedrohende Situation fesselt, sich mir als Problem vorwirft und als *Einstell-Wirken*<sup>3</sup> mein zweckmäßiges Handeln fördert und fordert.

## III.

Auch Tiere haben beides:

- sie werden sowohl in ihrer Intentionalität durch lebensrelevante Reize unmittelbar fasziniert, was zu unbedingten Reaktionen führt,
- als auch im spielenden oder suchenden Appetenz-Verhalten vom Situationsdruck relativ freigesetzt.

---

<sup>3</sup> Zum Thema „*Einstell-Wirkung*“ siehe meine Texte zu HEINRICH JACOBY, z.B. jene zum Projekt: „*Musik-Gesundheit-Bewegen*“. Internet:<[www.tiwald.com](http://www.tiwald.com)>

Es ist auch bekannt, dass man Tiere zum Unterscheiden eines für sie in ihrem Wahrnehmen vorerst gleichwertigen *So-Seins* dadurch zwingen kann:

- dass man dieses undifferenziert wahrgenommene **So-Sein** mit klar differenzierbaren Dimensionen des **Wert-Seins**, zum Beispiel die Farbe „Hellgelb“ mit einem Stromschlag und das etwas dunklere Gelb mit einer Futtergabe verknüpft.

Bedeutete für das Tier vorher sowohl Hell- als auch Dunkel-Gelb „Futter“, so lernt das Tier über die Koppelung mit der Dimension „Wert-Sein“ das vorerst noch globale *So-Sein* der gelben Farbe nun zu unterscheiden.

Dies sind alles lebenswichtige Prozesse, die auch das Leben des Menschen fördern und schützen.

Das Problem liegt für den Menschen daher nicht hier, sondern vielmehr in den Chancen und Gefahren seiner **Gewohnheitsbildungen**, die ihn meist zu stark festlegen.

Auch Tiere bauen über sog. „*bedingte Reflexe*“ für ihre Verhaltens-Steuerung **Symbole** auf, die Kommendes ankündigen.

Es geht dabei darum, aus der Gegenwart auszubrechen und eine Art **Früh-Erkennen** aufzubauen.

Die auf die Zukunft gerichtete lebendige Einstellung der Tiere sucht Teile eines Gesamt-Ereignisses, bzw. sucht vorerst sachlich Fremdes (z. B. einen Glockenton), das nicht zum sachlich Ganzen (Futter-Fressen) gehört.

Diese sog. *neutralen Reize* werden im Erleben „*aufmerksam*“ in das Gesamt-Ereignis einbezogen, d. h. sie bekommen durch das „**vereinende Bewegen der Aufmerksamkeit**“, trotz ihres „*Anders-Seins*“, eine erlebbare „*Identität mit dem Ganzen*“.

Das Gesamt-Ereignis selbst wird allerdings über das **Wert-Sein** der Bedürfnisse der Tiere als „**Feld**“ aufgespannt.

Der neutrale Reiz muss deshalb sehr deutlich oder deutlich immer wiederkehrend innerhalb dieses vom aktuellen Bedürfnis gespannten raum-zeitlichen **Feldes** verabreicht werden, damit er später als *Symbol* stellvertretend für das Ganze stehen und dieses auch ankündigen kann.

Nur ein hungriges Tier hat die Bereitschaft, das Fressen ankündigende Symbole zu suchen und zu lernen!

#### IV.

Diese **zukunftsorientierte** Frage verweist aber sofort auf die Frage, wie etwas **Vergangenes**, das später das Kommende ankündigen soll, überhaupt gefasst, d. h. in der **Gegenwart** aufgenommen werden kann.

Die „*Frage nach der Prognose*“ baut auf der „*Frage nach dem Erinnern*“ auf, d. h. auf der Frage, wo denn das Vergangene in einem Gedächtnis festgehalten wird und mit welchem Bewegen man beim Erinnern in die Vergangenheit gehen kann.

Hier bietet sich zur Erklärung ein Modell der „*Zeit-Umkehr*“ an, wie es PAVEL FLORENSKIJ<sup>4</sup> gebildet hat.

In meinem bewegungswissenschaftlichen Modell, in dem **die Bewegung fundamentaler als die Zeit und der Raum erscheint**, hat aber der Begriff „*Zeit-Umkehr*“ keinen Sinn.

Es ließe sich in meinem Modell nur nach einer *Bewegungs-Umkehr* fragen.

Dies erübrigt sich aber, da mein Modell **ohnehin von einer Komplementarität von zwei Bewegungen ausgeht**.

Das, was als *Zeit-Umkehr* erscheint, müsste sich in meinem Modell also mit diesen beiden fundamentalen Bewegungen verdeutlichen lassen.

Ich unterscheide hinsichtlich ihrer Intentionalität zwei Bewegungen:

- das vorwiegend den Raum und die Zeit aufspannende, sich öffnende, ausbreitende, verbindende Bewegen;
- das vorwiegend, grenzsetzende, unterscheidende, zentrierende und letztlich einem zentralen Nichts zustrebende, bzw. ein in das Nichts zusammenfallendes Bewegen.

Das eine Bewegen öffnet sich räumlich und schreitet zeitlich vergehend fort, das andere drückt bzw. fällt in sich zusammen und bildet so den raum-zeitlichen Gegenspieler.

In meinem Modell ergibt es daher keinen Sinn, z. B. bei der **Gravitation** von einer „*Anziehung*“ zu sprechen, für die dann die Fiktion einer anziehenden *Masse* (als Zentrum und als Kraft-Ursprung dieses allseitigen Zuges) unterstellt werden muss.

Die *Gravitation* erscheint in meinem Modell vielmehr als implosives „*Sich-zusammenschieben*“, welches das explosive raumaufspannende Bewegen begrenzt, krümmt

---

<sup>4</sup> PAVEL FLORENSKIJ: „*Die Ikonostase. Urbild und Grenzerlebnis im revolutionären Russland*“. STUTTGART 1988. Verlag Urachhaus. (ISBN 3878385870)

und zum relativ beruhigten *Bewegungs-Wirbel* verdichtet, der dann als *Masse* erscheint.

Die sogenannte *Materie* bzw. *Masse* ist daher **nicht die Ursache, sondern die Folge** des *Aktes der Gravitation*, die als *Anti-Energie* (als kräftiges grenzsetzendes Bewegen) die komplementäre sich ausweitende Bewegungsform vorübergehend gefangen hält.

Diese sich ausweitende Energie versucht ihrer Natur gemäß zu entfliehen, dies mit oder ohne komplementäre „*Bewacher*“, an die sie angekettet erscheint.

Gelingt es ihr, möglichst ohne ankettende Bewacher zu entfliehen, dann bleibt eine Übermacht an Bewacher ohne Häftling zurück, gierig darauf, im Umfeld neue Energien als Häftlinge einzufangen und zusammenzudrücken.

Nicht die Frage nach Raum und Zeit ist das für die Erkenntnis der Welt Fundamentale, sondern die Frage nach dem Bewegen:  
Raum und Zeit müssen über das Bewegen erklärt werden, nicht das Bewegen mit Hilfe von Raum und Zeit!

## V.

Sogenannte „*Zeit-Phänomene*“ treten auch in der „*Arbeit der Achtsamkeit*“ auf.

Das sogenannte „*Dehnen der Zeit*“ habe ich an anderer Stelle<sup>5</sup> bereits ausführlich behandelt.

Die sogenannte „*Umkehr der Zeit*“ wird relevant, wenn es beim vernünftigen Schließen darum geht, in der Achtsamkeit das Gedächtnis in das Wahrnehmen des gegenwärtig Gegebenen einzubringen.

Hier „*läuft der Film rückwärts*“ ab, aber ohne dass das Geschehen selbst auch rückwärts läuft.

Wenn ich mich als laufend träume, dann laufe ich im Traum nicht rückwärts nach hinten, wie es beim Rückwärtslaufen eines Filmes erscheint. Der Traum entfaltet sich bloß vom (inneren oder äußeren) aktuellen Anlass her in die Vergangenheit hinein<sup>6</sup>.

Es wird gleichsam zum Hier und Jetzt des Traum-Anlasses eine Phantasie-Geschichte geschrieben, die sich von der Gegenwart in die Vergangenheit hinein sukzessive aufbaut.

<sup>5</sup> vgl. meinen Text: „*Theorie der Leistungsfelder. Achtsamkeit und Bewegen-Lernen*“ <[www.tiwald.com](http://www.tiwald.com)> Texte zur Theorie des MuDo.

<sup>6</sup> vgl. PAVEL FLORENSKIJ: „*Die Ikonostase. Urbild und Grenzerlebnis im revolutionären Russland*“. STUTTGART 1988.

Aber jedes geträumte Geschehen läuft sehr wohl auf den gegenwärtigen Traum-Anlass hin in die Traum-Zukunft hinein.

Bildlich gesprochen „*paddle*“ ich in meinem träumenden „*Beachten*“ nicht vorwärts (d. h. mit Blick in die Fahrtrichtung) in die Vergangenheit hinein, sondern ich „*rudere*“, mit Blick auf das Hier und Jetzt des Traum-Anlasses, mit dem Rücken voran in die Vergangenheit.

Ich blicke bei dieser Fahrt in die Vergangenheit sozusagen hinter die „*Kulissen des Werdens*“, was mir eine „*phantastische*“ Vielfalt von Alternativen zeigt, die im Leben gar nicht realisiert wurden, aber als Chancen sehr wohl vorhanden waren.

Das beachtende „*Paddeln*“ in die Vergangenheit lässt dagegen das Werden als einen „*linearen Rinnsal kausal verknüpfter Fakten*“ erscheinen, ähnlich wie Historiker ihre „*wahren*“ Geschichten schreiben.

Bei abendlichen Meditationen, die den vergangenen Tag reflektieren, soll man daher auch nicht zuerst an das Aufwachen am Morgen des nun zu Ende gehenden Tages denken.

Es geht vielmehr auch hier darum, in einer sogenannten *Zeit-Umkehr* das am Abend gegenwärtige Im-Bett-Liegen durch die Frage „*Was war unmittelbar vorher?*“ usw. sukzessive in die Vergangenheit hinein als eine ganzheitliche und umfassende Vorstellung aufzubauen.

Auch hier soll man nicht in die Vergangenheit hinein „*paddeln*“, sondern (hinter die Kulissen des im Traum nochmals werdenden Tages schauend) in sie hinein „*rudern*“! Jedes erinnerte Geschehen selbst „*paddelt*“ aber, wie in der vergangenen Realität, sehr wohl in die Zukunft zum Hier und Jetzt des Meditierens hin.

Der Raum des Erinnerns wächst durch die sogenannte *Zeit-Umkehr* sukzessive in die Vergangenheit hinein.

Die Zeit kehrt sich aber eigentlich nicht um, sondern sie läuft deutlich in zwei entgegengesetzte Richtungen.

Der Raum spannt sich also in beide Richtungen auf, sowohl in die Vergangenheit als auch in die Zukunft hinein.

Ähnlich „*phantasie-geladene*“ Phänomene stellen sich beim Erreichen der „*Mitte*“, beim „*In-Form-Sein*“ ein, deshalb habe ich hier ausführlicher darauf Bezug genommen.

## VI.

Auch die **Achtsamkeit** ist eine komplementäre Einheit dieser beiden Arten des Bewegens:

- sie verbindet und unterscheidet.

Dementsprechend sind auch zwei Formen eines „*Ganzen*“ zu unterscheiden.

- zum einen das **Holon**, das dadurch entsteht, dass ein Ganzes durch unterscheidendes Bewegen **auseinandergesetzt** wird,

- zum anderen ein **System**, das durch verbindendes Bewegen **zusammengesetzt** wird.
- im *Holon* werden die Glieder durch **verbindendes Bewegen** zusammengehalten,
- im *System* werden die Teile durch **grenzsetzendes Bewegen** definiert.

Die *Achtsamkeit* setzt auf ähnliche Weise ein sinnlich anschauliches *Holon* im sogenannten „*Verstand*“ zu kleineren Bedeutungs-Einheiten „*ur-teilend*“ auseinander und verbindet andererseits **logisch schließend und kreativ assoziierend** mit der sogenannten „*Vernunft*“ kleinere Einheiten zu größeren Sinn-Einheiten, zu Systemen.

Die *Achtsamkeit* kann nun bei dieser Arbeit:

- einerseits von der äußeren Realität fasziniert, eingestellt und geführt werden;
- andererseits kann sie aber auch von der inneren Realität „*vor-ur-teilend*“ dazu verleitet werden, dort Grenzen zu ziehen, wo objektiv keine sind, oder auch Einheiten zu bilden, die objektiv gar nicht gegeben sind.

Dadurch kommt es in der Erkenntnis zwangsläufig zum Konflikt zwischen den beiden **Fremdbestimmungen** der äußeren und der inneren Realität.

Zwei Faszinationen prügeln sich gleichsam um die Vorherrschaft.

In diesem Zweikampf zwischen diesen zwei Faszinationen gerät das, was mit „*selbstbestimmter Intention*“ (*Achtsamkeit*) bezeichnet wurde, leicht aus dem Blick.

Aus der fundamentalen Dialektik zwischen *freier Intention* und bedürfnisrelevant von außen her *faszinierter Intention* wurde eine von der freien Intention entfremdete Dialektik zwischen innerer und äußerer Fremdbestimmung, bei der zunehmend die vorurteilende innere Fremdbestimmung die Oberhand gewinnt.

Dieser Realitätsverlust, bzw. diese Dominanz der inneren Fremdbestimmung ist wiederum ein „*gefundenes Fressen*“ für die Manipulation des Menschen durch den Menschen.

In dieser Asymmetrie erscheint dann das fixierte Hinwenden zu bloß einer dieser beiden Faszinationen wie eine **Befreiung**.

Dieses Hinwenden wird daher oft als eine Annäherung an die *selbstbestimmte Achtsamkeit* **fehlinterpretiert**.

Das Fixieren auf eine der beiden Arten der Faszinationen bzw. der Umschlag in die bloß andere Art der Faszination erscheint wie ein besonderer psychischer Ausnahmezustand vor allem auch deshalb, weil durch die starke Faszination der inneren oder äußeren Praxis das **schwankende Bewusstsein** sozusagen „**auf den Punkt gebracht wird**“ und sich als scheinbar beruhigt und „**frei von**“ erlebt.

Der Weg zur *selbstbestimmten Achtsamkeit* führt daher nicht selten

- von der flatternden und **schwankenden Faszination**, die den Menschen fremdbestimmt „*im Dreieck springen lässt*“;
- über die auf den Punkt gebrachte und relativ **beruhigte Faszination**;
- hin zur sich vorerst frei und selbstbestimmt erlebenden **Achtsamkeit**.

Benutzt man auf diesem Weg, um die faszinierte Aufmerksamkeit auf den Punkt zu bringen:

- vorerst besonders auffällige Faszinationen (entweder spektakuläre äußere Reize oder beeindruckende innere Erlebnisse);
- so wendet man sich dann, wenn man die Aufmerksamkeit auf diese Weise auf den Punkt gebracht hat, zunehmend unauffälligen Erscheinungen zu.

Zum Beispiel sucht man beim Bemühen, Gleiches zu wiederholen (wie beim *Uchi-Komi* im *Judo*)<sup>7</sup>, während des Wiederholens nach kleinen Unterschieden, oder man wendet sich dem Einfachen und „*Faden*“ zu, das vorerst nicht die Gefahr der manipulierenden Faszination zu liefern scheint.

Auf diesem Wege entdeckt man in sich das, was ich im Unterschied zur faszinierten „*Aufmerksamkeit*“ mit dem Wort „*Achtsamkeit*“ bezeichnet habe.

Das sich dabei einstellende glückliche Erleben verlockt allerdings dazu, das Werkzeug „*Achtsamkeit*“ selbst zum Werkstück zu machen und an ihm, in immer weltabgewandteren Situationen, immer mehr herumzufeilen. Dies führt dann zum „*Kult der Achtsamkeit*“, der gut beraten ist, in der Einsamkeit zu bleiben und den Prüfstand der Praxis, den Prüfstand der tatsächlichen Welt, zu meiden.

Aus christlicher Sicht beschreibt PAVEL FLORENSKIJ den Weg von der *Aufmerksamkeit* zur *Achtsamkeit* so<sup>8</sup>:

*„Wenn aber die Aufmerksamkeit geübt ist und nicht durch den äußeren Eindruck dazu geführt wird, sich auf ein bestimmtes Objekt zu konzentrieren, wenn sie aus sich heraus fähig ist, aus dem Lärm der sinnlichen Eindrücke ein Merkmal oder ein Objekt herauszugreifen, obwohl es sich unter anderen frappierenden, jedoch für das Verständnis nicht erforderlichen Dingen verliert, so entfällt die Notwendigkeit sinnlicher Stützen für die Aufmerksamkeit.*

*Und im Gebiet des übersinnlichen Schauens ist es nicht anders:*

<sup>7</sup> Vgl. HORST TIWALD: „*Zur Psychologie des Uchi-Komi-Trainings*“. Internet: [www.tiwald.com](http://www.tiwald.com) Texte zur Theorie des MuDo.

<sup>8</sup> PAVEL FLORENSKIJ: „*Die Ikonostase. Urbild und Grenzerlebnis im revolutionären Russland*“. STUTTGART 1988.



*Die geistige Welt, das Unsichtbare, ist nicht irgendwo fern von uns, sondern umgibt uns; ...“ (S. 70/71)*

*„Da das geistige Auge der Betenden schwach ist, muss die Kirche in Fürsorge um sie der geistigen Schläffheit Abhilfe schaffen:*

*Sie muss diese hellen, klaren und lichten Visionen **markieren**, stofflich befestigen, ihre Spur durch Farbe binden.*

*Aber diese Krücke der Geistigkeit, die stoffliche Ikonostase, verbirgt nichts vor den Gläubigen – keine interessanten und pikanten Geheimnisse, wie es sich manche in Ignoranz und Selbstliebe vorgestellt haben -, im Gegenteil, sie weist ihnen, den Halbblinden, die Geheimnisse des Altars, eröffnet ihnen, den Lahmen und Krüppeln, den Zugang in eine andere Welt, die ihnen aufgrund ihrer eigenen Geistessträgheit verschlossen ist, schreit ihnen vom Himmelreich in die tauben Ohren, da sich erwiesen hat, dass die Rede in gewöhnlicher Lautstärke nicht zu ihnen dringt.*

*Natürlich ist dieser Schrei all der feinen und der reichen Ausdrucksmittel beraubt, die die ruhige Rede besitzt;*

*aber wer trägt denn die Schuld, wenn letztere nicht nur nicht geschätzt, sondern nicht einmal bemerkt wird, und was bleibt dann anderes als der Schrei?“ (S. 69)*

## VII.

Auf dem Weg zur **Achtsamkeit** kann man:

- nicht nur in dieser selbst oder in der starken Faszination durch den „Schrei“, wie FLORENSKIJ es bildhaft ausdrückt, stecken bleiben,;
- sondern auch das Erreichen der „gewöhnlichen Lautstärke“ kann einen festhalten und in einen „Kult der Einfachheit“, in einen „Kult des Fadens“ führen, in welchem man dann bemüht ist, dieses einfache So-Sein als selig machend zu kultivieren.

Alle diese Angebote der Selbsterfahrung gibt es.

Sie haben alle ihre gesellschaftliche Funktion.

Sowohl das einseitige Beschäftigen mit der Achtsamkeit als auch die achtsame Analyse des „Fadens“ bringen aber auch wesentliche Erkenntnisse:

- über das Kultivieren der Achtsamkeit, d.h. über das „vertiefende Beachten der Achtsamkeit selbst“ gelangt man im Erleben immer mehr zum *Da-Sein* als einer fundamentalen Dimension des Erlebens und kann dann verstehen, was mit den Wörtern „Leere“, „Grund“, „Sein“ und „Mitte“ (als einer achtsamen Meta-Position) in meinem Modell bezeichnet wird; man bekommt dann auch ein „Gespür“ dafür, was MEISTER ECKHART als „Gottheit“ vom „Gott“ unterschied;
- über das achtsame „Kultivieren des Fadens“ gelangt man dagegen immer mehr zum Erleben des *So-Seins* in seinen fundamentalen Formen; man arbeitet dann mit „Grenzen-Erleben“ und kann dann besser verstehen, was in meinem Modell einerseits mit „Nichts“ und andererseits mit „Ganzem“ und mit „Mitte“, als einem „In-Form-Sein“, bezeichnet wird. Hier bekommt man akzentuiert ein „Gespür“ dafür, was ECKHART als „Gott“ von der „Gottheit“ unterschied.

Bei MEISTER ECKHART werden die drei Positionen der Drei-Einigheit:

- „hl. Geist“, „Sohn“ und „Vater“ klar unterschieden.

Die Position des „hl. Geistes“ nennt er „Gottheit“. Sie ist in meinem Sinne der „Grund“, sie ist die „Fülle an Kraft“, sie ist die „Leere an Form“, sie ist das „umfassende Sein-Können“ als umfassende „Möglichkeit“, als „Potenz“.

In östlichen Philosophien wird diese Position das „Brahman“, das „Tao“, das „Wuji“, die „Sunnata“ usw. genannt.

ECKHART legt Wert darauf, diese wirkungslos in ihrer „Kraft“ ruhende „Gottheit“ vom „energisch“ wirkenden „Gott“, dem „Vater“ (dem umfassenden „Ganzen“, der Natur im weitesten Sinne), zu unterscheiden.

Von diesem „Vater“ gehen auf den Menschen (auf den „Sohn“) äußere und innere Einstell-Wirkungen aus, die dieser mit seinem „Glauben“ aber nur dann als „Gnade“ (als eine innere Stimme) vernehmen kann, wenn er mit seiner Seele, wenn er mit seinem „Fünklein“ (mit seinem „Atman“) als „Sohn“ unmittelbar eins geworden ist mit der „Gottheit“, mit dem „Grund“.

Der „Grund“ ist also so etwas wie ein untätiger, wirkungsloser Spiegel, der den „Sohn“ mit dem „Vater“, der den Menschen (durch die innere „Identität“ der Dreieinigheit) mit der Natur „unmittelbar vermittelt“.

Über dieses innere Einswerden mit dem „Grund“ erlangt der Mensch seine freie in die „Ungewissheit“ geworfene, aber trotzdem im „Grund“ geborgene „Mitte“, in der er das Einstell-Wirken der ihn umgebenden Natur und die des umfassend wirkenden „Ganzen“ („Vater“) im „Wagnis“, wie es PETER WUST<sup>9</sup> vielleicht ausdrücken würde, ausbalancieren muss.

MEISTER ECKHART sagte<sup>10</sup>:

*„Gott und ‚Gottheit‘ sind so weit voneinander verschieden wie Himmel und Erde.*

*Ich sage noch mehr:*

*Der innere und der äußere Mensch sind so weit verschieden wie Himmel und Erde.*

*Gott aber ist es um viele tausend Meilen mehr.*

*Gott **wird** und **entwird**.*

*Nun komme ich auf mein Wort wieder zurück:*

<sup>9</sup> Vgl. PETER WUST: „Ungewissheit und Wagnis“. GRAZ 1937.

<sup>10</sup> Aus der Predigt: „Nolite timere eos.“ In: DIETMAR MIETH (Hrsg.): „Meister Eckhart“. OLTEN 1979

*Gott schmeckt sich selbst in allen Dingen....“ (S. 191/192)*

*„So also reden alle Geschöpfe von Gott.*

*Und warum reden sie nicht von der ‚Gottheit‘?*

*(Weil) alles, was in der ‚Gottheit‘ ist, Eins ist, und davon kann man nicht reden.*

*Gott wirkt, die ‚Gottheit‘ wirkt nicht, sie hat auch nichts zu wirken, in ihr ist kein Werk; sie hat es niemals auf ein Werk abgesehen.*

*Gott und ‚Gottheit‘ sind unterschieden nach Wirken und Nichtwirken.*

*Wenn ich in Gott zurückkomme und nicht dabei stehen bleibe, dann ist mein ‚Durchbrechen‘ viel edler als mein Ausfließen.*

*Ich allein bringe alle Geschöpfe in ihrem geistigen Sein in meine Vernunft, so dass sie in mir eins sind.*

*Wenn ich in den Grund, in den Boden, in den Strom und in die Quelle der ‚Gottheit‘ komme, so fragt mich niemand, woher ich komme und wo ich gewesen bin.*

*Dort hat mich (ja) niemand vermisst, dort entwid Gott.“ (S. 193/194)*

### VIII.

Da ich an anderen Stellen<sup>11</sup> wiederholt versucht habe, das für das Verstehen östlicher Gedanken wesentliche Thema „*Da-Sein*“ und „*Leere*“ zu verdeutlichen, möchte ich mich nun dem Thema „*Mitte*“ von der Seite des *So-Seins* her nähern, wozu das Thema des „*Faden*“ ein guter Einstieg ist.

In meinem Modell hat das, was mit den Wörtern „*Komplementarität*“, „*Gegensatz*“<sup>12</sup> „*Gegenteil*“, „*Widerspruch*“, „*Polarität*“, usw. bezeichnet wird, tragende Bedeutung.

Diese Wörter will ich hier aber bloß umgangssprachlich verwenden, ohne sie bereits festzulegen.

Sie sind also vorerst austauschbar.

Zwei Phänomene sind in diesem Zusammenhang wichtig:

- einerseits der Umschlag in eine neue bzw. andere Qualität, beispielsweise beim sogenannten „*Aktsprung*“ (zum Beispiel: bei zunehmender Geschwindigkeit vom Gehen zum Laufen und dann zum Galopp);

<sup>11</sup> vgl. HORST TIWALD: „*Bewegung und Möglichkeit*“ und HORST TIWALD: „*Zum Verstehen meiner Position*.“ Internet: [www.tiwald.com](http://www.tiwald.com) Texte zur Theorie des MuDo.

<sup>12</sup> siehe auch: ROMANO GUARDINI: „*Der Gegensatz – Versuch zu einer Philosophie des Lebendig-Konkreten*“. MAINZ 1985 (ISBN 3-7867-1201-8)

GOTTFRIED STIEHLER: „*Der Dialektische Widerspruch – Formen und Funktionen*“. BERLIN/Ost 1967

HORST TIWALD: „*Yin und Yang – Zur Komplementarität des leiblichen Bewegens*“. IMMENHAUSEN bei KASSEL 2000 (ISBN 3-934575-10-2)

- andererseits der Umschlag in das Gegenteil, wie es im Bild des *Yin* und *Yang* symbolisiert wird.

Beide Ereignisse sind wichtiger Bezugspunkt für das Entfalten der *Achtsamkeit*.

Man kann zum Beispiel entweder im *Pass-Gang* gehen oder nach dem sog. *Diagonal-Prinzip* gehen.

Beides lässt sich isoliert voneinander gut üben.

Interessant ist nun aber, darauf zu achten, was in mir und in meinem äußeren Bewegen beim **Übergang** von einer Gangart in die andere geschieht.

Genau so lassen sich verschiedene Rhythmen trommeln.

Auch diese Rhythmen kann man isoliert voneinander einstudieren.

Für das Entwickeln der Achtsamkeit ist aber von besonderem Interesse, das innere und äußere Geschehen genau beim **Übergang von einem Rhythmus in den anderen** zu beachten.

Beim **Skilaufen** kann man sich zum Beispiel einen zunehmend steiler werdenden Hang suchen und im flacheren Teil mit Schlittschuh-Schritt auf den Ski-Innenkanten sich aktiv fortzubewegen beginnen.

Irgend wann kommt der notwendige Übergang vom Schlittschuh-Schritt auf den Ski-Innenkanten zum Schlittschuh-Schritt auf den Ski-Außenkanten.

Was geschieht an dieser „inneren Grenze“, und wo und wann erreicht man sie?

Auf diesem Weg gelangt man (nach Überschreiten dieser „inneren Grenze“) mit zunehmender Hangneigung und zunehmender Geschwindigkeit auch zur „äußeren Grenze“ und erlebt im „Abenteuer“ des Extremen die entsprechenden „Grenz-Erfahrungen“.

Ähnliches kann man beim schnellen Bergab-Laufen, bzw. Galoppem, über Geröllhalden oder in Bächen erleben.

In diesen riskanten „Abenteuern“ stellt sich ein „In-Form-Sein“, ein Offen-Sein zu allen Bewegungen hin, und eine mit der Wahrnehmung raumzeitlich enorm vorausseilende Wachheit und Gelassenheit ein, in der Angst keinen Platz hat, denn diese wäre unter Umständen tödlich.

Das „In-Form-Sein“ in der „Mitte“ zwischen zwei Extremen kann dagegen insbesondere der Skilauf-Anfänger erleben, wenn er sich achtsam bemüht, jene „Grenze“ zu finden, wo es sich nicht mehr lohnt, um Stabilität zu kämpfen und es zweckmäßiger ist, aktiv seinen Sturz mitzugestalten.

In diesem Falle ist ein voreiliges, präventives Stürzen genau so wenig erstrebenswert wie ein kämpferisches zu lange Warten.

Beim achtsamen Experimentieren mit dem Gleichgewicht kann man hier ebenfalls seine „Mitte“ und sein „In-Form-Sein“ finden und dann aus dieser

„antennigen“ Freiheit heraus souverän das *Einstell-Wirken*<sup>13</sup> der Umwelt aufnehmen und sein zweckmäßiges Bewegten entwickeln.

Wer dagegen glaubt, Skilaufen ohne zu stürzen erlernen zu sollen, bzw. beabsichtigt, möglichst schnell das Stürzen zu meiden, dem ist allerdings dieser achtsame Weg zur „Mitte“ verwehrt.

Wer allerdings glaubt, Stürzen alleine sei schon gut, je spektakulärer desto besser, der hat den „faden“ Weg des achtsamen Experimentierens mit dem Gleichgewicht nicht verstanden.

Es geht nicht um einen „Kult des Stürzens“, der vielleicht „hart macht“, sondern um achtsame „Grenz-Erfahrungen“ in der unfassbaren und unsichtbaren „faden Mitte“.

Für das Thema der „Mitte“ ist, wie schon aufgezeigt, das Beachten des Umschlages ins Gegenteil, sind „Grenz-Erfahrungen“, sehr wichtig, zum Beispiel auch die Frage danach, wo die Qualität „kalt“ in die Qualität „warm“ übergeht.

Wo ist die „Grenze“?

Ohne Unterschiede, ohne „Grenzen“ gibt es keine Qualitäten, aber wo sind jene zu finden?

Die Grenze ist entweder ein „hartes Nichts“, das eben „nicht“ zu finden ist, oder „nicht Nichts“ und als solches eben keine harte Grenze, sondern ein verlaufend erscheinendes **Feld**.

Es zeigt sich im Erleben, dass es zwischen den Extremen in ihrer „Mitte“ eigentlich gar keine inneren Grenzen gibt, sondern dass diese sogenannten inneren Grenzen selbst „**Felder**“ sind, die durch die Extreme an den äußeren „Grenzen“, die im Abenteuer gesucht werden, erst als innere Unterschiede erkennbar gemacht werden.

In ihrer „Mitte“ sind sie aber weder das Eine noch das Andere.

Die innere Grenze der „Mitte“ hat sich als trennendes und formgebendes „Nichts“ **selbst negiert** und **sich zu einem erscheinenden „Feld“ gespannt**.

Wo ist in der konkreten Realität die Grenze zwischen „hell“ und „dunkel“, zwischen „schwarz“ und „weiß“, zwischen „Tag“ und „Nacht“, zwischen „Haut“ und „Umwelt“, zwischen „Yin“ und „Yang“?

Je weiter das Gegebene auseinanderliegt, je größer die Unterschiedsschwelle ist, um so klarer weiß man, was „eigener Körper“ und was „Umwelt“, was „Subjekt“ und was „Objekt“ ist.

---

<sup>13</sup> Vgl. meine Beiträge: „Querverbindungen von Heinrich Jacoby zum MuDo-Ansatz des Bewegtenlernens“ sowie „Einstellwirkung und Empathie – Gedanken zu Heinrich Jacoby“ und „Einstellwirkung im Sinne von Heinrich Jacoby in der Inneren Empirie“. Internet: [www.tiwald.com](http://www.tiwald.com) Texte zum Projekt Musik-Gesundheit-Bewegen.

Das harte qualitative Problem erweist sich hier dann als ein verlaufend quantitatives.

Dass es eine eindeutige Grenze gibt, schließt man bloß irrtümlich aus der eindeutigen Unterscheidbarkeit der Extreme.

Die „Mitte“ (dort wo eine Grenze vermutet wird) ist aber diffus, unauffällig, „*grau in grau*“, „*fade*“, „*ohne Geschmack*“, letztlich „*unfassbar*“ und auch „*unsichtbar*“.

Die „Mitte“ zwischen „*schwarz*“ und „*weiß*“ erscheint als „*grau*“.

Das „*Grau*“ wäre dann seiner „*Soheit*“<sup>14</sup> nach der Inbegriff der Farbe überhaupt.

Setze ich den Inbegriff der Farbe in sich „*grenzsetzend*“ in die uns gegebene Buntheit auseinander und suche ich, diese Vielfalt der Farben vermischend, wieder ihre „Mitte“, dann lande ich wiederum beim farblosen „*Grau*“.

Das „*Grau*“ erscheint hier gewissermaßen als die „*ruhende Mitte*“, als Mitte eines Rades, um die sich alle Speichen drehen.

Wenn ich mich, zum Beispiel beim achtsamen Variieren einer Bewegung, achtsam dem *So-Sein* der „Mitte“ dieser Variationen zuwende, also jenen Bereich suche, der weder das eine noch das andere, aber auch sowohl das eine als auch das andere ist, dann kann sich im Erleben das „*In-Form-Sein*“ einstellen, das sich in nichts von dem unterscheidet, was man über das „*ein-seitige*“ Hinwenden zur Achtsamkeit bzw. zur „*Leere*“ erreichen kann.

Das „*unsichtbare*“ *Da-Sein* erfüllt auch im Weg zur Mitte des *So-Seins* erlebensintensiv das „*sichtbare*“ *So-Sein*.

Auf dem Weg über das *So-Sein* gelange ich „*im Leben*“ nicht wo anders hin, als auf dem (sich immer mehr vom *So-sein* der sinnlichen und gedanklichen Welt isolierenden) Weg über das *Da-Sein*.

Deshalb fasziniert das tiefe Erleben des „*Faden*“ ähnlich wie das *Kultivieren der Achtsamkeit*.

Der Sog, jenes „*Erleben*“ der faden „*Soheit der Mitte*“ zum in sich kreisenden „*Erlebnis*“<sup>15</sup> zu kultivieren (und dieses zum differenzierten „*Bewusstsein*“ auszuformen) ist daher ebenso verführerisch.

---

<sup>14</sup> Unter „*Soheit*“ verstehe ich die auf den Punkt gebrachte spezifische Qualität des jeweiligen „*ganzen*“ Bewusstseins. Die „*Soheit*“ („*Tathata*“) ist undifferenzierte, aber benennbare Qualität im Hier und Jetzt. Ihr ausformbarer Gehalt, ihr „*So-Sein*“, ist nicht als differenziertes „*Bewusstsein*“, sondern bloß als „*Bewusstheit*“, als Möglichkeit des Wissens präsent.

<sup>15</sup> Zur der für mich wichtigen Unterscheidung zwischen „*Erleben*“ und „*Erlebnis*“ siehe meine Texte „*Bewegen und Erleben*“ und „*Viktor von Weizsäcker und der Paradigma-Wechsel in der Wissenschaft*“. (in: „*Bewegung und Wissenschaft*“) Internet: [www.tiwald.com](http://www.tiwald.com) *Kritische Sporttheorie*.

Dieses Kultivieren würde zum Beispiel bedeuten, das Grau selbst zur Farbe zu machen und in ihm dann verschiedene Arten des Grau zu unterscheiden, es zum *So-Sein* zu differenzieren.

Die erlebens-intensive Farb-Mitte „*grau*“ ist aber kein bereits bewusst differenziertes *So-Sein*, sondern, als „*Bewusstheit*“<sup>16</sup> der Farbe überhaupt“, die in einer achtsamen „*Sammlung*“<sup>17</sup> genau „auf den Punkt gebrachte Vielfalt der Farben“.

Als negierte Grenze, als negiertes Nichts, ist die „*Mitte*“ aber nicht die „*formlose Leere*“, sondern als „*Soheit*“ bloß die „*in sich*“ unterschiedlose „*Form*“. Sie ist als (zwar benennbares aber undifferenziertes) „*Ganzes*“ in gewisser Hinsicht eine Urform bzw. ein „*Ur-Phänomen*“ im Sinne GOETHE<sup>18</sup>. Sie ist das, was wir zwar als „*spezifische Qualität*“ unmittelbar „*Kennen*“ und „*Benennen*“, aber nicht „*Erkennen*“<sup>19</sup> können.

Weil diese *so-seiende Ganzheit* ohne innere Differenzierung ist, scheint sie der durchschimmernden „*unsichtbaren*“ *Leere des Da-Seins* besonders nahe.

Die erlebens-intensive Mitte „*Grau*“ ist aber keine Farbe und doch kann sie (den „*Grenzen*“ entsprechend) „*der Chance nach*“ sowohl „*Weiß*“ als auch „*Schwarz*“ oder auch jede Farbe werden.

Sie ist das relativ dauerhafte „*konkret Allgemeine*“ der Farbe, d.h. sie ist als konkret „*dauerhaftes*“ („*träges*“ d.h. „*relativ beruhigtes*“) **Ur-Phänomen** kein gedanklich **abstraktes Allgemeines**.

Die erlebensintensive Mitte „*Grau*“ ist das, was allen Farben konkret gemeinsam ist, so lange es überhaupt Farben gibt.

Hier liegt allerdings das Missverständnis nahe, das „*Grau*“ als eine äußere Farbe von der erlebens-intensiven Begegnung mit dem Menschen zu trennen.

Es geht daher nicht darum, das „*Fade*“ zu Substantialisieren, es vom Akt seines wahrnehmenden Beachtens zu trennen und zu objektivieren.

---

<sup>16</sup>Hier sind drei Wörter auseinander zu halten: „*Bewusstheit*“ als Möglichkeit des Wissens, „*Bewusstsein*“ als Wirklichkeit des Wissens und „*Willkür*“ als selbstbestimmtes Umsetzen des Wissens. Vgl. mein Projektpapier Nr. 3: „*Bewusstsein, Willkür und Bewusstheit im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining*“. (3. 12. 1998). Alle Projektpapiere können kostenlos aus dem Internet heruntergeladen werden. Internet: <[www.tiwald.com](http://www.tiwald.com)>

<sup>17</sup> vgl. mein Projektpapier Nr. 16 „*Konzentration im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining. Zur Erinnerung an Elsa Gindler*.“ Internet: <[www.tiwald.com](http://www.tiwald.com)>

<sup>18</sup> vgl. HENRI BORTOFT: „*Goethes naturwissenschaftliche Methode*.“ STUTTGART 1995. Verlag Freies Geistesleben. (ISBN 3-7725-1544-4.)

<sup>19</sup> Zur Unterscheidung des schauenden „*Kennens*“ von „*Ganzheiten*“ und dem theoretischen „*Erkennen*“ ihrer nach innen und außen differenzierten Struktur siehe: HORST TIWALD: „*Bewegung und Wissenschaft*“. Internet: [www.tiwald.com](http://www.tiwald.com) *Kritische Sporttheorie*.

Im Gegenteil, die Einheit des objektiv „Faden“ mit dessen subjektivem Be-  
achten ist das Entscheidende.

Es gibt nichts objektiv „Geschmackloses“, wenn es kein subjektives „Schmecken“  
gibt.

Das „Faden“ ist als das „Geschmacklose“ daher auch der Inbegriff des  
„Schmeckens“ (als subjektivem Akt).

Genau so ist die „Weisheit“ nichts, was man vom Menschen ablösen könnte.

„Weisheit“ ist zwar das auf den Punkt gebrachte Wissen, aber sie ist auch  
voll des gründlichen „Schmeckens“, was das lateinische Wort für Weisheit  
„Sapientia“ (von lat. „sapio“, „ich schmecke“) treffend ausdrückt.

PAVEL FLORENSKIJ drückte dies so aus:

*„Anders gesagt sind die wesentliche Erkenntnis, als Akt des erkennenden  
Subjekts, und die wesentliche Wahrheit, als erkanntes reales Objekt – real  
ein und dasselbe, obwohl sie sich im abstrakten Verstande unterschei-  
den.“* (4. Brief „Das Licht der Wahrheit“)

*„Wenn dem aber so ist, dann ist der Akt des Erkennens nicht nur ein gno-  
seologischer, sondern auch ein ontologischer, nicht nur ein idealer, son-  
dern auch ein realer Akt.*

*Die Erkenntnis ist ein reales Aus-Sich-Herausgehen des Erkennenden  
oder – was dasselbe ist – ein reales Hineingehen dessen, was erkannt  
wird, in den Erkennenden – eine reale Vereinigung des Erkennenden und  
des Erkannten.*

*Das ist die fundamentale und charakteristische These der gesamten rus-  
sischen und überhaupt der östlichen Philosophie.“* (4. Brief „Das Licht der  
Wahrheit“)

*„Wie immer wir über die menschliche Vernunft denken mögen, so haben  
wir doch ohne weiteres die Möglichkeit zu behaupten, dass sie ein Organ  
des Menschen, seine lebendige Tätigkeit, seine reale Kraft, lógos, ist.*

*Im gegenteiligen Falle, im Falle, dass sie uns als ‚an sich‘ seiend und da-  
her als ein Irreales – diánoia – gilt, sind wir unvermeidlich zu einer ebenso  
unbestreitbaren und von vornherein feststehenden Verneinung der Real-  
ität des Wissens genötigt.*

*Wenn nämlich die Vernunft des Seins nicht teilhaftig ist, so hat auch das  
Sein an der Vernunft nicht teil, d. h. es ist alogisch.*

*Dann ist der Illusionismus unvermeidlich und jeglicher Nihilismus, der in  
einen schwächlichen und kläglichen Skeptizismus mündet.“* (4. Brief „Das  
Licht der Wahrheit“)

*„In der Tat:*

*der Verstand in seinen konstitutiven logischen Normen ist entweder durch  
und durch unsinnig, wahnsinnig bis in seine feinste Struktur hinein, aus  
unbewiesenen und daher völlig zufälligen Elementen zusammengesetzt,  
oder aber, er hat das Überlogische zu seiner Grundlage.*



*Eines von beiden:*

*entweder muss man die prinzipielle Zufälligkeit der logischen Gesetze annehmen, oder aber die Anerkennung der überlogischen Grundlage dieser Normen ist unvermeidlich – einer Grundlage, welche vom Standpunkt des Verstandes selbst postulativ notwendig ist, aber eben deshalb für den Verstand ein antinomische Gepräge hat.*

*Das eine wie das andere führt über die Grenzen des Verstandes hinaus.“*  
(3. Brief „Die Trinität“)<sup>20</sup>

Was hier beschrieben wird, das ist der Weg im So-Sein des „Ganzen“. Dieser Weg des achtsamen „Schmeckens“ ist aber, das kann nicht oft genug betont werden, klar zu unterscheiden von dem anderen Weg des achtsamen „Beachtens der Achtsamkeit“ selbst:

- Der Weg des achtsamen „Beachtens der Achtsamkeit“ baut keine Meta-Ebenen des So-Seins auf und legt auch nicht im So-Sein relativ ruhende „Ur-Phänomene“ bloß.  
Im „Beachten der Achtsamkeit“ wird vielmehr die Achtsamkeit selbst als widerspiegelndes und wirkungsloses Da-Sein immer mehr vom So-Sein isoliert, bzw. das sinnliche So-Sein wird sukzessive ausgeblendet, wodurch der Grund der „Leere“ nahezu „übrigbleibt“. Das Ein-Strahlen dieser unsichtbaren „Leere“ gibt dem So-Sein das Erhabene einer zeitlosen Ewigkeit.  
Dieses zeitlose „Ewig-Sein“ darf aber nicht verwechselt werden mit der in der Zeit beharrlichen, trägen, „relativ beruhigten“, zeitlich das Hier und Jetzt überdauernden „Soheit“ der Ur-Phänomene, die über die Mitte des So-Seins erreicht werden.
- Das „Schmecken“ ist dagegen ein Akt des So-Seins, ein Akt der achtsamen Sinnlichkeit. In der Erlebens-Tiefe gelangt man über diesen achtsam-sinnlichen Akt zum lebendig konkret allgemeinen So-Sein (zur „Soheit“) als der in sich unterschiedlosen Qualität, die jedoch alle ihre besonderen Ausformungen in sich begreift und zu diesen hin konkret offen ist.  
Hier erlebe ich das „In-Form-Sein“ als Freiheit und Kompetenz zu jedem situativ zweckmäßigen Tun hin offen und auch fähig zu sein.  
Hier dehnt sich das Hier und Jetzt zeitlich in die Vergangenheit und in die Zukunft, wie ich es am Beispiel des Traumes beschrieben habe.  
Hier werden das Hier und Jetzt überdauernde Ur-Phänomene (zeitlich langfristig wirkende Formen, Ordnungen und Gesetze) gegenwärtig. Diese sind aber nicht „ewig“ im Sinne des zeitlosen Da-Seins, sie sind nicht „ewig“ im Sinne des „Grundes“.  
Da im Beachten dieser in der Zeit „beharrenden“ Ur-Phänomene die form-, wirkungs- und vergehenslose „Ewigkeit“ des unsichtbaren „Grundes“ durchtönt, erscheint es im Erleben fast so, als wären diese im Erleben gegenwärtigen Ur-Formen und „Ideen“ im platonischen Sinne auch „ewige“ und „jenseitige“ Ur-Bilder.

---

<sup>20</sup> PAVEL FLORENSKIJ: „Der Pfeiler und die Grundfeste der Wahrheit“. in: PAVEL FLORENSKIJ: „An den Wasserscheiden des Denkens“. BERLIN. Kontext Verlag (ISBN 3-931337-05-7)

Die Differenz zwischen der „relativen Ruhe“ bzw. der „prägenden Beharrlichkeit“ der Ur-Phänomene „in der Zeit“ des „Ganzen“ einerseits, und der „zeitlosen Ewigkeit“ des unsichtbaren „Grundes“ andererseits, wird im Erleben als „fundamentaler Widerspruch“ erst „klar“, wenn man nicht nur den Weg zur Mitte des So-Seins hin, sondern auch jenen des „Beachtens der Achtsamkeit“ einigermaßen beschritten hat.

Die auf den Punkt eines „**eingipfeligen Bewusstseins**“<sup>21</sup> gebrachte „Bewusstheit“ eines So-Seins erscheint als eine konkret-allgemeine Ur-Form mehrerer besonderer So-Sein.

Diese „Bewusstheit“ unterscheidet sich, wie schon wiederholt betont, aber vom achtsamen Erleben der Formlosigkeit der „Leere“, das über das „Beachten der Achtsamkeit“ unmittelbar erreicht werden kann.

Der unsichtbare „Grund“, die „Leere“, ist nämlich nicht einmal „geschmacklos“ oder „fade“, denn die Achtsamkeit kann nicht schmecken! Schmecken, d. h. einen Geschmack erwarten, das kann nur das dem so-seienden „Ganzen“ zugewandte „achtsam-sinnliche Erinnern“.

Die achtsame Begegnung mit der formlosen „Leere“ des Da-Seins ist dagegen gewissermaßen die formlose Kehrseite des Schmeckens der geschmacklosen „Mitte“ des So-Seins.<sup>22</sup>

Auch beim Hören von Musik kann ich die „Mitte“, in welcher im So-Sein das unsichtbare Da-Sein durchleuchtet, bzw. in der dieses das So-Sein erfüllt, im So-Sein selbst auf zwei Wegen erreichen:

- zum einen kann ich versuchen, im So-Sein der Musik durch achtsames „Hinhören“ die Musik als so-seiendes „Ganzes“ auf den Punkt zu bringen. Es kann mir dabei gelingen, sie als eine „ganze“ Einheit zu beachten, die mich ergreift oder die ich selbst achtsam ergreife und in meiner „Sammlung“ auf den Punkt ihrer „Soheit“ bringe. Dadurch kann ich in der Präsenz eines musikalischen „Ur-Phänomens“ zum durchleuchtenden Da-Sein gelangen;
- ich kann aber andererseits die Musik auch als „Grenz-Erfahrung“ zur Stille hin erleben. Ich kann das So-Sein der Töne dabei als einen „Umgang“ mit der Stille begreifen. Die Töne der Musik umkreisen bei diesem Beachten dann die „Mitte“ einer „hörbaren“ Stille, in der das „Unhörbare“, das „Unsichtbare“, das „Erhabene“ durchleuchtet.

---

<sup>21</sup> Vgl. hierzu meine Projektpapiere zum „Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining“, insbesondere das Projektpapier Nr. 16: „Konzentration im Gewandtheits- und Achtsamkeitstraining. Zur Erinnerung an Elsa Gindler“. (06. 06. 1999) Internet: <[www.tiwald.com](http://www.tiwald.com)>

<sup>22</sup> vergleiche hierzu die Gedanken von Baruch de Spinoza. Siehe meinen Text „Identitätsphilosophie I.“ Internet: [www.tiwald.com](http://www.tiwald.com) Texte zur Theorie des MuDo.

In diesem Weg des „Grenz-Erfahrens zur Stille hin“ werde ich allerdings nur von jener Musik angezogen, bzw. nur von jener auf mich wirkend „eingestellt“, die es auch darauf anlegt, in die „Stille“ zu führen.

Diese „Stille“ erlebte ich zum Beispiel, als ich achtsam die „Grenze“ eines verklingenden Glockenschlages suchte, d. h. jenen Punkt, an dem der Ton unmittelbar verklungen war. Diesen Punkt kann man allerdings in Konzerten selten erleben, denn der Applaus zerstört oft das „Voll-Enden“, d.h. das voll „ihre Spannung entladende“ und mit der „Fülle der Stille“ endende Kunstwerk .

Mir ist der erste Weg, das So-Sein der Musik in einer achtsamen „Sammlung“ auf den Punkt zu bringen, mangels Vertrautheit mit den Mustern dieses So-Seins, mehr oder weniger verschlossen. Wohl aber ergreifen mich in der Musik manche Phasen als eine „Ganzheit“, die über ihr „Einstell-Wirken“ mein „Hinhören“ auf den Punkt bringt.

Ich erlebe dann fasziniert ein Durchleuchten des Da-Seins, des „Unsichtbaren“, des „Erhabenen“ durch die Musik. Dies ist aber bei mir keine Leistung meiner „Achtsamkeit“, sondern bloß ein Phänomen meiner zuhörenden und faszinierten „Aufmerksamkeit“.

Ganz anders ist es für mich, wenn ich achtsam einem verklingenden Ton einer Glocke oder eines Gamelan-Orchesters, wie ich ihn in Indonesien hörte, lauschen kann und, an der „Grenze zur Stille“, die „Soheit des Hörens“, analog zu „Soheit des Schmecken“, erleben kann.

Für mein Erleben ist daher Musik nicht ein „schönes“ Muster von Geräuschen, sondern ein gekonnter „Umgang mit der Stille“.

Beim Hören der Musik von ANTON BRUCKNER<sup>23</sup> habe ich oft den Eindruck, dass der ganze „Lärm“ seiner göttlichen Musik nur aufgeführt wird, um einen „demütig-triumphalen Zugang zur Stille“ zu zeigen.

Über den achtsamen „Umgang“ mit dem So-Sein gelangen wir also über die „Soheit“ zu „Ur-Phänomenen“, die es erleichtern, das unsichtbare Da-Sein, das eigentlich überall zu spüren wäre, besonders zu erleben.

Dieser Weg ist eine gute Einstiegshilfe in das Beachten der Welt wie sie ganz profan ist. Auch im Profanen ist nämlich das „Unsichtbare“ des Da-Seins, die „Gottheit“ im Sinne MEISTER ECKHARTS, gegenwärtig. Diese ist aber im Profanen nicht so leicht und nicht jedermann zugänglich, aber erlebens-intensiv „ahnen“ lässt sie sich.

---

<sup>23</sup> zum Beispiel bei der letzten, der unvollendeten „Neunten“ Symphonie von ANTON BRUCKNER, die in der Zeit von 1887 bis zu seinem Tode 1896 entstand.

Es wäre daher ganz verkehrt, über die Kunst einen Sog zu den Ur-Phänomenen hin, die es leicht machen „in der Welt zu sein“, zu erzeugen und dadurch von der „gründlichen“ Begegnung mit der komplexen Welt abzulenken.

Die Kunst kann eine „gründliche“ Einstiegshilfe in die „Tat-sächliche“ Welt, aber kein künstlicher Ersatz für die Welt sein.

Ähnlich verhält es sich, wenn man im Sport beim Entwickeln des Bewe­gens zum Beispiel mit dem Bewusstmachen von „Erb-Koordinationen“ (wie sie als angeborene Bewegungs-Muster zum Beispiel unser Atmen, unser Balancieren und Fortbewegen prägen) beginnt.

Diese einfachen Formen des Bewe­gens, die sich als „phylogenetische Gewohnheiten“ in uns zu „trägen“, aber doch „zweckmäßigen“ Gesetzmäßigkeiten verfestigt haben, sind nämlich als Ur-Phänomene des menschlichen Bewe­gens ebenfalls leichter auf den Punkt der Achtsamkeit zu bringen als komplexe Kultur-Bewegungen.

Über das Beachten der Erb-Koordinationen ist es daher relativ leicht, „Bewusstheit“ und das „In-Form-Sein“ zu erreichen, was sich auch im Eins-Werden mit der Umwelt zeigt. In dieser Hinsicht sind über unsere Erb-Koordinationen unsere „Fäden zur Umwelt“ gespannt, über die wir das „Einstell-Wirken“ der Umwelt optimal aufnehmen können.

Bei den Erb-Koordinationen aber stehen zu bleiben, aus ihnen einen „Kult“ zu machen und sie nicht bloß als „Einstiegshilfen“ zu betrachten, wäre ähnlich „ab-wegig“.

## IX.

Wir haben im Sinne von MEISTER ECKHART also zwei Wege zu unterscheiden:

- den des **Beachtens der formlosen Achtsamkeit**, der zur „*Gottheit*“ führt;
- den des **achtsamen Schmeckens der geschmacklosen Mitte**, der zu „*Gott*“ führt.

Letztlich geht es aber, im Sinne der christlichen „Dreieinigkeit“, um den die beiden ersten Wege umfassenden „*Weg des Sohnes*“, um den „*Weg der liebenden Tat*“, der (in der „*Geborgenheit*“ der beiden anderen Wege) dann in der „*freien*“ Begegnung mit der „*Ungewissheit*“ der praktischen Welt den „**Mut zur unvollkommenen Tat**“ eben „**wagen**“ muss.

Wenn ich von „**Tat**“ spreche, dann folge ich weitgehend dem Verständnis von SERGEJ L. RUBINSTEIN, der schrieb:

*"Das Verhalten des Menschen kann man nicht auf einen einfachen Komplex von „Reaktionen“ reduzieren.*

*Es umschließt ein System mehr oder weniger bewusster „Handlungen“ oder „Taten“.*

*Eine bewusste Handlung unterscheidet sich von einer Reaktion durch eine andere Beziehung zum Objekt.*

*Für die Reaktion ist der Gegenstand nur Reiz, das heißt die äußere Ursache oder der Anstoß, der sie hervorruft.*

*Das Handeln ist ein bewusster Akt der Tätigkeit, der auf ein Objekt gerichtet ist.*

*Die Reaktion wird zum bewussten Handeln in dem Maße, wie sich das gegenständliche Bewusstsein ausbildet.*

*Das Handeln wird ferner zur „Tat“ in dem Maße, wie die Beziehung des Handelns zum handelnden Subjekt, zu sich selbst und zu anderen Menschen als Subjekten die Ebene des Bewusstseins erreicht, das heißt, wie sie zu einer bewussten Beziehung wird und somit das Handeln zu regulieren beginnt.*

*Die Tat unterscheidet sich vom Handeln durch eine andere Beziehung zum Subjekt. Das Handeln wird zur Tat in dem Maße, wie sich die Selbsterkenntnis ausbildet.*

*Die Genesis von Tat und Selbsterkenntnis ist ein verwickelter, meist von inneren Widersprüchen durchsetzter, aber einheitlicher Prozess, ebenso wie die Genesis des Handelns als einer bewussten Operation und die Genesis des gegenständlichen Bewusstseins ein einheitlicher Prozess sind.*

*Die verschiedenen Ebenen und Typen des Bewusstseins bezeichnen gleichzeitig auch verschiedene Ebenen und Typen des Verhaltens (Reaktion, bewusstes Handeln, Tat).*

*Die Entwicklungsstufen des Bewusstseins bezeichnen die Veränderungen der inneren Natur des Handelns oder der Akte des Verhaltens; die Veränderung ihrer inneren Natur aber bedeutet eine Veränderung der psychologischen Gesetzmäßigkeiten ihres äußeren, objektiven Verlaufs.*

*Darum kann die Struktur des Bewusstseins prinzipiell nach dem äußeren, objektiven Verlauf des Handelns bestimmt werden. Mit der Überwindung der behavioristischen Konzeption des Verhaltens wird gleichzeitig die introspektive Konzeption des Bewusstseins überwunden<sup>24</sup>*

*"Für das Verständnis des Verhaltens in dem spezifischen Sinne, den dieses Wort in der russischen Sprache hat, muss man den Begriff der Handlung von dem der Tat unterscheiden.*

*Eine Tat ist jene Handlung, die ein durch Dinge verwirklichtes Verhältnis des Menschen zu anderen Menschen ausdrückt. Für eine Tat ist das wesentlich und bestimmend.*

*Eine Tat entsteht aus dem Handeln im Ergebnis einer spezifischen Verallgemeinerung. Sie setzt die Generalisierung des Handelns hinsichtlich ihres Verhältnisses zum Menschen und hinsichtlich des Effekts, den eine Handlung nicht auf ein Ding als solches, sondern auf den Menschen ausübt, voraus.*

---

<sup>24</sup> S. L. RUBINSTEIN: "Grundlagen der Allgemeinen Psychologie". BERLIN-Ost 1962, S. 30.

*Ein und dieselbe Handlung kann deshalb unter verschiedenen Bedingungen, in verschiedenen Systemen menschlicher Beziehungen ganz verschiedene Taten bedeuten, genauso wie hinsichtlich ihres dinglichen Effekts verschiedene Handlungen ein und dieselbe Tat sein können.*

*Es verhält sich überhaupt nicht so, dass sich Handlungen als äußere, ausführende Akte vollziehen können, die ihrer eigenen Gesetzmäßigkeit folgen, ohne die psychische, insbesondere die gnostische Tätigkeit in irgendeiner Weise einzuschließen.*

*Dabei würde nämlich diese entweder in den Verlauf der materiellen menschlichen Tätigkeit von außen hineingepresst werden (wobei unweigerlich ihre spezifische Gesetzmäßigkeit zerstört würde), oder sie fiel selbst aus dem gesetzmäßigen Verlauf der Tätigkeit heraus. Diese beiden alternativen Voraussetzungen sind falsch:*

*Die Gesetzmäßigkeit der menschlichen Tätigkeit, des Verhaltens tritt nur dann zutage, wenn der ausführende und der sinnlich-gnostische Abschnitt des Handelns als Einheit betrachtet werden"<sup>25</sup>*

Mit diesen Zitaten will ich deutlich machen, wie die Entwicklung des menschlichen Verhaltens sukzessive einerseits zum „Beachten des Selbsts und des eigenen Tuns“, andererseits zum „Beachten der mitmenschlichen Bezüge“ fortschreitet und dadurch als „**Ver-Antwortung**“ immer umfassender wird.

Der „**Weg der Tat**“ ist daher mehr als nur ein „**Beachten der Achtsamkeit**“, mehr als nur ein „**Beachten des Fadens**“ und auch mehr als ein „**Beachten der Grenz-Erfahrungen**“ im tätigen Abenteuer. Sei dies im individuellen oder im kooperativen Tun.

Offene, d.h. „gründliche“, mitmenschliche „**Solidarität**“ ist mehr als „**Team-Fähigkeit**“.

Im Team geht es bloß darum, den Synergie-Effekt der Kooperation zu erkennen, aus dem sachlich folgt, dass es hinsichtlich der Team-Leistung notwendig ist, sich im Kooperieren auch gegenseitig zu „sichern“ und zu „helfen“.

Dies ist aber noch nicht der sich (in einer „Identifikation“) auch gegenseitig „rettende“ Geist der *Solidarität*.

Der Unterschied zwischen „Team-Geist“ und „Solidarität“ wird an der „äußeren Grenze“ der extremen Beanspruchung deutlich, zum Beispiel im Team-Geist des bergsteigerischen Extrem-Sportes, insofern dieser streckenweise auch Synergien einer Kooperation nützt.

Im äußeren Grenz-Bereich des Extremes kann nämlich der Team-Geist „notwendend“ in individuellen Egoismus zerbrechen, weil das Retten des

---

<sup>25</sup> S. L. RUBINSTEIN: *"Sein und Bewusstsein"*. BERLIN- Ost 1964, S. 229-230.

anderen in dieser extremen Situation oft den gemeinsamen Untergang bedeuten würde.

Sport bedeutet als Spiel immer eine aus dem alltäglichen Leben isolierte Situation.

Nur hier kann man sich das Suchen des Abenteuers auch leisten, was im umfassenden Leben verantwortungsloser Frevel wäre.

Solidarität ist im Sport daher selten, zumindest konstituiert sie diesen nicht. Was hier vielfach zählt, das ist Team-Geist.

Im sportlichen Team, wie auch im wirtschaftlichen, werden Mit-Spieler, die den Kontakt zum Team verlieren oder wenn das Team den Kontakt zu jenen verliert, einfach ausgetauscht und mehr oder weniger fallen gelassen. Probleme entstehen erst, wenn das Team selbst zerbricht und man alle Spieler entlassen müsste. Oder wenn man merkt, dass der ausgetauschte Spieler im Sinne der Einkauf-Kosten sehr teuer war und ohne weitere Kosten nicht so leicht zu ersetzen ist.

Hier wird erst deutlich, dass das Team nicht alleine über rationale Einsicht in die Notwendigkeit der Kooperation und in die individuellen Vorteile, die Synergien bringen können, aufzubauen ist<sup>26</sup>.

Ohne einen „Keim“ arationaler Solidarität scheint auch das Team seinen „Nerv“ zu verlieren und es ist dieser auch nicht ohne achtsame „Identifikation“ (vom „Grunde“ her) wieder aufzubauen.

Beim Aufbau von Team-Fähigkeit ist daher auch das arationale Element der Solidarität zu beachten und es ist zu berücksichtigen, dass alle genannten Wege der Achtsamkeit zwar einen Beitrag zur Entwicklung der Team-Fähigkeit leisten können, dies aber nicht zwangsläufig auch tun.

*„Die Genesis von Tat und Selbsterkenntnis ist“, wie RUBINSTEIN schrieb, „ein verwickelter, meist von inneren Widersprüchen durchsetzter, aber einheitlicher Prozess, ebenso wie die Genesis des Handelns als einer bewussten Operation und die Genesis des gegenständlichen Bewusstseins ein einheitlicher Prozess sind.“*

Es geht daher darum, in einer „unvollkommenen“ Balance seine „gründliche“ personale Mitte zu finden und von dort her die „Identifikations-Fähigkeit“ achtsam und umfassend zu entfalten.

---

<sup>26</sup> Vgl. HORST TIWALD: „Analyse der Mitmenschlichkeit - Zur Didaktik der Leibbeserziehung“. Internet: <[www.tiwald.com](http://www.tiwald.com)> Texte zur Theorie des MuDo.

In diesem Geschehen ist es wesentlich, das „Beachten“ nicht mit der „Reflexion“, d. h. mit dem „sich Gedanken über Erlebnisse oder über Gedanken machen“, zu verwechseln.

Die gedankliche Reflexion gelangt nicht zum Da-Sein der „Bewusstheit“, sondern bleibt im „Bewusstsein“ stecken. Sie baut in diesem bloß meta-sprachliche Ebenen des symbolischen So-Seins auf:

- ohne „Beachten“ wird keine „Bewusstheit“, keine „Mitte“, kein „Aus-sich-Heraustreten“, kein „In-Form-Sein“ und kein „antenniges“ Aufnehmen des „Einstell-Wirkens“ erreicht;
- aber ohne selbst-tätiges, „ur-teilendes“ und deutliche „Formen“ und gedankliche „Ordnungen“ schaffendes „Bewusstsein“ gibt es auch keine mitmenschliche „Ver-Antwortung“.

Das aus sich selbst heraustretende „Verstehen“ ist daher nicht nur „Grund-Lage“ der Erkenntnis der Welt, sondern auch „Grund-legend“ für unsere „Tat in der Welt“.

Auch für PAVEL FLORENSKIJ ist das Verstehen über dessen Seins-Bezug direkt mit dem für die Tat wesentlichen Wert-Sein des menschlichen Tuns verknüpft:

*„Die Sünde besteht in dem Nicht-heraustreten-wollen aus der Selbstidentität, aus der Identität ‚Ich=Ich‘, oder, genauer, ‚Ich!‘.“*

*Die Selbstbehauptung, die Behauptung seiner selbst, ohne seine Beziehung zum anderen – d.h. zu Gott und zur ganzen Kreatur -, das Eigenbeharren im Nichtheraustreten aus sich selbst ist eben die Ursünde oder die Wurzel aller Sünden.*

*Alle besonderen Sünden sind nur Spielarten, nur Manifestationen des Eigenbeharens der Selbstheit.*

*Anders gesagt, die Sünde ist jene Kraft der Selbsterhaltung, als der Erhaltung seines Ich, welche die Persönlichkeit zum ‚Selbst-Götzen‘, zum Götzen seiner Selbst macht, das Ich durch das Ich und nicht durch Gott ‚erklärt‘, das Ich auf das Ich und nicht auf Gott gründet.*

*Die Sünde ist jener wurzelhafte Trieb des Ich, durch welchen es sich in seiner Besonderheit, in seiner Abgeschlossenheit behauptet und aus sich selbst den einzigen Punkt der Realität macht.*

*Die Sünde ist dasjenige, was vor dem Ich die ganze Realität verbirgt, denn die Realität schauen, das bedeutet eben aus sich heraustreten und sein Ich in das Nicht-Ich, in das andere, in das Geschaute übertragen – d.h. lieb gewinnen.“ (7. Brief. Die Sünde)<sup>27</sup>*

Für PAVEL FLORENSKIJ ist Sünde „jene Scheidewand, die das Ich zwischen sich und die Realität setzt“, sie ist „das Dunkel, die Undurchdringlichkeit für das Licht, die Finsternis“, denn für FLORENSKIJ ist das Licht „das In-Erscheinung-Treten der Realität;

<sup>27</sup> PAVEL FLORENSKIJ: „Der Pfeiler und die Grundfeste der Wahrheit“. in: PAVEL FLORENSKIJ: „An den Wasserscheiden des Denkens“. BERLIN. Kontext Verlag (ISBN 3-931337-05-7)



*das Dunkel aber umgekehrt die Abgeschiedenheit, die Zerstückelung der Realität – die Unmöglichkeit gegenseitigen Erscheinens, die Unsichtbarkeit des einen für den anderen.“*

FLORENSKIJ spricht hier das an, was ich mit der Komplementarität von zwei fundamentalen Bewegungen zu modellieren suche.

Mit dem Wort „**Unsichtbares**“ bezeichne ich aber in meiner Terminologie die „Leere“, die „Gottheit“. Von dort her wird nämlich kein „Sehen“, kein „Schmecken“, kein „Hören“ usw. „eingestellt“.

Ganz anders verhält es sich beim „**Nichts**“, bei der „Grenze“ im So-Sein. Die „Grenze“ gaukelt „Sicherheit des Sehens“, des „Schmeckens“, des „Hörens“ usw. vor. Sie lockt die Einstellung des „Sehens“, des „Schmeckens“, des „Hörens“ usw. Sie lässt sich aber durch das „Sehen“, durch das „Schmecken“, durch das „Hören“ usw. (bzw. letztlich durch das „Denken“) nicht „fassen“.

Die „**Grenze**“ ist als „Nichts“ für mein Begreifen daher „unfassbar“.

Deswegen bezeichne ich die „Grenze“ (das „sichere“ Trennung vorgaukelnde „Nichts“) als das „Unfassbare“ im Unterschied zum „Unsichtbaren“ der „Leere“, die als unsichtbare „Fülle“ den „Inhalt“ (die reale „Grundlage“) der erscheinenden „Form“ (des „negierten Nichts“, des „Nicht-Unmöglichen“) bildet.

Die Bezeichnungen „*unsichtbar*“ und „*unfassbar*“ sind für mich bloß Namen, die auch anders vergeben werden könnten. Ich habe sie in meinem Modell so gesetzt.

Wer mich verstehen will, muss sie daher auch unmittelbar so nehmen, wie ich sie gebrauche. Er kann sie ja dann mittelbar in seine eigene Sprache übersetzen.

Dies habe ich angemerkt, weil sich hier ein wesentlicher Unterschied zwischen meinem Modell und jenem von PAVEL FLORENSKIJ gut aufzeigen lässt, weil aber auch die Gemeinsamkeiten beider Modelle so besser deutlich werden.

Im Modell von PAVEL FLORENSKIJ geht es nämlich beim Thema „Sünde“ ebenfalls nicht um ein Abweichen von einer von Dogmen und Normen gesteuerten Moral, also nicht „vorerst“ um ein Abweichen von „Formen“.

Nicht eine hinhörende Offenheit zu sprachlichen „Formen“ der richtungweisenden Ratschläge (als „Vorkenntnis“ des richtigen oder falschen Tuns) ist das Fundamentale, sondern die „gründliche“ Offenheit zur Realität selbst hin.

Hier ist die selbe „Gründlichkeit“ Notwendend, die im *Tao-te-King* von LAO-TSE angemahnt wird. Dort heißt es gleich zu Beginn des zweiten Buches:

*„Höchste Tugend weiß von der Tugend nicht, daher gibt es die Tugend.  
Niedere Tugend lässt von der Tugend nicht, daher mangelt die Tugend.“*

*Höchste Tugend ist ohne Tun, ist auch ein Grund, warum sie täte.  
Niedere Tugend tut, hat auch einen Grund, warum sie tut.“*

*Höchste Menschlichkeit tut, aber ohne Grund, warum sie tut.  
Höchste Redlichkeit tut, doch **mit** einem Grund, warum sie tut.*

*Höchste Sittsamkeit tut und wenn ihr niemand erwidert, zwingt sie die anderen mit aufgekrempelten Ärmeln.*

*Wahrlich:*

*Wer den **Weg** verliert, ist nachher tugendhaft.*

*Wer die Tugend verliert, ist nachher gerecht.*

*Wer die Rechtlichkeit verliert, ist nachher sittsam.*

*Wohl!*

*Die Sittsamkeit ist eine Verkümmerng von Lauterkeit und Treue, des Haders Anfang ist sie.*

*Vorkenntnis ist eine prangende Blüte des Weges, aber der Torheit Beginn.*

*Deshalb der große gereifte Mann hält sich an das Völlige und verweilt nicht beim Kümmerlichen. Hält sich an den Kern und verweilt nicht bei der Blüte.*

*Wahrlich:*

*Von jenem Lass! Dieses erfass!<sup>28</sup>*

Um „Dieses“ zu erfassen, gibt es eben mehrere Wege.

Wenn man aber den „Grund“ sucht, dann darf man die an Worte gebundene „Vorkenntnis“ nicht meidend „ver-achten“, nur weil sie bloß eine „prangende Blüte des Weges und der Torheit Beginn“ ist.

Der Mensch ist nämlich auch in die Sprache gebunden. Wenn man ihm helfen will, muss man ihn daher dort abholen, wo er erreichbar ist.

Eine Flucht aus der Sprache (über das „Beachten der Achtsamkeit“) ist zwar eine Chance. Die Sprache selbst (mit „gründlichem“ Blick auf die Realität hin) sprachkritisch „auf die Hörner zu nehmen“ ist aber auch eine Chance: dieser grenz-erfahrende Weg (im So-Sein der Realität) ist sogar eine „gründliche“ Chance.

## **X.**

Mir ging es in diesem Beitrag darum, verschieden Wege zum „**In-Form-sein**“ aufzuzeigen. Dabei wollte ich die „Eigen-Ständigkeit“ und „Ein-Seitigkeit“ des Weges des „Beachtens der Achtsamkeit“, der über die Dimension „Da-Sein“ unmittelbar zum „Grund“ (zur „Leere“) hin führt und dann von dieser her in einer „Plötzlichkeit“,

---

<sup>28</sup> LAO-TSE (Übers. GÜNTHER DEBON): „*Tao-te-King. Das Heilige Buch vom Weg und von der Tugend*“. STUTTGART 1961 (ISBN 3-15-006798-7)

die im Zen „*Satori*“ genannt wird, in das „In-Form-Sein“, d. h. in der „Welt der Unterscheidungen“ durchbricht, aufzeigen und ihn von den Wegen des „Grenz-Erfahrens“ des So-Seins klar unterscheiden.

Dieses klare Unterscheiden scheint mir erforderlich, um zur „gründlichen“ Einheit der verschiedenen Wege (die sich im „gründlichen Widerspruch“ zwischen „unsichtbarer voller Möglichkeit“ und bloß „wahrscheinlichen Nicht-Unmöglichkeiten“ zeigt) vorzudringen und nicht von einer Ein-Seitigkeit in die andere zu verfallen.

Die „Leere“ (der „Grund“) erlebt sich auf dem Weg des „Beachtens der Achtsamkeit“ als ungerichtete, nicht wirkende „Kraft“, als „Potenz“ (als unsichtbare aber erfüllende „Möglichkeit“ im „singulärem“ und allumfassenden Sinne<sup>29</sup>).

Nichts ist in dieser „Leere“ dem Erleben gegenwärtig oder in ihm „eingefaltet“, was „unmöglich“ oder was als unterscheidbare, spezifische Qualität „nicht-unmöglich“ wäre.

Erst auf dem Weg des „Grenz-Erfahrens“ im So-Sein begegnet man im Erleben der Frage „Sein oder Nicht-Sein“. Hier „gaukelt“ erst die „Negation der Möglichkeit“ (nämlich die „Un-Möglichkeit“) als ein „sicheres“ aber „unfassbares Nichts“.

Dieses „unfassbare Nichts“ ist aber „nicht“ die „unsichtbare Leere“, die im Erleben als „Fülle der Möglichkeit“ (als „Kraft“, nicht als „Energie!“) „einfach“ (nur im Singular!) da ist.

Jenes „Sicherheit vorgaukelnde“, aber als So-Sein „unfassbare Nichts“ erweist sich im Weg des „Grenz-Erfahrens“ (der eigentlich als Weg des „Nichts-Erfahrens“ antreten möchte) als eine bloß „scheinbare“ bzw. „wahr-scheinliche“ Grenze.

Diese scheinbare Grenze erweist sich aber ebenfalls als ein Zugang zur „Fülle des Da-Seins“, die sich hier (im „wahr-scheinlichen“ Feld des „Nicht-Unmöglichen“ der sich selbst negierenden, d.h. der sich selbst auflösenden Grenze) als das „unsichtbar Erhabene“ selbst erlebt.

---

<sup>29</sup> vgl. HORST TIWALD: „*Bewegung und Möglichkeit*“. Internet: [www.tiwald.com](http://www.tiwald.com) Texte zur Theorie des MuDo.