

Die Bitte und Silos Botschaft



**Erfahrungen in Bezug auf Widerspruch und Einheit
bei der Anwendung der Bitte**

Einleitung

Den ersten Anstoß zu dieser Arbeit gab mir das „Geschenk“, das uns Silo in seiner Rede im Jahr 2005 machte, anlässlich der Einweihung des Studien- und Reflexionsparks La Reja in Argentinien.

Darin heißt es:

„Da wir heute eine Feier haben (und bei einigen Feiern tauschen die Leute Geschenke aus), möchte ich dir ein Geschenk machen, bezüglich dessen du sehen wirst, ob es wert ist angenommen zu werden. Es handelt sich in Wirklichkeit um die einfachste und praktischste Empfehlung, die ich in der Lage bin zu geben. Es ist fast ein Kochrezept, aber ich vertraue darauf, dass du über das hinausgehst, was die Worte benennen...

An irgendeinem Augenblick des Tages oder der Nacht atme ein und stelle dir vor, dass du diese Luft bis zu deinem Herzen bringst. Sodann bitte mit Kraft für dich und die Menschen, die du liebst. Bitte mit Kraft darum, dass du dich von alldem fernhältst, was dich in Widerspruch bringt; bitte darum, dass dein Leben einheitlich sei. Widme diesem kurzen Gebet nicht viel Zeit, denn es genügt, dass du für einen Moment das unterbrichst, was in deinem Leben passiert, damit durch den Kontakt mit deinem Innersten sich deine Gefühle und deine Ideen aufklären.

Den Widerspruch fernzuhalten ist gleichbedeutend wie die Überwindung von Hass, Ressentiment, und dem Wunsch nach Rache. Den Widerspruch fernzuhalten bedeutet, den Wunsch zur Versöhnung mit anderen und mit sich selbst zu kultivieren. Den Widerspruch fernzuhalten bedeutet, jegliches Unrecht, das man Anderen zugefügt hat zu verzeihen und doppelt wieder gut zu machen.

Das ist die Haltung, die es zu kultivieren gilt. Dann wirst du im Laufe der Zeit verstehen, dass das Wichtigste ist, ein Leben innerer Einheit zu erreichen, welches dann Früchte trägt, wenn dein Denken, Fühlen und Handeln in die gleiche Richtung geht.

Das Leben wächst durch seine innere Einheitlichkeit und es löst sich auf durch die Widersprüchlichkeit. Deshalb lässt du dein Leben wachsen und trägst zur Welt bei, wenn du anderen hilfst, Schmerz und Leiden zu überwinden. Umgekehrt führt dein Leben zur Zersplitterung und vergiftet die Welt, wenn du das Leiden anderer vergrößerst.

Und wem sollst du helfen? Zuerst denjenigen, die dir am nächsten sind. Aber dein Tun beschränkt sich nicht nur auf sie.

Mit diesem „Rezept“ hört das Lernen nicht auf, sondern beginnt. In diesem „Rezept“ wird davon gesprochen, dass es darum geht zu bitten, aber: wen bittet man? Entsprechend dem, was du glaubst, deinen inneren Gott, oder dein inneres Leitbild oder eine inspirierende und bestärkende Vorstellung.¹

¹ Silo, Rede anlässlich der Einweihung des südamerikanischen Parks La Reja, 2005 (www.silo.net)

Seither wenden viele Freunde und auch ich dieses „Rezept“, d. h. diesen Mechanismus der Bitte an, wobei wir ihn auch an konkrete Situationen anpassen: Man bittet gemeinsam für Menschen, die sich in einer schwierigen Lebenssituation befinden, für die Verbesserung einer gesellschaftlichen Lage oder in anderen Fällen, in denen man eine Lösung sucht.

So habe ich mir die Bitte bei vielen Gelegenheiten angewöhnt. Ebenso das Danken, wenn ich mich von positiven Gefühlen gestärkt und inspiriert fühle oder einfach in den Momenten, in denen ich glücklich bin. Ohne Zweifel ist für mich die Anwendung der Bitte in all ihren Variationen nicht nur eine innere Stütze in schwierigen Situationen, sondern bewirkt positive und inspirierende Erfahrungen.

Aber, wenn ich gelegentlich den Text aus Silos Rede zur Hand nahm und darin las: *„... Sodann bitte mit Kraft für dich und die Menschen, die du liebst. Bitte mit Kraft darum, dass du dich von alldem fernhältst, was dich in Widerspruch bringt; bitte darum, dass dein Leben einheitlich sei. ...“*, dann fühlte ich mich an das Wesentliche erinnert und es erstaunte mich, dass mir dieses Wesentliche immer wieder zu entgleiten schien...

Der zweite Anlass zu dieser Arbeit reicht viele Jahre zurück und besteht aus einer inneren Erfahrung, einer „Antwort“ auf eine Frage.

Wenn ich über das Thema der Widersprüche nachdachte oder versuchte, meine Widersprüche zu erkennen, spürte ich, dass ihnen immer ein und derselbe tiefe Widerspruch zugrunde liegt, den ich auf verschiedene Weise wiederhole, der mich immer wieder zurückwirft und der die Richtung meines Lebens beeinflusst. Diesen einen Widerspruch, der in gewisser Weise die Wurzel all meiner Widersprüche bildet; der wirksam ist, ohne dass ich ihn erfassen kann, wollte ich erkennen. So stellte ich mir in einer Meditation die Frage, was dieser größte innere Widerspruch sei.

Die damalige „Antwort“ aus meinem Inneren war aufwühlend. Es gab Bilder und Emotionen, deren Sinn ich nur vage erfassen konnte. Dennoch zweifelte ich nie an ihrer Wahrheit oder Bedeutung. Auch wenn ich diese Erfahrung nicht wirklich verstand, begleitete sie mich von da an und half mir in der einen oder anderen Situation, meinen Weg zu finden.

Offensichtlich gibt es tiefe Erfahrungen, die man viele Jahre mit sich trägt, ohne dass man sie beschreiben, erklären oder einordnen könnte. Erfahrungen, die einem immer wieder den Weg weisen, selbst wenn alle bildlichen Vorstellungen in der Erinnerung verblassen. Etwas bleibt zurück und bestimmt den weiteren Weg.

Ich hatte die Hoffnung, dass mir die Anwendung des „Rezeptes“ helfen würde, die Bedeutung der damaligen Erfahrung wirklich zu begreifen.

Und nicht zuletzt verspürte ich eine Dringlichkeit, die Widersprüche – insbesondere diesen einen tiefen Widerspruch, der allen anderen zugrunde liegt – hinter mir zu lassen.

Die Umgebungen

„... Sodann bitte mit Kraft für dich und die Menschen, die du liebst....“²

Bevor ich die Bitte „ausspreche“, vergegenwärtige ich mir die Personen, die ich einbeziehen will: Menschen, die ich liebe, die mir nahe stehen, mit denen ich mich freundschaftlich verbunden fühle...

Es gibt Freunde an anderen Orten und aus anderen Zeiten. Ohne viel Zeit dafür zu nehmen, „reise“ ich durch die verschiedenen menschlichen Umgebungen, in denen ich mich im Alltag bewege oder bewegt habe. Diese „Reise“ beginnt automatisch und ich halte sie nicht auf.

Der Kreis der Menschen erweitert sich und mit ihm mein innerer Raum, in dem sich all die Menschen befinden. Eine Empfindung der Nähe entsteht oder verstärkt sich, auch wenn die bildliche Vorstellung einiger Personen manchmal vage bleibt.

Diese ganze „Landschaft“ ist in Bewegung und verändert sich von Bitte zu Bitte. Einige sehr geliebte Menschen sind immer da, andere kommen und gehen. Ich lasse das zu, ohne die Vorstellung von jemand festzuhalten. Manchmal erscheint die eine oder andere Person auch unerwartet aus meiner Erinnerung. Manchmal entdecke ich positive Empfindungen gegenüber einigen Personen neu.

So tauche ich in die verschiedene Umgebungen ein. Und während sie sich zu einer einzigen verbinden und die verschiedenen Zeiten zu einer einzigen werden, bildet sich sanft eine innere Atmosphäre, die nicht die alltägliche ist. Als befände ich mich an einem anderen geistigen Ort. Hier beginne ich mit der Bitte.

Im Laufe der Zeit - wenn ich beispielsweise nicht genügend Energie für die bildliche Vorstellung einzelner Personen habe oder nur wenig Zeit für die Bitte aufbringen kann - genügt die Erinnerung an diese Atmosphäre, um die Nähe zu den geliebten Menschen zu spüren und mich an diesen besonderen geistigen Ort zu begeben.

Manchmal setzen sich diese „Reisen durch die Umgebungen“ auch außerhalb der Bitte fort oder rufen lange vergessene Erinnerungen hervor. Familie, Freunde, Nachbarn, Bekannte... frühere Begegnungen... viele Gesichter... verbunden mit einer starken Empfindung der Zuneigung. Eine Erfahrung der Kraft und Wärme durchströmt mich. Und wieder diese Atmosphäre, die nicht die alltägliche ist.

Manchmal versuche ich, die Bitte im Stillen mitten im Alltag anzuwenden. Zum Beispiel in der Straßenbahn, unter Einbeziehung der Mitreisenden. Es ändert meinen Blick auf die Umgebung, ich fühle die Menschen sehr lebendig und nah.

Doch nicht nur geliebte Menschen tauchen in der inneren Landschaft auf. Auch diejenigen, mit denen ich Schwierigkeiten habe. Und noch etwas drastischer: Auch diejenigen, die Schmerz und Leid in die Welt bringen und anderen großen Schaden zufügen. Wie gehe ich

² S. Anm. 1

mit ihnen um? Kann ich auch für sie bitten? Sie in die gleiche Bitte mit den geliebten Menschen einzubeziehen, fühlt sich zunächst an wie ein Verrat. Es macht die Entstehung der besonderen Atmosphäre unmöglich. In Versuchen mit zwei Bitten geschieht es jedoch wenige Male - wenn die erste Bitte tief genug ist - dass sich etwas von dieser besonderen Atmosphäre auf die zweite Bitte überträgt. Dann gibt es nur die positiven Empfindungen, den anderen geistigen Ort und die Bitte. Seltene Momente, in denen ich mich davon befreit fühle, in Kategorien von Freund und Feind denken zu müssen.

Die besondere Atmosphäre und die Empfindung des Nicht-Alltäglichen nähren sich jedoch aus den besten Gefühlen den geliebten Menschen gegenüber und aus all dem, was ich an ihnen schätze und mag. Und so kehre ich bei meinen weiteren Bitten zum Wortlaut des „Rezeptes“ zurück. Ich begreife, dass es um die Stärkung dieser Atmosphäre geht, um zu einer Versöhnung – auch mit evtl. nicht geliebten Menschen – zu gelangen.

Und plötzlich begreife ich auf neue Weise das, was Silo an anderer Stelle sagt:

„Wichtig ist also, dass du deine Aufmerksamkeit auf die besten Qualitäten der anderen Menschen richtest. Denn du wirst das auf die Welt gerichtet in Gang setzen, was du in dir bereits fertig gestaltet hast.“³

Tiefe Freude und tiefer Sinn für die Zukunft erfüllen mich!

Resonanz und innerer Raum

„.... atme einmal tief ein und stelle dir vor, dass du diese Luft bis zu deinem Herzen bringst. Sodann bitte mit Kraft für dich und die Menschen, die du liebst. Bitte mit Kraft darum, dass du dich von alldem fernhältst, was dich in Widerspruch bringt; bitte darum, dass dein Leben einheitlich sei. ...“⁴

Nach der Vergegenwärtigung der geliebten Menschen atme ich tief ein und bitte in der oben vorgeschlagenen Weise.

Die Intensität oder die Kraft der Bitte variiert jedoch, je nach Müdigkeit, Ablenkung oder anderen Faktoren. Zuerst denke ich, dass eine „zu schwache“ oder weniger konzentrierte Bitte vielleicht ihren Zweck verfehlen könnte. Nach einiger Zeit stelle ich jedoch fest, dass die Schwankungen nicht ausschlaggebend sind, solange ich die Bitte so konzentriert und stark wie möglich mache. Diese Absicht und die tägliche Wiederholung scheinen einen Ausgleich zu schaffen, so dass sich eine Resonanz auf die Bitte auch dann einstellt, wenn ich glaube, nicht genügend Energie für sie aufgebracht zu haben.

Als „Resonanz“ auf die Bitte wiederholen sich hauptsächlich zwei Erfahrungen. Sie erscheinen nicht immer unmittelbar, sondern manchmal zeitlich verschoben – also kurze Zeit nach der Bitte.

³ Silo, Die Erde menschlich machen, Die innere Landschaft, Kapitel XVII Der innere Führer, S. 47 (www.silo.net)

⁴ S. Anm. 1

Als ich die Anwendung der Bitte für einige Monate unterbreche, bleiben auch die beiden Erfahrungen aus und bei Wiederaufnahme der täglichen Bitte erscheinen sie wieder in gleicher Weise.

Beide Erfahrungen fangen nach einigen Monaten an, sich zu verselbständigen. Das heißt, dass sie von Zeit zu Zeit im Alltag auftreten oder über längere Zeit anwesend sind. Oder dass ich sie absichtlich wieder aufrufen kann, wenn mir ihre Abwesenheit auffällt, d. h. wenn ich diese Empfindungen vermisste. Durch sie verstärkt sich nach und nach ein inneres Zentrum, auf das ich mich stützen kann.

Die erste „Resonanz“ erscheint als besondere Wärme bzw. Energie im Brustbereich – im Herzen. Manchmal so intensiv, dass sie mich an Feuer denken lässt. Diese Energie erfahre ich zunächst wie eine innere Antwort auf die Bitte, als wäre sie „angekommen“ oder „angenommen worden“. Sie ist verbunden mit einer Empfindung tiefen Vertrauens (zum Leben und zu mir selbst) und tiefer Zuneigung (als allgemeine Empfindung). Manchmal bleibt diese Energie im Brustbereich, manchmal dehnt sie sich von dort im ganzen Körper aus. Manchmal erscheint sie als kurzes Signal, manchmal als eine längere Erfahrung der Kraft.

Die zweite „Resonanz“ erfahre ich als eine Art Erhellung des inneren Raumes. Nicht im Sinne von Licht, sondern eher im Sinne von Klang. Ein innerer „Ton“ wird hell, sanft und heiter. Alles bekommt eine helle Färbung. Mein Zustand, mein Blick auf die Welt und auf mich selbst ändern sich und die Änderung beeinflusst alles, was ich denke, fühle und tue. Es ist wie die Abwesenheit von allem Negativem; ein Zustand, der sich ohne Widersprüche darstellt, begleitet von einer tiefen Freude. Eine Freude, die sich anfühlt, als käme sie von sehr weit her und von der ich manchmal nicht sagen kann, ob sie spürbar ist oder nicht, da sie keine körperliche Lokalisierung hat. Ein Hauch... eine Ahnung... anwesend und doch nicht benennbar.

Beide Erfahrungen haben für mich etwas sehr Grundlegendes und Weitreichendes, das ich nicht in Worte fassen kann. Auch sind sie nicht voneinander zu trennen. Sie bilden eine Einheit und beeinflussen sich gegenseitig.

Durch die Wiederholung dieser Erfahrungen beginne ich, meinen inneren Raum anders wahrzunehmen. Ich beginne, die innere Helligkeit, die Güte, die Nähe zu anderen und zu mir selbst und die menschliche Tiefe neu zu erfahren – weiter und leichter. Ich beginne auch, ihnen einen höheren Wert beizumessen. Und manchmal nehme ich wahr, wie sich mein innerer Raum automatisch nach hinten ausdehnt, so dass ich von dort auf die Dinge schauen kann.

Da denke ich an folgende Worte aus Silos Botschaft:

„Manchmal habe ich meine Träumereien zerschlagen und die Wirklichkeit auf eine neue Art wahrgenommen“⁵

⁵ Silos Botschaft, Kapitel V, Ahnung des Sinns, S. 8 (www.silo.net)

Die Verlagerung des Blicks

Anlässlich einer gemeinsamen Bitte wendet eine Freundin ein, dass es nicht möglich sei, sich von allem fernzuhalten, was einen in Widersprüche bringt, da man vielen widersprüchlichen Situationen ausgesetzt sei, denen man sich nicht entziehen könne.

Was soll ich dem entgegensetzen? Es gibt viele Situationen, die wir nicht frei wählen können und die uns kein einheitliches Gefühl vermitteln. Auch haben die Widersprüche anderer Personen oder Institutionen Einfluss auf uns und unser Leben. Manchmal erscheint uns die ganze Welt so sehr voller Widersprüche, dass wir uns die Möglichkeit eines einheitlichen Lebens nicht vorstellen können.

Fragen tauchen auf: Wie stehe ich zu meiner Umgebung, zur Außenwelt, wie nehme ich sie wahr, wenn ich versuche, mich von allem fernzuhalten, was mich in Widersprüche bringt?

In der ersten Zeit, in der ich die Bitte täglich ausführe, nehme ich alle möglichen Widersprüche in meinem Alltag bewusster wahr: Anfangen von eigener Unentschlossenheit (soll ich dies oder soll ich das?), über Dinge, die ich tue, obwohl ich eigentlich eine ganz andere Richtung anstrebe, über einen Tagesrhythmus, der von Verpflichtungen und nicht von meinen Wünschen bestimmt wird, über gesellschaftliche Umgangsformen und Werte, die in sich selbst widersprüchlich sind, bis hin zu Brutalitäten, die mehr oder weniger direkt auf mich einwirken... die Bandbreite der Fälle, die ich als widersprüchlich erfahre, ist riesig. Und nicht selten überschreiten sie die Grenze des Erträglichen.

Wie kann man da ohne Widersprüche leben? Welche Rolle spielt dabei die Bitte? Kann sie überhaupt etwas bewirken?

Ich fange an, mich in all die auftauchenden Fragen zu vertiefen. Irgendwann erkenne ich, dass der Zweifel und die Abwertung Teil des widersprüchlichen Konzeptes sind... dass ich selbst Teil des widersprüchlichen Konzeptes bin... Und ich erkenne, dass die unmittelbaren oder „logischen“ Antworten aus der gleichen inneren Welt stammen wie die Frage und somit den Kreislauf der Widersprüche nicht durchbrechen können.

Ich hinterfrage meine Aktivitäten, meinen Alltag, mein Verhalten aufs Neue. Gedanken und Vorstellungen erscheinen, werden verworfen, neue entstehen, werden wieder verworfen und entstehen wieder neu...

Eines Abends werde ich plötzlich von einer Empfindung sanfter Poesie umhüllt, in der der Blick nach innen geht. Hier begreife ich: Mich von dem fernzuhalten, was mich in Widersprüche bringt, hat in erster Linie mit mir selbst tun – bei der Bitte geht es um MEINE Widersprüche.

Befindlichkeit und Bedeutung

Es gibt diese „schlechten Tage“. Aufwachen in bewölkter Stimmung, unausgeschlafen. Diffuse Unstimmigkeiten, vieles geht schief, vieles nervt, vieles „passt irgendwie nicht“.

In einer Pause die Bitte. Auch zwischendurch ist sie geistig präsent.

Das Gefühl, gleichzeitig in zwei Welten zu sein. Einerseits diese missgelaunte Stimmung, andererseits eine besondere Leichtigkeit, die den Blick immer wieder auf das Menschliche in anderen Personen lenkt... faszinierend und schön. Ich finde Gefallen daran, trotz – oder gerade wegen meiner mürrischen Stimmung andere Menschen absichtlich gut und freundlich zu behandeln. Ich wundere mich darüber, dass es gelingt und welche besondere Momente es hervorruft.

Im Hin und Her zwischen diesen Welten erledige ich Telefonate, Emails und eine ganze Menge anderer Dinge.

Irgendwann am späteren Abend entspannt sich innerlich etwas. Ich denke über den Tag nach. Meine Stimmung ist nach wie vor sehr bewölkt. Aber ich staune darüber, dass ich ausgerechnet an diesem so „schlechten“ Tag so viel erledigen konnte und so viele schöne Situationen mit anderen Menschen erlebte – dass die Stimmung offensichtlich keine Rolle spielt. Und ich staune darüber, dass trotz der schlechten Befindlichkeit noch dieses andere, dieses Leichte und Einheitliche anwesend ist.

Auch diese Erfahrung stärkt meinen Glauben an die Bitte. Ich erkenne nicht nur die Möglichkeit, sondern auch die tiefe Bedeutung, die inneren Widersprüche hinter mir zu lassen. Sätze aus Silos Botschaft fallen mir dazu ein⁶ aber vor allem erinnert mich der Zustand dieser beiden „Parallelwelten“ an folgende Worte Silos:

„Wenn du einen Weg wählst, der dir angemessen erscheint und du ihn beibehältst; an dem Tag, an dem du deprimiert aufwachst, behältst du ihn bei; und an dem Tag, an dem dein Freund dich verlässt, dich betrügt und du einen Konflikt in der Liebe hast, behältst du ihn bei und du lenkst alles in diese Richtung. Dann bricht ein als innerer Glaube bekanntes Phänomen hervor. Und dieses Phänomen äußert sich als Kraft. Aber im Grunde hängt alles davon ab, ob du eine Richtung wählst und sie aufrechterhältst, egal was passiert.“⁷

⁶ Silos Botschaft, Kapitel X, Gewissheit des Sinns, S. 13 (www.silo.net): „1. Die wirkliche Bedeutung eines wachen Lebens wurde mir offenkundig. 2. Die wirkliche Bedeutung, die inneren Widersprüche zu zerstören, überzeugte mich. 3. Die wirkliche Bedeutung, die Kraft zu kontrollieren, um Einheit und Beständigkeit zu erreichen, erfüllte mich mit freudigem Sinn.“

⁷ Übersetzung aus: Silo, Auszug aus einem persönlichen Gespräch in Mendoza, 24.12.2000 (24 de Diciembre de 2000, Extracto de charla personal con uno en Mendoza):

Si tú eliges un camino que te parece el adecuado y lo mantienes, el día que amaneces deprimido lo mantienes, y el día que tu novio te abandona, te engaña y tienes un conflicto amoroso, lo mantienes y te la juegas todo en esa dirección, entonces irrumpe un fenómeno que se conoce como fe interna. Y ese fenómeno se manifiesta como fuerza. Pero básicamente todo depende de que elijas una dirección y la mantengas pase lo que pase.

Ich beobachte....

Es scheint mir, als bewirke die Beibehaltung der Richtung auch eine Zunahme an innerer Wahrheit. Es gibt Bestrebungen, die sich als Täuschung erweisen und andere, die als wirkliche Bedürfnisse plötzlich in den Vordergrund treten.

Meine Lebensbereiche „passen sich neu ein“; verschiedene Interessen stehen nicht mehr unvereinbar gegenüber.

Auch sehe ich keinen Grund mehr, meine Befindlichkeiten abzuwerten, gegen sie anzukämpfen oder vor ihnen zu fliehen. Es gibt Momente der Trauer, der Furcht, des Grolls und des Scheiterns. Aber meine Richtung und die Bedeutung meines Lebens hängen nicht von ihnen ab.

„Die widersprüchlichen oder einheitlichen Handlungen sammeln sich in dir. Wenn du deine Handlungen innerer Einheit wiederholst, kann dich nichts mehr aufhalten“⁸

Das Ja und das Nein

Eine Auswirkung der Bitte ist, dass mir in Alltagssituationen häufiger auffällt, wie mein „innerer Film“ abläuft (welche Vorurteile gegenüber anderen wirken, wann und wie ich in Hektik gerate, Mechanismen der Abwertung, Irritationen etc.). Manchmal gelingt es, absichtlich eine andere Haltung zu wählen (andere gut zu behandeln, bewusste Erinnerung an positive Erfahrungen, mich selbst wahrzunehmen etc.). In solchen Momenten stärkt sich in meinem Inneren eine Empfindung von Leichtigkeit und Freude.

Gleichzeitig nehme ich meinen „inneren Film“ jedoch immer weniger als persönliche Haltung wahr. Vielmehr erfahre ich ihn als Teil der gesellschaftlichen Umgangsformen, die auch in mir wirken. Auf neue Weise erfahre ich Zusammenhang meiner widersprüchlichen Handlungen und den Werten der Umgebung.

Wenn ich diese Werte beobachte, sehe ich ein Übermaß an Negativem. Beinahe körperlich spürbar ist die Verbreitung des Nihilismus auf allen Ebenen – er ist scheinbar allgegenwärtig. Von Hoffnungslosigkeit über Verachtung, Beschuldigung, körperlichen oder verbalen Angriffen bis hin zur größten Zerstörung hat er viele Gesichter. Und es erschreckt mich, zu sehen, wie er tagtäglich auch in meinem Geist wirkt - manchmal sehr deutlich wie im oben beschriebenen „inneren Film“, manchmal verborgen und nicht direkt als Verneinung erkennbar.

Ich denke darüber nach und beobachte... und fühle mich bestärkt in der täglichen Durchführung der Bitte.

⁸ Silos Botschaft, Kapitel XIII Die Grundsätze, S. 17 (www.silo.net)

Irgendwann erinnere ich mich an eine Geschichte, die Silo erzählte:

„Es geschah vor sehr langer Zeit, dass das menschliche Leben auf diesem Planeten blühte. Dann, im Laufe der Jahrtausende, wuchsen die Völker getrennt voneinander auf. Es gab eine Zeit zum Geborenwerden, eine Zeit zum Genießen, eine Zeit zum Leiden und eine Zeit zum Sterben. Individuen und Völker lösten sich im Aufbau ab, bis sie schließlich die Erde erbten und über das Wasser und die Meere herrschten. Sie flogen schneller als der Wind und durchquerten die Berge, und mit Sturmstimmen und Sonnenlichtern zeigten sie ihre Macht. Dann sahen sie aus der Ferne ihren blauen Planeten, den freundlichen, von seinen Wolken behängten Beschützer.

Was für eine Energie bewegte alles? Welch machtvollen Motor setzte der Mensch in die Geschichte, wenn es nicht die Rebellion gegen den Tod war? Schon von alters her begleitete der Tod seine Schritte wie ein Schatten. Auch von alters her nahm er vom Menschen Besitz und wollte sein Herz gewinnen. Das, was anfangs dauernder Kampf war, der von den Bedürfnissen des Lebens angetrieben wurde, wurde dann zum Kampf, der von der Angst und vom Verlangen angetrieben wurde.

Zwei Wege öffneten sich vor ihm: der Weg des »Ja« und der Weg des »Nein«. Jeder Gedanke, jedes Gefühl und jede Handlung wurden von dem Zweifel zwischen dem »Ja« und dem »Nein« getrübt. Das »Ja« schuf all das, was zur Überwindung des Leidens führte; das »Nein« fügte dem Leiden Schmerz hinzu. Keine Person, keine Beziehung und keine Organisation blieb von ihrem inneren »Ja« und »Nein« verschont. Später verbanden sich die getrennten Völker, und schließlich blieben die Zivilisationen miteinander verbunden. Das »Ja« und das »Nein« aller Sprachen drangen gleichzeitig in die letzten Winkel des Planeten ein.“⁹

In diesen Worten erkenne ich plötzlich die Antwort wieder, die mir auf meine damalige Frage nach meinem tiefsten Widerspruch erschien... auf einmal erkenne ich, wie sie mir auf bildliche Weise den Zwiespalt zwischen dem „Ja“ und dem „Nein“ aufzeigte. Und ich erkenne, dass mein tiefster innerer Widerspruch darin besteht, aus Unverständnis und aus Verstrickung mit dem gängigen Nihilismus dem „Ja“ in meinem Inneren Stimme und Ausdruck zu verweigern.

Mir wird klar: Meinen tiefsten inneren Widerspruch werde ich nicht überwinden können, wenn ich den Nihilismus nicht (an)erkenne und verstehe, der in meinem eigenen Geist und außerhalb von mir wirkt.

Die Beobachtungen gehen weiter.... über das „Ja“ und über das „Nein“.... auf welche Weise sich das eine und das andere in meinem Leben und in der Gesellschaft zeigt, was zum einen oder zum anderen führt (denn manchmal erscheint es nicht so eindeutig) und wie ich das „Nein“ durch das „Ja“ ersetzen kann...

⁹ Silo, **ÖFFENTLICHE VERANSTALTUNG**, PABELLON DE LOS DEPORTES, MADRID, SPANIEN, 27.9.1981, SILO Spricht Seite 38 / 39 (www.silo.net)

Mich von dem fernzuhalten, was mich in Widersprüche bringt, bedeutet einen Bruch mit dieser Kultur des Nihilismus, einen Bruch mit den gängigen Werten, Glaubensvorstellungen und Denkgewohnheiten. Ich beobachte... und immer, wenn ich die Spuren des Nihilismus in mir selbst entdecke, versuche ich, die Richtung zu verändern. Dann kann ich manchmal diesen Zwiespalt – diesen Widerspruch - fühlen.... denn das „Ja“ bedeutet zuweilen Verzicht (auf einen Vorteil; auf Anerkennung oder Bestätigung; auf etwas, das ich als mein Recht erachte; auf Unnachsichtigkeit, Ressentiment oder Rachedgedanken....).

Ich erinnere mich: „Den Widerspruch fernzuhalten ist gleichbedeutend wie die Überwindung von Hass, Ressentiment, und dem Wunsch nach Rache. Den Widerspruch fernzuhalten bedeutet, den Wunsch zur Versöhnung mit anderen und mit sich selbst zu kultivieren.“¹⁰

Meinen tiefsten inneren Widerspruch werde ich auch nicht überwinden können, wenn ich den Spuren des Nihilismus nicht bis in seine Tiefe folge, um mir bewusst zu machen, dass er immer zur Verneinung des Lebens führt...

„Wenn du glaubst, dass dein Leben mit dem Tod endet, so hat das, was du denkst, fühlst und tust, keinen Sinn. Alles endet in der Zusammenhanglosigkeit, in der Auflösung.“

Wenn du glaubst, dass dein Leben nicht mit dem Tod endet, dann soll das, was du denkst, mit dem übereinstimmen, was du fühlst und tust. Alles soll sich zur Kohärenz, zur Einheit entwickeln.“

lese ich in Silos Botschaft. ¹¹

Wiedergutmachen

„Den Widerspruch fernzuhalten bedeutet, jegliches Unrecht, das man Anderen zugefügt hat zu verzeihen und doppelt wieder gut zu machen.“¹²

Zuerst beziehe ich diesen Satz auf die eher gravierenden Situationen. Jene, in denen ich anderen wirklich geschadet oder ihnen Leid zugefügt habe. Ich merke, wie ich diesen Erinnerungen immer wieder ausweiche und wie sie noch heute bedrücken. Es gelingt mir nicht sofort, sie mir zu verzeihen und es ist mir nicht sofort klar, auf welche Weise ich sie doppelt wieder gut machen könnte. Aber ich weiß, dass dies noch zu tun bleibt und ich bitte innerlich darum, dass es auch gelingt.

Mit der Zeit fällt mir jedoch auf, dass es nicht nur um diese Ausnahmefälle geht. Es sind auch die „kleinen Handlungen“ im Alltag, die dazu beitragen, dass sich der Widerspruch wiederholt und nährt. Wenn ich jemanden – sei es aus Unachtsamkeit oder Gereiztheit –

¹⁰ S. Anm. 1

¹¹ Silos Botschaft, Der Weg, S. 45 (www.silo.net)

¹² S. Anm. 1

unfreundlich oder abfällig behandle; wenn ich jemanden mit Vorurteilen betrachte oder allgemein Abneigung verbreite, dann habe ich das Gefühl, dass durch meine Handlung etwas im anderen vergiftet wird und dass eine Prise von diesem Gift auch in mir selbst zurückbleibt. Und da erkenne ich es wieder: das „Nein“...

Die Wichtigkeit der doppelten Wiedergutmachung kann ich nur ungefähr erahnen. Es genügt mir im Augenblick aber, dass sie als Thema gegenwärtig bleibt, damit ich das, was noch zu tun bleibt, nicht vergesse.

Zeitlose Momente

Ab und zu erlebe ich mit der Bitte Momente, für die es keine Bilder, keine Worte und kein Zeitgefühl gibt. Momente, in denen etwas sehr Grundlegendes erfahren oder begriffen wird, in denen sich eine tiefe Bedeutung zeigt, ohne dass sie im Nachhinein zu beschreiben wäre.

Manchmal sind diese Momente Teil der Bitte, manchmal brechen sie später in den Alltag hinein und bewirken eine Art innere Erschütterung, als würde man eine Wahrheit zum ersten Mal erkennen. Manchmal bewirken sie eine Flut an Inspiration, die sich umzusetzen sucht. Auch gibt es Träume oder plötzliches Wachwerden in einem besonderen, einheitlichen Zustand.

Während ich diese Erfahrungen notiere, um sie nicht zu vergessen; während ich über sie nachsinne, um eine Übersetzung für sie zu finden, da sie mir so besonders erscheinen, flüstern sich Sätze in mein Gedächtnis:

... All dies brachte mich zum Nachdenken. Ich weiß sehr wohl, dass ich ohne diese Erfahrungen niemals aus der Sinn-Leere herausgefunden hätte.¹³

Schließlich bemerkte ich, dass meine "Entdeckungen" gar keine solchen waren, sondern auf die innere Offenbarung zurückzuführen sind, zu der jeder Mensch gelangt, der frei von Widersprüchen das Licht in seinem eigenen Herzen sucht.¹⁴

Ausblick

Inzwischen ist die Bitte zu einer täglichen Meditation in meinem Leben geworden. Die Erfahrungen ändern sich und entwickeln sich weiter. Und es hat sich gezeigt, dass dieser kurze Moment des Kontaktes mit dem eigenen Inneren tatsächlich dazu beigetragen hat, dass sich im Laufe der Zeit Gefühle und Absichten aufklären.¹⁵

¹³ Silos Botschaft, Kapitel V, Ahnung des Sinns, S. 8 (www.silo.net)

¹⁴ Silos Botschaft, Kapitel XII, Die Entdeckungen, S. 15 (www.silo.net)

¹⁵ S. Anmerkung 1: „Widme diesem kurzen Gebet nicht viel Zeit, denn es genügt, dass du für einen Moment das unterbrichst, was in deinem Leben passiert, damit durch den Kontakt mit deinem Innersten sich deine Gefühle und deine Ideen aufklären.“

Das Wichtigste bei der Anwendung der Bitte ist für mich jedoch die Empfindung einer wirklich gültigen Handlung, die sich durch ihre Wiederholung stärkt.

Was mich beeindruckt, ist die permanente, enge Verbindung zwischen der Bitte und Silos Botschaft. „Erkenntnisse“ oder Gedanken, die durch die Bitte zum Vorschein kommen, finde ich in der Botschaft erklärt oder beschrieben. Obwohl mir Silos Botschaft nicht fremd war, habe ich durch die Bitte einen neuen Zugang zu ihr gefunden. Die folgenden Worte kann ich aus tiefstem Herzen bestätigen:

„Später dann kannst du das in Betracht ziehen, was die Botschaft in ihrem Buch erklärt, in ihrem Weg und ihrer Erfahrung. Und dann wirst du über wahrhafte Gefährten verfügen, um mit dir ein neues Leben in Angriff zu nehmen.“¹⁶

Gabi Noack, Silos Botschaft Köln (Gemeinschaft *Der innere Blick*),

März 2018

¹⁶ Silo, Rede anlässlich der Einweihung des südamerikanischen Parks La Reja, 2005 (www.silo.net)