

Lorenz Marti

Wie schnürt ein Mystiker seine Schuhe?

Das Buch

Spiritualität kann beim Schnüren der Schuhe beginnen, frühmorgens, wenn die Zeit knapp ist und der Stress groß, und plötzlich ein Schuhbündel reißt. Der Ort, an dem wir die großen Fragen des Lebens reflektieren und meditieren, ist immer dort, wo wir uns gerade befinden. In der Küche, im Büro, am Hauptbahnhof. Beim Zähneputzen, beim Schreiben, beim Einkauf im Supermarkt. Das Geheimnis des Lebens verbirgt sich nicht an besonders heiligen Orten. Wenn es ein Versteck hat, dann ist es das ganz Gewöhnliche, oft Übersehene, kaum Beachtete. Oder ist es umgekehrt? Verstecken wir uns vor ihm? Auf eine spielerische Weise verbindet Lorenz Marti Zeugnisse der Mystik mit ganz alltäglichen Erfahrungen und fragt nach der praktischen Bedeutung spiritueller Weisheiten. Er verteilt keine Rezepte und empfiehlt keine Übungen, präsentiert keine Theorien – er beobachtet, stellt Fragen, und nimmt seine Leser mit – mitten ins Herz des Alltäglichen.

Der Autor

Lorenz Marti, geboren 1952, ist Publizist und war langjähriger Mitarbeiter des Schweizer Radios. Er lebt mit seiner Frau bei Bern und hat zahlreiche erfolgreiche Sachbücher veröffentlicht.

Lorenz Marti

Wie schnürt ein Mystiker seine Schuhe ?

Die großen Fragen und der
tägliche Kleinkram

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

HERDER spektrum Band 6969



Neuausgabe 2018

© Verlag Herder GmbH, Freiburg im Breisgau 2004

Alle Rechte vorbehalten

www.herder.de

Umschlaggestaltung: Designbüro Gestaltungssaal
Umschlagmotiv: © Alina Kovalchuk, goir - shutterstock

Herstellung: CPI books GmbH, Leck

Printed in Germany

ISBN 978-3-451-06969-7

Für Corina

Obne sie wäre dieses Buch nie zustande gekommen

Inhalt

Einstimmung	11
-------------------	----

1 Unruhiges Herz und offene Weite

Das unruhige Herz	16
Ich geh, weiß nit wohin	18
Der weglose Weg	20
Die Wolken sind nicht der Himmel	23
Wüstenwanderungen	25
Drei Fragen an Bodhidharma	28

2 Immer ganz am Anfang

Vom Nichtwissen – zum Nichtwissen	32
Mit Augustinus am Meer	34
Ganz am Anfang	37
Von Kaisern und Kindern	39
Ohne ein Warum	42

3 Die Schönheit der kleinen Dinge

Die Botschaft des Stammlers	46
Eine Liebeserklärung an das Gewöhnliche	49
Geschirr spülen	51
Die Tür, meine Lehrerin	53
Das Mysterium im Hauptbahnhof	55
Staub saugen mit Bruder Laurentius	58

4 Ein Blick in den Spiegel

Drei Brüder	62
Ein Wächter am Fluss	65

Hirsekorn und Himmelsgewölbe	68
Sich (k)ein Denkmal setzen	70
Maharshis Experiment	72
Ein seltsamer Besuch	74

5 In jedem Teich der eine Mond

Von Du zu Du	78
Mystik in der Warteschlange	81
Das Netz des Indra	84
Fuß und Hand und Auge	86
Tanzen statt klettern	88

6 Aus der Dunkelheit zum Licht

Ein verregneter Sonntagnachmittag	92
Ein dürres Holz im Wüstensand	94
Ungereinigtes säen	97
Sei einfach!	99
Vom alten und vom neuen Menschen	101
Die fünf Plagen	103

7 Neue Horizonte

Sechzehnhundert Gedanken in einem Bus	108
Der Affengeist	110
Türhüter des Herzens	112
Vier Schritte	115
Die Welt als Spiegel	118
Schlamm, Dreck und ein Wunder	120
Jenseits des Denkens	122

8 Die Kunst des Seins

Nichts hinzufügen, aber vieles weglassen	126
Ein Blick in den Terminkalender	129
Kleine Erleuchtung im Bahnhofscafé	132
Vier Weisungen	134

Ungeduld, Ärger und etwas Zen	137
Verweilen vor dem Geheimnis	140
Spaziermeditieren	142
Meine ganz persönliche Vigil	144
Siebzig Jahre Mönch und kein bisschen ruhig	147

9 Das rechte Maß

Zu viel Gepäck	150
Ein Asket im Palast	152
Eine heitere Gelöstheit	155
Das rechte Maß	158
Mit Franziskus und Dominikus im Intercity	160
Zwei Asketen in der Stadt	162

10 Der grundlose Grund

Das große Ja	166
Mund und Ohren spülen	169
Was weißt du? Nichts.	172
Eine überhelle Dunkelheit	174
Verborgten in einer Wolke	176
Einfach nur das	178

Ausklang	181
----------------	-----

Eine kleine Personengalerie	184
-----------------------------------	-----

Einstimmung

Es ist Morgen. Ich muss gehen. Die Zeit drängt. Hastig schnüre ich meine Schuhe. Ob ich wohl noch rechtzeitig zum Bahnhof komme? Ein Schuhbündel reißt. Ausgerechnet jetzt, wo ich so knapp dran bin. Ich suche einen neuen, führe diesen mit zittrigen Fingern durch die Ösen und ziehe ihn straff an. Der Schuh sitzt. Ich verlasse das Haus.

Eine banale Geschichte, wie es im Verlaufe eines Tages unzählige gibt. Eine Nebensächlichkeit, scheinbar ohne Bedeutung. Es muss halt sein, das Schnüren der Schuhe ebenso wie der ganze übrige tägliche Kleinkram, der immer zu viel Zeit in Anspruch nimmt.

Kleinkram?

Von einem Schüler des berühmten jüdischen Wanderpredigers Maggid von Mesritsch ist der Satz überliefert: „Ich bin nicht zum Maggid gegangen, um bei ihm die Torah zu studieren, sondern um zu beobachten, wie er seine Schuhe schnürt.“

Und plötzlich verlangsamt sich der ganze Film. Der berühmte Weise schnürt die Schuhe. Ein Schüler schaut zu. Keiner spricht ein Wort. Wie in Zeitlupe nimmt der Schüler jede Bewegung des Meisters wahr. Er schaut genau hin, damit ihm nichts entgeht. Er lässt sich berühren von dem, was er sieht. Ihn interessiert nicht die abstrakte Lehre, sondern das konkrete Leben. Er sucht die Begegnung mit einem Menschen, der lebt, was er lehrt. Auf dem Weg über die Praxis hofft er einiges zu erfahren über das, was diesen Maggid bewegt und trägt. Und wer weiß: Vielleicht erfährt er beim Schnüren der Schuhe mehr über das Geheimnis des Lebens als beim Studium einer heiligen Schrift.

Wie schnürt ein Mystiker seine Schuhe? Der Schüler verrät es nicht. Die Frage bleibt offen. Gerne hätte ich selber dem Maggid einmal zugeschaut. Wahrscheinlich hätte ich gar nichts Besonderes festgestellt. Mystiker und Mystikerinnen sind Menschen wie du und ich. Mit dem kleinen Unterschied, dass sie Tiefenschichten des Lebens entdecken und ergründen, die uns üblicherweise verschlossen bleiben. Diese Erkundungsreisen ins Innere des Daseins mögen sich im Alltag auf unterschiedliche Weise auswirken. Ich kann mir vorstellen, dass einige Mystiker ihre Schuhe mit einer hohen Aufmerksamkeit und Ruhe schnüren und diese kleine Verrichtung als Übung auf dem inneren Weg verstehen. Andere wiederum werden wie ich die Sache möglichst schnell hinter sich bringen. Von den ersten kann ich lernen, mit den zweiten fühle ich mich verbunden. Die ersten gehen mir voraus, die zweiten sind mir nahe.

Es gibt viele große Theorien über Gott und die Welt. Doch am Ende kommt es immer darauf an, wie ich mit den ganz praktischen Anforderungen des ganz gewöhnlichen Alltags umgehe. Der Ort, an dem die großen Fragen des Lebens zu reflektieren und zu meditieren sind, ist immer da, wo ich gerade bin. Und sei es beim ungeduldigen Schnüren der Schuhe.

Da möchte ich beginnen. Nicht mit dem Anspruch, mich ändern oder „verbessern“ zu müssen. Aber mit dem Wunsch, den Dingen auf den Grund zu gehen. Klarheit zu gewinnen. Das Wesentliche vom Unwesentlichen unterscheiden zu können. Dem Eigentlichen, was immer das auch ist, auf die Spur zu kommen.

Spiritualität ist für mich nur dann von Bedeutung, wenn sie etwas mit dem ganz konkret gelebten Leben zu tun hat. Wenn sie den Alltag weit und tief macht, wenn sie ihn durchlüftet und belebt. Von seinen hebräischen Wurzeln her verbinden sich im Wort Spiritualität die Begriffe Geist, Weite und Wind. Der Wind weht, wo er will. Er lässt sich nicht planen, nicht

organisieren, nicht beherrschen. Seine Kraft bewegt, stößt festgefügte Ordnungen um, schafft Raum für Neues.

Habe ich damit schon zu viel gesagt? Ach, wie wenig weiß ich doch über diesen Wind. Er ist immer wieder so überraschend anders, als ich meine. Trotzdem möchte ich seinem Geheimnis etwas näher kommen. Tastend, suchend und immer wieder fragend. Und wenn ich zwischendurch eine Antwort gebe, dann ist diese bestimmt wiederum fragwürdig, einer weiteren Frage würdig. Antworten schließen ab, Fragen öffnen Tore. „Fragen“, sagt Martin Heidegger, „ist die Frömmigkeit des Denkens.“

In dem Sinne habe ich dieses Buch geschrieben. Ich verstehe die Texte als eine Sammlung von Skizzen und Entwürfen. Sie alle sind nicht abgeschlossen, sondern offen, entwicklungsfähig – und vorübergehend. Ein kleiner Windstoß nur, und alles sieht womöglich wieder ganz anders aus.

Dann heißt es: Aufstehen, in aller Ruhe die Schuhe schnüren, das Haus der Gewohnheiten verlassen und mich erneut auf den Weg machen.

Schwanden bei Bern, im Winter 2003

Lorenz Marti

Unruhiges Herz und offene Weite

Wanderungen auf den Pfaden der
Religion

*„Wohin denn gehen wir?
Immer nach Hause.“*

Novalis

— Das unruhige Herz

Es muss mehr geben als die eigene kleine Welt, in der ich mich bewege. Etwas Großes, Weites, Grenzenloses. Es muss mehr geben als das dauernde Wechselspiel von Schmerz und Freude, Glück und Unglück, Licht und Finsternis. Etwas Bleibendes, Beständiges, Ewiges. Es muss mehr geben als mein einzelnes, isoliertes Dasein als verletzliches und sterbliches Wesen. Etwas Ganzes, Tragendes, Allumfassendes. Es muss so etwas geben wie einen großen Zusammenhang, in den mein kleines Leben eingebettet ist.

Es muss mehr geben. Die Sehnsucht brennt. Die Welt ist dafür „eine Nummer zu klein geraten“ (Kurt Tucholsky). Zwar gibt es scheinbar viele Möglichkeiten, diese Sehnsucht ihrer Erfüllung entgegenzuführen, ganze Wirtschaftszweige mit ihren überzogenen Glücksversprechungen leben davon. Doch so viel ich auch kaufe und besitze – dahinter lauert eine gähnende Leere. Es bleibt ein innerer Durst, der durch nichts Äußeres gestillt werden kann.

„Was suchst du eigentlich?“, frage ich mich manchmal, wenn ich, getrieben von einer dumpfen Kauflust, durch die Einkaufszentren der Stadt hetze. Was suche ich? Wirklich einen neuen Pullover (ich habe doch schon etliche) – oder das Glückserlebnis, das ich mir von ihm erhoffe (wo ich doch weiß, dass es nie lange anhält)?

Was suchst du eigentlich?, fragt Augustinus, der große Kirchenlehrer der Antike. Sein Rat: „Suche, was du suchst, aber nicht dort, wo du es suchst.“ So kann es geschehen, dass ich den schönen Pullover ins Regal zurücklege, und etwas enttäuscht, aber leichten Schrittes davonziehe.

Zwar bin ich immer noch naiv genug, mich von äußeren Verlockungen blenden und verführen zu lassen. Doch der Riss bleibt, die Spannung zwischen dem, was ist, und dem,

was ich ersehne. Wenn ich meinen Wünschen und Begierden auf den Grund gehe, entdecke ich ein manchmal fast schmerzhaftes Verlangen. Nur vordergründig richtet es sich auf äußere Dinge. Es geht tiefer. Es ist das Verlangen, das enge Gehäuse meines Daseins zu überschreiten auf etwas Größeres hin. Die Sehnsucht nach einem Glück, das von keinen äußeren Bedingungen abhängig ist. Die Sehnsucht nach Transzendenz.

Augustinus spricht vom „unruhigen Herz“, das den Menschen vorantreibt: „Das unruhige Herz ist die Wurzel der Pilgerschaft. Im Menschen lebt eine Sehnsucht, die ihn hinausreibt aus dem Einerlei des Alltags. Im Grunde seines Herzens sucht er ruhelos den ganz Anderen, und alle Wege, zu denen der Mensch aufbricht, zeigen ihm an, dass sein ganzes Leben ein Weg ist, ein Pilgerweg zu Gott.“

Was auch immer ich suche, dahinter steht mein unruhiges Herz. Es will nicht einen neuen Pullover. Es will mehr. Viel mehr. Es will alles.

Das unruhige Herz treibt mich an, immer wieder aufzubrechen und weiterzuziehen auf einem Weg, der sich im Unendlichen verliert.

Manchmal denke ich, dass es schön wäre, irgendwo anzukommen. Aber von der Mystik lerne ich, dass jeder Schritt auf diesem Weg seine Bedeutung hat, ja dass der Weg selber in einem gewissen Sinne bereits das Ziel ist.

Was mein unruhiges Herz sucht, ist mir womöglich näher, als ich mir selber bin.

— Ich geh, weiß nit wohin ...

Der Weg, den ich gehe, ist keine gerade Straße. Schon eher ein verschlungener, holpriger Pfad mit vielen Windungen, Höhen und Tiefen. Ich weiß nicht, woher er kommt, und ich weiß nicht, wohin er führt. Mein Weg ist über weite Strecken ein Rätsel. Das Leben an sich ist ein Rätsel. Und auch ich selber bin mir oft genug ein Rätsel. Ich gehe, weil ich nicht anders kann als gehen. Aber ich weiß nicht, wer da eigentlich geht, noch wohin er geht.

Ein mittelalterlicher Dichter drückt diese Erfahrung mit drei Zeilen aus – und kommt dann in Zeile vier zu einer überraschenden Entdeckung:

„Ich geh, weiß nit wohin,
ich komm, weiß nit woher,
ich bin, ich weiß nicht, was,
mich wundert, dass ich fröhlich bin.“

Mit diesem unbekanntem Wanderer auf dem unbekanntem Pfad kann ich mich recht gut identifizieren. Mit einem entscheidenden Unterschied allerdings: Mir fehlt dessen grundlose Fröhlichkeit. Ich bin eher selten fröhlich, und wenn, dann meistens aus einem konkreten Anlass. Die Fröhlichkeit des Wanderers hat aber keine äußere Ursache. Die Ungewissheiten, denen er ausgesetzt ist, würden auch eher zur Sorge Anlass geben. Er aber ist fröhlich. Ohne Grund. Einfach so. Und das erstaunt ihn selbst. Er wundert sich.

Es ist dies offensichtlich eine andere Art von Fröhlichkeit, als sie in unserer Spaßkultur gepflegt wird. Eine Fröhlichkeit, welche die dunklen Seiten des Lebens nicht fürchtet. Eine Fröhlichkeit, die unabhängig bleibt von den rasch wechselnden äußeren Umständen. Leise und unaufdringlich begleitet sie den Wanderer auf seinem Weg, ob nun die Sonne scheint oder ob es regnet und stürmt.

Ich stelle mir vor, dass der fröhliche Wanderer ohne Gepäck