



# WALDZELL DIALOG

## „FÜHRUNG AUS DER STILLE – WISSEN UND WEISHEIT FÜR EINE WELT IM WANDEL“

IN DER LICHTUNG BEI BURG RASTENBERG  
1.- 3. NOVEMBER 2010

### **Meditation ist...**

*...Die Stille zu Wort kommen zu lassen (Bruder David Steindl-Rast)*

*...Instrument der Fehlerbehebung - „Ein Sekundenbruchteil einer wirklich gelungenen Meditation genügt, um Äonen von Fehlern auszulöschen. Das Bild ist so wie eine Lampe, die das Haus erhellt das lange in Dunkelheit war.“ (Tibetanisches Sprichwort)*

*...Instrument der Selbsterfahrung - „Die tiefste Erfahrung erleben zu können, ist ein Menschenrecht. Ein Privileg, das nur der Mensch hat. In dem Moment, wo wir es einfordern aber, ist es weg. Indem wir versuchen, es zu machen, kann es nicht gelingen. Denn Meditation bedeutet gerade, dass wir aufhören zu versuchen etwas Bestimmtes zu tun.“ (Johannes Toegel)*

*...ein Default-Zustand - „Es stellt sich ein Gefühl des „In-der-Welt-Seins“ ein. Diese Erfahrung entspricht mit Sicherheit getreuer der Persönlichkeit, die man ist, als das, was man erlebt, wenn man ständig von Tagesereignissen getrieben wird.“ (Wolf Singer)*

*...Spirituelle Übung – „Wenn Meditation gelingt, sind wir in der Gegenwart, in uns selbst. Es geht nicht darum, soviel wie möglich zu meditieren, sondern so viel wie nötig. Eine Kuh soll nur so viel essen wie nötig, um Milch zu geben. Wir nennen es ja auch spirituelle Übung! Man übt Geige um Geige zu spielen, und nicht um zu üben! Jede spirituelle Übung ist eine Übung, um dann zu spielen. Und spielen heißt, so leben zu können, dass wir im Alltag immer in der Gegenwart sind. Das gelingt den meisten von uns nicht immer, darum üben wir auch immer. Aber das Ziel, die gelungene Meditation, ist die, die uns in die Gegenwart bringt“ (Bruder David Steindl-Rast)*



### **Stille ist...**

*... Unser tiefstes Inneres – „Unser Tiefstes Inneres ist nicht Wort, sondern Schweigen. Wir kommen an einen Punkt, wo wir es nicht mehr begreifen können. ES ist nicht mehr in Begriffen, also nicht mehr durch Worte, auszudrücken. Und diese innerste Wirklichkeit wird dann durch uns zu Wort.“ (Bruder David Steindl-Rast)*

*... Zwei Pole der Wirklichkeit – „Wort und Schweigen widersprechen einander nicht, sie sind lediglich zwei Pole einer Wirklichkeit, die im Verstehen zusammengejocht sind. Das Yoga ist dieses Joch, das beide verbindet. Das Manifeste, das ist das Wort, das Unmanifestierte ist das Schweigen. Und Yoga verbindet die beiden.“ (Bruder David Steindl-Rast)*

*... der Sprache nach-zu-denken – „Wie man einem Weg nachgeht, wenn man sich führen lässt. So müssen wir der Stille nach-denken. Denn wenn man der Sprache nach-denkt, führt sie immer in die Stille. Das Wort kommt somit aus dem Schweigen. Denn nur aus dem Schweigen kommt das echte Wort, alles andere ist Geplapper. Das echte Wort ist das Schweigen, das zu Wort kommt. Und wir verstehen es, wenn wir darauf horchen, wenn es aus der Stille kommt. Das ist der Kreislauf. Das Wort das aus der Stille kommt und wieder in die Stille zurück führt.“ (Bruder David Steindl-Rast)*

*... ES – „und dieses ES ist die Stille und was die Stille gibt ist Wort“ (Bruder David Steindl-Rast)*

### **Schweigen ist...**

*... Freiwerden für wirkliche Kommunikation – „Es bedeutet nicht bloß das Abschalten des Redewerkzeugs, es bedeutet die Veränderung der Art wie ich kommuniziere. Und diese Veränderung von dem ständigen Vereinnahmen wollen, von dem Festhalten wollen.“ (Johannes Toegel)*

*... Loslassen, um eine neue Beziehung eingehen zu können – „Einfach nur keine Worte zu machen ist nicht Schweigen. Es geht um eine grundsätzliche Wesenswandlung, in der wir Zugang zum Ganzen finden. In der wir Verbindung aufnehmen mit den Bäumen, dem Boden und dem Himmel, um aus dieser Verbindung heraus die Meditation zu schöpfen.“ (Johannes Toegel)*

*... kein Selbstzweck – „Schweigen ist zum Horchen gedacht. Horchen nicht hören.“ (Bruder David Steindl-Rast)*



*...Verbindung aller trennenden Worte – „Das Schweigen, in das wir uns „hinunter“ lassen, verbindet alle trennenden Worte. Schweigen kommt zu Wort. An ganz verschiedenen Orten, zu ganz verschiedenen Umständen, zu ganz verschiedenen Zeiten. Diese Worte stehen vielleicht in Spannung zu einander, können einander stoßen, aber das Schweigen, in das jedes Wort führt, verbindet sie. Hier werden auch die widersprüchlichsten Worte verbunden. Das ES, das alles gibt, verbindet alles. Jedes Schweigen kommt zu Wort.“ (Bruder David Steindl-Rast)*

**„ES gibt. ES gibt nicht, ES gibt alles. Und dieses ES ist die Stille und was die Stille gibt, ist Wort“...**

...so eröffnete Benediktiner Mönch Bruder David Steindl-Rast das im November 2010 in der Lichtung bei Burg Rastenberg statt gefundene Meditationsseminar „Führung aus der Stille“. Die Zusammenkunft einer Gruppe interessanter Führungskräfte verschiedener Unternehmen und dreier Persönlichkeiten aus neurophysiologischer Wissenschaft, interdisziplinärer Forschung und Spiritualität war einem Dialog über die Themen Führung, Selbsterkenntnis und Meditation gewidmet.

Führung als eine der größten Herausforderungen und Ansprüche an den Menschen bedeutet Verantwortung, die über jene der eigenen Person hinausgeht und gerade deshalb nach Kraft- und Motivationsquellen verlangt, die führende Personen in ihrer Entscheidungs- und Steuerungskraft stärken können. Besondere Perioden wie wirtschaftliche Krisen müssen bewältigt und die Steuerung und Kontrolle des Schiffs samt Mannschaft gemeistert werden. In genau diesen Perioden kommen verborgene Ängste ans Licht, potenzielle Schwachstellen und mögliche Handlungsbarrieren. Sie sollten mit Ruhe und Nüchternheit erkannt und überwunden werden.

Meditation ist eines der ältesten und natürlichsten Instrumente des Menschen, um Ängste, Schwachstellen und Handlungsbarrieren zu erkennen und daraus Lösungswege abzuleiten. Während einer gelungenen Meditation macht die meditierende Person „Erfahrungen“, d.h. sie begegnet sich Selbst und ihrem Urwissen, ihrem Urvertrauen und ihrer Intuition. Es erhebt sich eine innere Stimme die erst dann gehört wird, sobald alle äußeren Stimmen verstummen. Also nur in der Stille kann das eigentliche Wort zu Wort kommen.



Bruder David Steindl-Rast zur Bedeutung und Beziehung von Wort und Stille:  
*„Die Beziehung zwischen Wort und Stille ist eine der Urgegebenheiten, vielleicht DIE Urgegebenheit, der Ursprung von allem. **UR-SPRUNG** ist, der SPRUNG mit dem das Wort aus der Stille kommt. In der christlichen Weihnachtsliturgie gibt es dieses wunderschöne Wort aus dem Buch der Weisheit, der Bibel, das da lautet: „Um Mitternacht, mitten in der Dunkelheit, in der Nacht, als die Nacht in Ihrem Lauf die Mitte erreicht hatte, und alle Welten, alles im Dunkeln lag, da sprang das Wort vom Göttlichen Thron - der UR-SPRUNG von allem. Der **UR-SPRUNG** der aus dem unmanifestierten Göttlichen herausspringt und alles, was es gibt springt aus dem ES heraus, das ALLES gibt“.*

*„ES gibt. ES gibt nicht, ES gibt alles und dieses ES ist die Stille und was die Stille gibt, ist Wort. Wenn wir es richtig verstehen. Es will uns ansprechen, und um zu hören, was das Wort uns sagen will, müssen wir innerlich still werden. Denn wenn wir horchen, können wir hören, was es uns sagen will. Es spricht sich aus, es gibt. Und ich selbst bin Wort unter all den unzähligen Worten, die es gibt. Und ich unterscheide mich von all den anderen Worten dadurch, dass ich antworten kann. Ich kann das Wort verstehen und damit ich antworten kann, muss ich das Wort erst WERDEN. Deswegen bewundern wir unsere Tiere so, weil die das Wort schon sind, sie müssen es nicht erst werden“. „Was uns aufgegeben ist, ist auf menschlicher Ebene das zu werden, was die Siebenschläfer und die Blumen schon sind. Das Wort. Wir müssen es erst lernen, indem wir horchen, verstehen und antworten. Und zwar nicht irgendwann, sondern in der Gegenwart: Es wartet uns in der Gegenwart was entgegen und darauf antworten wir“.*

Die Stille richtig erlebt ist also Ur-Mittel zur Selbsterkenntnis und zur Wahrnehmung einer „Inneren Stimme“, die uns „Wahrheit“ mitteilt. Wahrheit über unser Urwesen und seine eigentliche Aufgabe. Wahrheit über die uns steuernden Mental- und Emotionalmuster. Wahrheit über das uns umgebende Umfeld. In einem gesellschaftlichen System, in dem wir den Großteil unserer Lebenszeit mit der Beschaffung von finanziellen Mitteln beschäftigt sind, erlauben wir uns immer weniger, unsere eigentliche Berufung zu erkennen und ihr nachzugehen. Dass wir damit an unserer ureigensten Aufgabe als Menschen vorbei gehen, erkennen wir zumeist erst dann, wenn die Illusion der scheinbaren Sicherheiten ins Wanken gerät – etwa durch schwerwiegende Krankheiten, wirtschaftliche Zusammenbrüche, Scheidung, etc. Eine solche Erfahrung kann dann auch zu einem Tor in ein neues Bewusstsein werden, in dem wir beginnen die Schleier der Illusion, die nur durch Angst und Zweifel aufrecht erhalten werden können, zu erkennen und neue Wege zu



suchen. Dabei gilt es an vorderster Stelle jegliche Art von Zweifeln und Ängsten zu überwinden. Folgende Worte von Bruder David mögen dazu Ermutigung und Anleitung geben:

*„Unser Leben ist wie ein unerleuchteter Raum bei Nacht und aus der Dunkelheit kommt ein Vogel hereingeflogen, leuchtet auf und fliegt wieder in die Dunkelheit hinaus. Wir erleben diese Dunkelheit, doch wir kennen sie nicht. Wir wissen um das Geheimnis - woher wir kommen, wohin wir gehen ist ein Geheimnis. Wir wissen das nicht. Das müssen wir zugeben.“*

*„Die Dunkelheit aus der ich stamme, ich liebe dich mehr als die Flamme, denn die Flamme trennt indem sie uns hält. Aber die Dunkelheit hält alles an sich. Und damit können wir uns der Dunkelheit anvertrauen. Dieser Dunkelheit vertrauen. Uns hinunter lassen in die Stille ist uns der Dunkelheit anvertrauen. Die Dunkelheit ist unbegrenzt. Du Dunkelheit aus der ich stamme! Ich liebe dich mehr als die Flamme“...(R.M. Rilke)*

*„Aus der Stille quillt alles hervor als Geschenk. Alles, was es gibt kommt als Geschenk hervor. Alles ist gegeben, alles ist ein Geschenk und wir sind uns selbst geschenkt und was wir aus unserem Leben machen ist unser Dank und alles fließt zurück zur Quelle. Unserem Anliegen, diesen Dank auszudrücken folgen wir indem wir singen, schreiben, tanzen. Vögel zeigen ihre Dankbarkeit indem sie fliegen, indem sie singen. Mütter zeigen Dankbarkeit, indem sie Mütter sind. Jeder von uns hat eine einzigartige Aufgabe. Sowie unsere Fingerabdrücke. Kein Mensch bringt mit, was wir mitbringen können. Wir können es weiterschicken wie einen Dank. Dadurch, dass wir das werden, was wir sind. Und darauf müssen wir antworten, immer - in der Gegenwart auf das was uns entgegen wartet. Und durch Dankbarkeit leben wir Gegenwart. Jede spirituelle Praxis hat zum Zielpunkt uns in die Gegenwart zu bringen, denn wenn wir das vermögen sind wir wirklich wir selbst und identifizieren uns nicht mehr mit der Maske des ICH da draußen, sondern antworten auf das was in der Gegenwart wichtig ist.*

*In einer Situation wo alles so komplex ist müssen wir uns auf diese große Kraft verlassen und uns von ihr durchfließen lassen. Es ist die Kraft, die Samen zum Keimen bringt, die Vögel zum Singen bringt und uns zu dem macht, was wir sind. In jenen Augenblicken, wo wir die Komplexität gar nicht mehr meistern können, fließt diese Kraft durch uns durch und wir tun das richtige. Und das ist unser Dank.“*



Johannes Toegel, Meditationsexperte, Theologe und Philosoph berichtete aus seinem Schatz 30-jähriger Meditationserfahrung, die ihn seit seinem 26. Lebensjahr immer wieder für einige Monate in sich Selbst zurückziehen lässt - in einer Höhle im Himalaya. Seine Worte zu Stille und Berufung. „Meditation ist in die Stille zu gehen, um Mensch zu werden, das unsere eigentliche Aufgabe ist“.

Bruder David Steindl-Rast und Johannes Toegel im gemeinsamen Gespräch über die wunderbaren und heilsamen Eigenschaften des Schweigens:

*„Schweigen bedeutet frei werden für wirkliche Kommunikation. Es bedeutet nicht bloß das Abschalten des Redewerkzeugs, es bedeutet die Veränderung der Art wie ich kommuniziere. Die Beendigung von dem ständigen Vereinnahmen wollen, von dem Festhalten wollen. Eine buddhistische Analyse, welche unglaublich präzise ist, kommt zu folgendem Schluss: Es ist so, dass unser Weltbild sprachgebaut ist. Wenn diese Sprache nun entlastet wird durch Schweigen, entlastet sich unser Weltbild, unsere Vorurteile, und unser zugreifender Geist. Sobald sich der öffnet, eröffnet sich uns eine unglaubliche Wirklichkeit. Das ist die Sprache des Buddhismus. Vertrauen. Du kannst die Sprache weglassen und du wirst dabei etwas gewinnen und nichts verlieren. Und dann kommt die Sprache normalerweise wieder. Es ist ja nicht so, dass die Sprache was Schlechtes wäre, wir neigen nur dazu, sie zu missbrauchen. In der Stille wird das Wort schöpferisch. Der Missbrauch des Wortes ist verantwortlich, dass das Wort seine Bedeutung verliert.“*

*Schweigen ist Auskuppeln, um in den nächsten Gang schalten zu können. Schweigen ist Loslassen, um eine neue Beziehung eingehen zu können. Es ist also kein Selbstzweck, es ist ein Hilfsmittel. Ein Hilfsmittel, um Verbindung aufzunehmen mit dem Ganzen und aus dem heraus die Meditation zu schöpfen. Ob das Schweigen kommt oder nicht, weiss man davor nicht. Das wichtigste aber ist die Begegnung mit dem Schweigen. Diese Verbindung ist heilsam. Sie ist kraftvoll und tief.“*  
(Johannes Toegel).

Bruder David Steindl-Rast erzählte: *„Während meiner Studienzeit habe ich bemerkt, dass in einer anderen Tradition das Schweigen ebenso im Mittelpunkt steht wie bei uns im Christentum das Wort. Die Tradition wird im Buddhismus durch das Schweigen weitergegeben und nicht durch das Wort. Das konnte ich mir nicht vorstellen. Die große Predigt des Buddha - die Blumenpredigt - jedoch zeugt davon. Sie entspricht ungefähr der Bergpredigt von Jesus; drei Kapitel in Matthäus - WORT, WORT, WORT. Buddha hält eine Blume in der Hand und - lächelt. In diesem Augenblick wird die Tradition weitergegeben. Im Schweigen weitergegeben. Schweigen IST die Tradition.“*



*Das Schweigen ist kein Selbstzweck, es ist zum Horchen gedacht. Horchen nicht hören. Wir hören vieles, aber wir horchen nicht darauf hin. Wir haben zwei Ohren, aber nur einen Mund, was heißt, wir sollten zweimal so oft horchen wie reden! Wenn man redet, streckt sich die Haut, der Mund öffnet sich und die Ohren gehen zu. Das Horchen ist das Entscheidende, weil es zu einer höheren Form des Bewusstseins führt. Unser Geist zeigt sich als weit größer als unser Denken. Dort wo das Denken, das die Fragen formuliert, das mit Begriffen arbeitet, an sein Ende kommt, wir aber weitergehen können in unserem Bewusstsein, dort können wir dann etwas sehen, hören, das über das Begreifliche hinausgeht. Bernhard von Clavot sagt „Begriffe machen wissend; Ergriffenheit macht weise“. Etwas, das wir in den Griff bekommen können, gibt uns Begriffe und verhilft uns unser Wissen auszudrücken und zu erweitern. Aber dann kommen wir ans Ende unseres Begreifens und lassen uns ergreifen von dem, was uns ergreift und in dieser Ergriffenheit sehen wir, erfahren wir dann das Unaussprechliche, das Unbegreifliche. Und darum geht es eigentlich hier. Es ist wie das Gleichnis vom Meer und der Welle. Die Menschen in der westlichen Welt assoziieren sich mit der Welle. Wenn sie aus dem Meer heraus geht, dann haben wir das Gefühl, jetzt haben wir Selbstbewusstsein, jetzt fühlen wir uns positiv. Doch wenn sie wieder ins Meer zurück geht, erscheint uns die Welt plötzlich so ganz unpersönlich und wir verspüren, dass das Positive wieder verschwindet, das Selbstbewusstsein.“*

*Der buddhistische Lehrer meint jedoch: „Selbstbewusstsein der Welle? Ja woher sollte die Welle dieses Selbstbewusstsein haben, wenn das Meer es nicht auch hätte?“*

*„Eine sehr wichtige Antwort, denn sonst können wir nicht verstehen, dass wir, die es gibt, zu dem ES, das alles gibt, eine persönliche Beziehung haben können. Wenn man nicht die richtige Sprache verwendet, ist dieser Umstand etwas schwer Nachvollziehbares. Wenn wir davon sprechen, dass ein Schöpfergott uns erschaffen hat, können wir zu diesem Schöpfergott eine persönliche Beziehung haben. Nur wenn wir diese Bilder verwenden, besteht die Gefahr, dass wir sie wörtlich nehmen und uns abgetrennt sehen von diesem Schöpfergott. Die Metapher mit dem Meer ergibt da ein leichter verständliches Bild. Doch ist hier wieder die Gefahr, dass wir die persönliche Beziehung nicht in den Griff bekommen. Beides ist notwendig um unserem Leben Halt zu geben.*

*Das Schweigen, in das wir uns „hinunter“ lassen, verbindet alle trennenden Worte. Schweigen kommt zu Wort. An ganz verschiedenen Orten, bei ganz verschiedenen Umständen, zu ganz verschiedenen Zeiten. Diese Worte stehen vielleicht in Spannung zueinander, können einander stoßen, aber das Schweigen, aus dem jedes Wort kommt, verbindet sie. Hier werden auch die widersprüchlichsten Worte verbunden. Das ES, das alles gibt, verbindet alles. Jedes Schweigen kommt zu Wort.“*



Meditation ist nicht nur ein Instrument der effizienten Wahrnehmung seiner inneren Stimme, sondern sie gibt den Weg zur Erfahrung des Selbst frei. Diese Reise lässt uns Begebenheiten entdecken, die bis dahin im Verborgenen lagen. Sie kann unbekannte, unbewusste Stellen der Seele entblößen, was oft mit Furcht einhergeht.

*„Die Leerheit, die man während der Meditation trifft, macht Angst, weil man dabei alle Sicherheiten zu verlieren scheint, weil man in dem Augenblick nackt da steht. Wenn man von der Welle zum Meer übergeht und dieses hin und her spürt, dann können wir unser Wesen auf die Welle oder das Meer konzentrieren. Doch weder das Eine noch das Andere ist die Wirklichkeit, sondern das Leben spielt sich dazwischen ab, in dem Hin und Her - das ist das Spannende. Es ist weder falsch, sich als Welle zu spüren, noch ist es falsch, sich als Meer zu spüren. Es ist unglaublich entspannend zu erkennen, dass alles in Ordnung ist. Wir Menschen sind wie diese Wellen. Wir gehen gerne in die Gefahr, doch dann bekommen wir Angst und versuchen wir sie aufzuhalten, einen Damm zu bauen. Das ist aber nicht notwendig. Und das Schöne ist, dieses Spiel auch als Spiel zu akzeptieren. Und genau da fängt auch Meditation an: Wo die Freude anfängt - im Spiel zwischen Wort und Schweigen. Dieses Hin und Her der Gedanken und des Schweigens ist ein Spiel. Ein unglaublich schönes Spiel. Dazu sind wir da.“*

Die Selbstbetrachtung bricht Verhaltensmuster auf und zwingt durch Erkennen zur Änderung dieser Muster. Schon allein deshalb verursacht sie Angstzustände. Angegriffen wird dabei die Persönlichkeit und damit die gesamte Funktionsstruktur des Individuums.

Prof. Wolf Singer, Neurophysiologe, Hirnforscher und Vorstand des Max Planck Instituts für Hirnforschung beleuchtet das Thema der Selbsterkenntnis, der „Wissensgenerierung“ im Inneren, aus wissenschaftlicher Sicht. Zentrale Fragen seiner laufenden Forschung sind etwa: *„Welche Möglichkeiten gibt es, die Tiefengrade der Struktur, welche die Persönlichkeit ausmachen, die uns allzu viele Schwierigkeiten im alltäglichen Leben verursachen, zum Besseren zu wenden? Kann es durch spirituelle Praktiken gelingen, sie derart zu verformen, dass es auch hält und in der Krise nicht wieder zusammenbricht? Sind diese Möglichkeiten in der frühen Kindheit zu suchen?“* Zum naturwissenschaftlichen Verständnis führte er an, dass *„durch Introspektion und Beobachtung der Anderen, man bisher versucht habe, Erklärungen für Verhaltensweisen zu finden, die auch religiöse Systeme nutzen und die doch transkulturell Gemeinsamkeiten vorweisen. Sowohl in China, dem Arabischen Raum, als auch in der restlichen Welt haben sich gleichzeitig Glaubenssysteme entwickelt,*





*was einen Grund haben muss. Die Aufklärung machte einen Versuch, rational nachvollziehbare Erklärungsmodelle zu finden, was ihr aber nicht ganz gelungen ist. Was zu dem Schluss führt, dass wir Naturwissenschaftler am Ende niemanden davon überzeugen können, dass was man selbst als subjektive Wahrheit empfindet nicht auch zutreffend sein kann. Wir müssen also davon ausgehen, dass unsere Kognition beschränkt ist, wir haben Beweise dafür und das stellt uns vor ein großes Problem. Alles, was die Neurobiologie zu wissen scheint, lässt sich mit diesem einen Argument ausheben. Dementsprechend befinden wir uns in einem eingezirkelten Bezugssystem indem die Naturgesetze als gültig bezeichnet werden, aber das ist ein winziger Ausschnitt aus der Wirklichkeit und in Wirklichkeit ist alles ganz anders. Dagegen gibt es kein Argument. Das kann so sein.“*

Die zentrale Frage der Naturwissenschaft lautet daher also „*Wie sollen wir diese Erkenntniswege vereinen?*“, wobei Offenbarung den Naturwissenschaften gegenüber steht bzw. erkenntnisgewinnende Praktiken auf spirituellem Wege den wissenschaftlichem Wege des reproduzierbaren Versuchs.

*„Wissen gilt nicht mehr als Kulturgut. Es gilt als Kulturgut Goethe zitieren zu können und zu wissen, wann und wo er mit Lotte spazieren gegangen ist. Es gilt aber nicht als Kulturgut zu wissen, was die Evolutionstheorie eigentlich meint, was Gene eigentlich sind, wie Gehirne eigentlich aufgebaut sind, was nicht-lineare Dynamik heißt. Dieses große Missverhältnis verrät die Aufklärung und ist mit Schuld an der zunehmenden Ideologisierung dieser Welt. Ich glaube aber, dass dieser Dialog unvermeidlich ist, wichtig ist und geführt werden muss.“*

Meditation legt als Erkenntnisgewinnungsinstrument auch das eigene Wertesystem offen, was unter Umständen dazu führt, nicht freiwillig gewählte Ideologien zu identifizieren, sie anschließend automatisch zu hinterfragen und unter Umständen deshalb zu verwerfen und neue aufzustellen. Dieser Prozess ist zweifelsohne einer der wichtigsten, denn nur so können wir unsere „wahren“ Einstellungen und Meinungen identifizieren. Dieser Prozess klagt damit die eigene Persönlichkeit an, indem sie ihr Verhaltensgerüst dementsprechend erschüttert sieht.

*„Die schöne gereifte Persönlichkeit, die wir im Westen entwickelt haben“, so Bruder David, „um die geht es in der Meditation und um die Frage: wie kann diese gereifte Persönlichkeit bewahrt werden, wenn sie mit dem größeren Ganzen kommuniziert? Wie kann man es machen, dass man das Gute bewahrt und das, was daran störend ist, los wird. Man muss, ohne diese Persönlichkeit zu verlieren, sie aufgeben. Und das ist*



*das Schwierige. Doch das Paradoxe daran ist, es geht ganz leicht. Denn das was wirklich Persönlichkeit ist, kann man nicht verlieren. Das, was diese Persönlichkeit gebildet hat, ist einem so eigen, dass man es auf gar keinen Fall verlieren kann. Das, was verloren geht, sind die Illusionen. Sind die falschen Anschauungen. Ist ein einseitig krampfhaft individualistischer Geist. Den kann man unbesorgt loslassen. Das ist nicht die Persönlichkeit, um die es geht. Es geht um die reifen Beziehungsmuster, die wir uns aufgebaut haben. Das bedeutet, das Wesen des Menschen ist ein Punkt, ist Beziehung. Ist Liebe. Ist flüssig, beweglich. Diese Qualität der Beziehung bleibt auch beim Loslassen der Persönlichkeit bestehen. Sie ist das, was wir sehen und spüren können. Sie ist das Wesentliche - unsere Fähigkeit zu Beziehung. Der springende Punkt der Meditation im Westen ist Arbeit, Kulturarbeit. Wie können wir unsere schöne, hoch entwickelte Persönlichkeit wahren, und gerade damit in die Tiefe und in die Stille gehen.“*

Die Beschäftigung mit der eigenen Persönlichkeit, den ureigenen Charaktereigenschaften, Verhaltens- und Ansichtsweisen ist nicht nur bereinigend für das Selbst, sondern ebnet den harmonischen Weg zu anderen Menschen, indem man die nunmehr erkannte, „reine“ Beziehung zu sich selbst auch in die Beziehung zu anderen überträgt.

*„Es bleibt aber die Beziehung. Das Ur-Letzte, das Einzige, was wirklich ist, die einzige Wirklichkeit. Diese sind nicht Dinge, sondern Beziehungen. Die Beziehung zwischen dem ES, was alles gibt und dem, was es gibt. Das Geben ist die Beziehung. Das Geben, das hervorkommt und das Geben, das wir in der Dankbarkeit zurückgeben. Diese Beziehung ist die letzte Wirklichkeit.“*

Beziehung zu seinem Selbst, aber auch zu anderen ergibt eine Einheit, ein Verschmelzen von Wesen, von Seele, Geist und Körper. Die vorerwähnten, mit Meditation bzw. Selbsterfahrung verbundenen Ängste sind nicht die einzigen, die damit aufgeworfen, „enthüllt“ werden. Auch jene mit der Erkenntnis des Beziehungswesens Mensch einhergehende Loslösung vom Individualistischen, vom Selbst, vom individualistischen Selbst - dem Ego - macht Angst:

*„In der Einheit bleibt die Spannung zusammen. Im Hinduismus heißt es Advaita – Nicht-Dualität, man könnte auch Einheit sagen, aber es wird ausdrücklich NICHT-DUALITÄT genannt, also eine Dualität die verneint wird. Die Spannung bleibt und überbrückt zugleich. Und die Angst, die wir vor der Leere haben, bezieht sich letztlich*



*auf die Erkenntnis, dass nur Beziehung wirklich Gültigkeit besitzt. Dass nur Beziehung das ist was letztlich trägt.“*

*„Durch die Auflösung der Gegensätze kommen wir zu einer neuen Gemeinsamkeit.“*

*„Spannend ist, dass Beziehung auf Gegensätzen aufbaut und spannend ist auch, diese zu verbinden. Beziehung ist nicht Gleiches zu Gleichem, sondern besteht genau darin, Gegensätze aufzubauen und zu verbinden. Und diese Verbindung findet nicht auf der Ebene der Gegensätze statt, sondern auf einer höheren Ebene. Also überall dort, wo es uns gelingt, einen Gegensatz aufzuheben, dort kommt die Beziehung zur Frucht. Und das ist das Spannende in einer gelungenen Meditation. Die Meditation geht in die Beziehung, hat Gegensätze, löst Gegensätze dort auf und bringt sie zur Frucht. Dieser Prozess wird in unserer Kultur erst allmählich wahrgenommen und spürbar. Und diese Beziehung hat konkret auch mit zwischenmenschlichen Beziehungen zu tun, Beziehung zwischen Mann und Frau, aus der eine ungeheure Kraft wachsen kann, wenn sie auf einer höheren Ebene stattfindet. Den Frieden der Geschlechter auf einer höheren Ebene.“*

Führung als höchste Aufgabe der Menschheit betrifft Steuerung und Kontrolle des Selbst und externer Ressourcen, und die weise Voraussicht, um Steuerung planbar und Kontrolle rückschlüssig machen zu können. Führung mehrerer Individuen hat auch zur Aufgabe, widersprüchliche Interessen zu moderieren und zu vereinheitlichen, um eine harmonische Gangart zu gewährleisten.

*„Dies ist der Schlüssel für eine Führung aus der Stille. Wie können widersprüchliche Interessen zu einer höheren Einheit geführt werden? Wie können wir gemeinsam wachsen? Kein demokratischer Ausgleich, wer kriegt das größere Stück vom Kuchen, sondern wie können wir gemeinsam wachsen, indem wir den Kuchen gemeinsam verzehren?“*

Die Formung der individuellen (Führungs-)Persönlichkeit und damit allen Führungsverhaltens hängt in erster Linie mit den Wertesystemen des Individuums, der Führungskraft zusammen, die ausschlaggebend für individuelle Ansichts-, Verhaltens- und dementsprechend Führungsweisen sind. Sich dieser individuellen Wertesysteme bewusst zu werden, sie kennen, verstehen und rechtfertigen zu lernen, ist grundlegend für das Zulassen von Veränderungen und für ein Initiieren von notwendigen Veränderungen in Zeiten des Wandels. Wolf Singer ist überzeugt, dass werterzeugende Systeme erschaffen werden müssen, was jedoch nicht Aufgabe der Wissenschaft sein kann:



*„Man braucht die Wissenschaft, um nicht Ideologien zu erliegen. Wir brauchen heute Orientierungspunkte. Und wir suchen danach. Es scheint, dass wir psychologisch in einer ähnlichen Situation sind wie die Biologie vor Millionen Jahren. Bis zu einem gewissen Punkt hat es nur äußere Skelette gegeben, diese absoluten Normen entsprechen diesen äußeren Skeletten, wie wir sie von Käfern und Krebsen kennen. Und plötzlich hat die Natur das innere Skelett erfunden. Welche Angst dies erzeugt, wenn plötzlich diese äußeren Skelette, diese absoluten Normen wegfallen und innerhalb einer oder zwei Generationen zusammenbrechen. Wir müssen jetzt unser inneres Skelett finden und psychologisch auf unseren eigenen Beinen stehen.“*

Um einem Veränderungsprozess sicher und freudig begegnen zu können, ohne ihn voraussehen oder gar planbar machen zu können, und ihn gemeinsam mit seinen Mitmenschen und seinem Gefolge harmonisch zu beschreiten, bedarf es einer SELBST-bewussten Führung, die auf Beziehung und Gemeinschaftswerten beruht. Führung ist Kraft, ist Motivation, ist Liebe und Offenheit. Die Reise ins Innere der Führungskraft ist eine vitale Notwendigkeit, um die Kultur des Unternehmens und der Prozesse, die dem Wandel unterworfen sind, im Veränderungsprozess jene Stütze zu sein, die es als Steuerelement braucht.

**Freude und Sicherheit kommen aus dem innersten Inneren,  
aus der Stille, mit der Kenntnis des Selbst.  
Veränderungen von Außen machen Angst,  
die Kenntnis des Inneren beruhigt und weiß diese Angst zu vertreiben.  
Meditieren ist Schweigen. Schweigen ist Stille.  
Stille ist wahres Wort. Wahres Wort erklärt die Seele.**

**Meditation ist...**

**...Führung aus der Stille**

**In Dankbarkeit für viele wunderbare Momente und Begegnungen!**



**Ihr Waldzell Team**