

**Mitschrift des Vortrages von Bruder David Steindl-Rast und der anschließenden Fragerunde zu Beginn des Forums «Aus Dankbarkeit kraftvoll führen» vom 16. November 2019 im Europakloster Gut Aich, Winkl.**

Bruder David: «Herzlichen Dank für die Einladung, ein paar vorbereitende Worte zu sprechen. Und vielleicht sollten wir anfangen mit uns selber, sozusagen, jede und jeder von uns: Was haben wir mitgebracht?»

Was bringen wir? Was kann ich sicher sein, dass jede und jeder von Euch jetzt mitgebracht hat?

Und das Wort, das ist ein ganz wichtiges Stichwort, ist **Lebensvertrauen** – Lebensvertrauen.

Wenn wir nicht Vertrauen ins Leben hätten, wären wir nicht hierhergekommen. Dieses Lebensvertrauen wird durchwegs ganz was Wichtiges bleiben, denn Dankbarkeit ist ein Ausdruck des Lebensvertrauens, und eine Methode, das Lebensvertrauen immer wieder zu stärken.

Also es geht von Anfang bis Ende um Lebensvertrauen und das habt Ihr schon mitgebracht, das ist schon da.

Allerdings dieses Lebensvertrauen hat verschiedene Grade. Und vielleicht können wir uns jetzt fragen – könnt Ihr Euch selber fragen:

Wo ist denn jetzt ungefähr der Temperaturstand meines Lebensvertrauens?

Null, Gefrierpunkt ist es sicher nicht, Siedepunkt wahrscheinlich auch nicht, also wo liegt es ungefähr?

Ihr braucht es nicht den andern sagen, aber es ist ganz gut, es selber zu wissen:

Wo stehe ich jetzt ungefähr in meinem Lebensvertrauen?

(02:25) Ein anderes Stichwort, das wir uns überlegen müssen, ist **Leben** und das hat eigentlich zwei Bedeutungen: Einerseits das Leben – andererseits mein Leben: mein Lebenslauf.

Jetzt möchte ich einmal nur über das Leben ein bisschen nachdenken. Wir sprechen häufig so vom Leben, wie wenn wir es hätten: «Ich gebe mein Leben für das und das», «ich nehme mir das Leben», «jemand hat sich das Leben genommen».

Aber wir können uns fragen: Habe ich das Leben? Und zu welchem Grad habe ich dieses Leben? Und zu welchem Grad hat das Leben mich?

Dass wir lebendig sind, bedeutet, dass das Leben uns zu einem gewissen Grad hat.

Wir können nicht einmal aufhören zu atmen. Wenn man aufhören will zu leben, dann muss man schon etwas anderes erfinden, aber einfach aufhören zu atmen, geht nicht. Da wird man dann bewusstlos und fängt wieder an zu atmen.

Wer verdaut jetzt Euer Frühstück? Also, wenn mir die Aufgabe gestellt würde: Jetzt verdaue einmal Dein Frühstück – es wäre wirklich schwierig. Ich kenne kein einziges von den tausenden von Enzymen, die notwendig sind – ich weiß nicht einmal die Namen –, und die sind alle in mir, tausende, die sind jetzt alle damit beschäftigt, mein Frühstück zu verdauen. Also da trage ich sehr wenig dazu bei.

Das Leben hat uns in einem viel größeren Ausmaß, als wir uns das gewöhnlich bewusst sind.

In jedem Augenblick schenkt uns das Leben etwas, nämlich die Lebendigkeit:

Dieses geheimnisvolle Etwas, das wir Leben nennen, schenkt uns etwas.

Außerdem schenkt es nicht nur Lebendigkeit, sondern es schenkt uns auch eine **Gelegenheit**:

Zum Beispiel die Gelegenheit bequem zu sitzen. Wenn wir hier hereingekommen sind: Wer hat sich überlegt – ich selber auch nicht bis zu diesem Augenblick –, dass man eigentlich recht bequem hier sitzt?

Also, unser Bewusstsein lässt gewisse Körperteile gewöhnlich aus.

Es wäre aber gut, auch mit dem Gesäß lebendig zu sein und bewusst zu sein. Das könnte unsere Lebendigkeit sehr vermehren.

Außerdem ist die Temperatur hier angenehm. Wir haben schönes Wetter – davon haben wir schon gesprochen. Dessen waren wir uns bewusst: das Leben schenkt uns heute einen schönen Tag, schenkt uns so vieles!

Und in jedem Augenblick schenkt uns das Leben so viel mehr, als ein Augenblick überhaupt ausreicht dazu, es sich bewusst zu machen.

Und:

(06:56) **Dieses geheimnisvolle Leben verlangt etwas von uns.** Jeden Augenblick verlangt es etwas von uns.

Manchmal ist das offensichtlicher, manchmal gar nicht so offensichtlich: Was verlangt das Leben jetzt von uns? Also von mir verlangt es jetzt zu sprechen, von Euch: zuzuhören.

Aber in jedem Augenblick verlangt es etwas von uns, und meistens ist es einfach, **uns daran zu freuen**. Sonst haben wir nämlich etwas versäumt: uns zu freuen, dass wir zum Beispiel atmen können.

Es schenkt uns die Gelegenheit zu atmen und es verlangt etwas von uns, nämlich, uns daran zu erfreuen. Sonst sind wir nicht so lebendig, wie wir sein könnten.

Und da haben wir jetzt schon wieder andere Stichworte erwähnt, zum Beispiel **Gelegenheit**, ein ganz wichtiges Stichwort ...

(08:37) Aber zu dieser Lebendigkeit gehört eben das Lebensvertrauen, das wir gleich am Anfang erwähnt haben, das merkt man erst, wenn dieses Vertrauen herausgefordert wird.

Wodurch wird Euer Lebensvertrauen herausgefordert?

Durch **Angst**. – Durch Angst.

Angst ist in unserem Lebenslauf unvermeidlich. In keinem menschlichen Leben kann man Angst vermeiden. Man kann so dumm sein, dass man sich nicht einmal der Angst bewusst wird. Aber das ist selten ...

Diese Angst müssen wir aber sehr deutlich unterscheiden von **Furcht!**

Das tun wir gewöhnlich nicht. Wir reden schlampig, denken daher schlampig und leben daher schlampig.

Wir müssen also damit anfangen, dass wir erst einmal aufmerksam reden, und da muss man eine **Unterscheidung machen zwischen Angst und Furcht.**

Wie gesagt: Angst ist unvermeidlich, ist das *Gefühl der Enge* – das Wort ‚Angst‘ und ‚Enge‘ hängen zusammen – sprachwissenschaftlich:

Man fühlt so ein Gefühl der Enge im Hals oder ... – man kommt in die Enge, das Leben und der Lebenslauf führt uns in eine Enge.

Jetzt haben wir – wenn wir uns in dieser Situation finden – die Wahl:

Entweder vertrauensvoll in diese Enge zunächst einmal hineinzugehen und vertrauensvoll durch diese Enge durchzugehen, oder uns zu fürchten.

Und fürchten heißt, die Stacheln wie Borsten aufstellen:

Nein, nein, nein: das will ich nicht! So was Schreckliches, da will ich jetzt nicht hinein – dieses ‚Nein, Nein, Nein!‘

Und was geschieht, wenn man in die Enge kommt und die Borsten aufstellt?

Man bleibt stecken.

Und im Augenblick sind wir so verwirrt, dass wir uns dessen gar nicht so klar werden.

Aber wenn wir jetzt – in einem Augenblick, wo wir wahrscheinlich nicht durch Angst herausgefordert werden – darüber nachdenken, können wir rückblickend sehen, dass immer, wenn wir vertrauensvoll gelebt haben, trotzdem wir Angst gehabt haben, etwas Gutes herausgekommen ist. Sozusagen eine neue Geburt:

Je größer die Angst, umso größer die neue Geburt, die daraus hervorgeht.

Ich glaube, alle von uns können sich erinnern an ganz schreckliche Erlebnisse durch die wir durchgehen mussten und von denen wir damals im Augenblick geglaubt haben, das ist jetzt das Ende, sozusagen – es war auch das Ende von vielem –, aber auch ein Neubeginn.

Vieles Gute, das wir jetzt haben, ist nur damals entstanden – in dieser schwierigen Situation.

Wir sind alle durch einen engen Geburtskanal in dieses Leben gekommen – außer wir waren Kaiserschnitt-Babys –, jedoch die meisten von uns mussten durch diesen engen Geburtskanal. Damals haben wir das noch ganz instinktiv getan und sind so ins Leben geboren worden.

Jetzt müssen wir es bewusst tun, wenn wir in die Enge kommen, bewusst wieder vertrauen, und dann wird es auch wieder eine Neugeburt.

(13:50) Mehrmals habe ich das Wort Geheimnis und geheimnisvolles Leben usw. erwähnt, **Geheimnis** ist auch so ein wichtiges Stichwort.

Unsere Angst ist eine Begegnung mit dem Geheimnis des Lebens.

Unter Geheimnis verstehe ich nicht irgendetwas vages – geheimnisvolles –, wie man so sagt, sondern «Geheimnis» kann man ganz klar definieren:

Geheimnis ist eine Wirklichkeit: es wirkt auf uns, aber wir können sie nicht begreifen: eine unbegreifliche Wirklichkeit. Solange man es begreifen kann und Begriffe finden – darüber sprechen, denn dazu brauchen wir Begriffe –, ist es noch nicht das Geheimnis.

Geheimnis wird es, wenn es unbegreiflich wird für die Vernunft.

Aber wir können es verstehen.

Wieder eine wichtige **Unterscheidung zwischen Begreifen und Verstehen**.

Wir können es verstehen, wenn es *uns* ergreift.

Ergriffenheit ist eine Art des Verstehens, eine ganz andere Art als Begreifen, aber eine wirkliche Art des Verstehens.

Eine noch viel tiefere Art des Verstehens:

(15:49) Bernhard von Clairvaux, ein großer mittelalterlicher Mystiker, sagt:

«Begriffe machen wissend, Ergriffenheit macht weise.»

Man könnte auch sagen: *liebend*. –

In der Liebe, auch in der romantischen Liebe, ist wenig, das «begrifflich» ergriffen werden kann, aber vieles, was verstanden werden kann durch Ergriffenheit.

Für viele Menschen ein Beispiel für Geheimnis und Begegnung mit dem Geheimnis ist **Musik**.

Musik kann man auch nicht begrifflich begreifen, man kann vieles über Musik wissen – das ist ganz was anderes –, aber Musik verstehen:

Wenn wir sagen: «Ja, dieses Musikstück verstehe ich», dann ergreift es mich. Andere Musikstücke: «Ich verstehe die Musik nicht», sagen wir, das heißt: «Sie spricht mich nicht an, sie ergreift mich nicht».

Warum ich darüber spreche, ist, dass wir als Menschen uns dadurch auszeichnen von allen anderen Tieren, dass wir die Tiere sind, die sich mit dem Geheimnis auseinandersetzen müssen, ob wir es wollen oder nicht.

In jedem Menschenleben gibt es Augenblicke und Situationen und Fragen, die uns mit dem Geheimnis konfrontieren.

Und das ist auch ganz wichtig in unserem Zusammenhang mit Lebensvertrauen, weil das Leben selbst – das Leben in beiden Bedeutungen: das Leben als diese geheimnisvolle Wirklichkeit und unser Lebenslauf –, die Bühne ist, auf der wir dem Geheimnis begegnen.

Unser Lebenslauf ist immer wieder neu und verschiedene Begegnung mit diesem großen Geheimnis – mit dem, was wir nicht begreifen können, nach dem wir uns aber sehnen –, und das wir verstehen, wenn wir drinstehen und wenn es uns ergreift.

Diesen Unterschied zwischen Drinstehen und Verstehen, so wie wir verstehen wollen, hat einer meiner Zen-Lehrer sehr gut ausgedrückt. Er hat gesagt:

«*Oh Ihr, im Westen, Ihr sagt, Ihr wollt es verstehen, aber Ihr stellt es Euch so vor wie wenn man drübersteht – so wie in einem Hubschrauber schaut man sich so alles an und dann versteht man's. Da steht man nicht drinnen, da steht man drüber. Wenn man drinnen steht, wird man nass, wie wenn man schwimmen geht oder wenn man unter einer Dusche steht. **Ihr steht unter der Dusche und habt den Regenschirm aufgespannt.***»

(19:57) Das bringt uns jetzt schon sehr nahe zu **dankbar leben**.

Nur darf man dankbar leben nur um Himmelwillen nicht verwechseln mit immer «Danke sagen». «Danke sagen» hat etwas zu tun mit gesellschaftlichen Umgangsformen usw. und Höflichkeit usw..

Aber wirklich dankbar leben heißt, diesem großen Geheimnis *begegnen*.

Und dazu gibt es eine Methode, eine ganz einfache Methode, wir drücken das immer aus in den drei Worten: **Stop – Look – Go**: das sind drei so Worte, die man den Kindern einprägt, wenn man sie lehrt, sicher die Straße zu überqueren.

Also zuerst: «*Stop* und schau! Bleib einmal stehen, dann schau und dann geh schnell. Denn wenn Du lange wartest, kommt ja schon das nächste Auto» – also das Gehen ist auch sehr wichtig.

Und dieses *Stop – Look – Go* ist die Voraussetzung zur Begegnung mit diesem großen Geheimnis des Lebens, auf das hin wir angelegt sind durch unser Lebensvertrauen, das wir schon einfach mitbringen ins Leben, durch das wir überhaupt erst geboren werden können.

Das *Stop* ist notwendig, weil wir sonst in unserer raschlebigen Welt und Umgebung und Lebensrhythmus einfach vorbeilaufen an der Gelegenheit. Das Leben bietet uns Gelegenheit um Gelegenheit an und wir laufen einfach vorbei. So ist das Erste einmal: Einzuhalten, innehalten.

Das Zweite ist: Innewerden. Was ist die Gelegenheit, die das Leben mir jetzt anbietet?

Und das Dritte ist: *Go* – mach was draus! Ergreife diese Gelegenheit beim Schopf. Und das ist eigentlich das Wichtigste. Darin liegt die Dankbarkeit:

Man erweist sich dankbar dadurch, dass man aus der Gelegenheit, die das Leben einem bietet, etwas macht.

Mein Beispiel ist immer: Kinder, denen man ein Geschenk mitbringt: Man besucht die Eltern und bringt den Kindern ein Geschenk, und die Kinder sagen: «*Dankeschön*», legen es weg und – das Ende.

Da werden wir sagen: «*Die waren gut erzogen*», aber Du wirst sicher nicht sagen: «*Die waren sehr dankbar dafür*».

Oder die Kinder reißen Dir das Geschenk praktisch aus der Hand, spielen den ganzen Nachmittag damit und sagen nie «Danke», da sagen wir: «Die waren aber wirklich dankbar für dieses Geschenk».

Also wir **erweisen uns** auch **dankbar**, nicht dadurch, dass wir «Danke, Danke» sagen, sondern, dass wir etwas machen aus diesem Geschenk, das das Leben uns jetzt im Augenblick schenkt.

Das ist sozusagen die grundlegende – sie legt den Grund – Voraussetzung dafür, über Dankbarkeit zu sprechen oder über *dankbares Leben* zu sprechen.

Den Rest wird das Team hier heute mit Euch durchgehen und Euch helfen, klarer zu sehen und auch anzuwenden unter Euren ganz besonderen Umständen. Das ist ganz was Wichtiges in Unternehmen. Damit ist meine Aufgabe eigentlich erfüllt. Aber ich bin noch gerne bereit, mehr Klarheit hineinzubringen oder sonst auch andere, vielleicht gar nicht so offensichtlich zugehörige Fragen beantworten, das mache ich gerne noch.»

Robert: «Wunderbar, Br. David: Vielen Dank.»

(24:56) Robert: «Die meisten möchten jetzt sofort ins Go gehen und jetzt die Gelegenheit ergreifen, Dir Fragen zu stellen».

Bruder David: «Gerne!»

Robert: «Hat jemand eine Frage?»

Ein Teilnehmer: «Br. David: In den vielen Ausführungen, die ich von Dir gelesen und gehört habe, ist immer wieder ein Begriff vorgekommen, der mich sehr berührt hat und zwar, dass Dankbarkeit eine Revolution ist, die so revolutionär ist, dass sie selbst das Konzept der Revolution revolutioniert. Also dieses Wortspiel schon allein hat mich sehr berührt.

In diesem Zusammenhang sprichst Du von einem **Netzwerk von kleinen Netzwerken**. Kannst Du uns vielleicht zu diesen Netzwerken etwas mitteilen?»

Bruder David: «Ich versuche nur die Verbindung zu finden ... Die Verbindung besteht eigentlich darin, dass das Leben eine Vernetzung ist. Leben ist ein Netzwerk aus Netzwerken. Das ist sowohl das Leben als dieses große Geheimnis, als auch unser Lebenslauf. Man wird als Individuum geboren und wird zur Person, indem man Verbindungen aufnimmt, Beziehungen.

Je länger man lebt und je intensiver man lebt, umso mehr Beziehungen, also das Netzwerk von Beziehungen.

(26:53) **Wir haben aber seit ungefähr 6000 Jahren Zivilisation dem Leben sozusagen übergestülpt.**

Zivilisation ist auf einem ganz anderen Prinzip aufgebaut als ein Netzwerk von Netzwerken.

Leider, leider ist die Zivilisation, die wir kennen – die einzige Zivilisation, die wir aus Erfahrung kennen –, eine Pyramide, eine Machtpyramide.

**Das Netzwerk von Netzwerken wird durch Vertrauen aktiviert. Die Pyramide durch Furcht:**

Das haben wir schon gesehen, das ist genau das Gegenteil von «Netzwerk»:

Die an der Spitze sitzen fürchten alle, weil ja sonst jeder eine Gefahr ist, selber an die Spitze zu kommen, und müssen sich daher durch Gewalt verteidigen. Diese Gewalt kann verschiedene Formen annehmen, aber es ist immer Gewalt.

Die etwas weniger hoch oben sind, die wollen hinaufkommen, sie müssen also die Ellbogen verwenden und mit den Füßen nach unten treten und nach oben buckeln, wie ein Radfahrer, und das ist Rivalität.

Also auf der Mittelschicht ist Rivalität. Für alle besteht die Furcht, dass nicht genug da ist. Da kommt Habsucht herein. Wenn nicht für Alle genug da ist, dann muss ich so viel wie möglich an mich reißen.

(29:09) Also: **Furcht von oben bis unten charakterisiert die Machtpyramide.**

Wir stehen leider an einem Punkt, an dem wir die Machtpyramide so weit ausgebildet haben, wo alles die ganze Zivilisation in Anspruch nimmt, dass wir uns selber zerstören.

Furcht zerstört sich selbst, Furcht bringt immer das *herbei*, was wir fürchten, löst das aus, was wir fürchten.

Und in allen Bereichen haben wir leider – das ist die große Schwierigkeit unserer gegenwärtigen Situation – den Punkt erreicht, wo es so nicht weitergehen kann.

Ich hatte Gelegenheit – großes Geschenk des Lebens –, mit wirklich führenden Persönlichkeiten in der Politik zu sprechen, in der Wissenschaft, im Erziehungsbereich, in der Medizin. Überall wo man wirklich mit den Menschen spricht, die die tiefste Einsicht haben und die meiste Macht ist das letzte Wort:

«So geht es nicht weiter.»

Daraus ziehe ich den Schluss, dass eben **eine Revolution notwendig** ist, die diese Pyramide umbaut in ein Netzwerk von Netzwerken.

Aber natürlich nicht die Art von Revolution, die wir aus der Geschichte kennen, denn da handelt es sich ja immer nur darum, dass die, die an der untersten Schicht dieser Pyramide sind, jetzt an die Spitze kommen und dort dasselbe machen, was die ändern früher gemacht haben. Es ändert sich nichts.

Aber **wir wagen die ganz andere Revolution**. Es gibt schon viele, viele Netzwerke, ungezählte Netzwerke, aber sie sind noch nicht vernetzt. Das ist das Entscheidende.»

(32:39) Eine Teilnehmerin meldet sich und Robert wiederholt ihre Frage: «Hast Du das Buch **Factfulness** gelesen, von Hans Rosling, einem schwedischen Autor? Der belegt statistisch, dass vieles in den letzten hundert, hundertfünfzig Jahren oder noch länger besser geworden ist auf dieser Welt.»

Bruder David: «Ich habe dieses Buch nicht gelesen, aber er ist ja nicht der Einzige, der das sagt und er hat auch vollkommen recht. Es ist vieles besser geworden, man braucht nur an die Medizin zu denken, aber es ist alles, was man auf Englisch «a mixed bag» nennt, es ist viel Gutes, aber das System als solches, **das System** – das ist **ein anderes Wort für die Pyramide**: das System ist am Zusammenbrechen, kann nicht so weitergehen.»

(34:54) «Und wie siehst Du die sozialen Medien. Die haben viel Bewegung hineingebracht, etwas sehr Gutes, im Sozialen sehr viel Bewegung: Menschen vernetzen sich. Als Du auf die Welt gekommen bist, hat es die sozialen Medien noch nicht gegeben: Welche Chance siehst Du jetzt, diese Vernetzung zu Stande zu bringen? Wie können wir uns vernetzen?»

Bruder David: Also **die elektronischen Medien** sind eine unglaubliche Gelegenheit für uns. Unglaublich!

Sie bieten uns zum ersten Mal ein wirkliches Gerüst, ein Skelett, sozusagen für ein weltweites Netzwerk an.

Und das auszunützen ist die große Chance unserer Zeit. Eigentlich, wenn man mich fragt, was das Wichtigste und Beste ist, was in meinem Leben erfunden wurde, oder uns geschenkt wurde durch das Leben, ist das Internet. Das ist überhaupt keine Frage.

Aber es ist ein Skelett, wir müssen dem Fleisch und Blut geben. Und eine Seele, ein Herz: Wir müssen was draus machen.

Die große Gefahr ist natürlich, dass auch das von der Macht und von der Machtsucht und von der Machtpyramide vereinnahmt wird. Aber an sich etwas ganz Großes. Viel Gutes, viel Gutes! Das muss man immer betonen und sich selber auch damit Mut machen. Aber wir müssen es auch nützen. Es ist ein Geschenk, eine Gelegenheit und jetzt Go: Mach was draus!»

(38:10) Ein Teilnehmer: «Bruder David, könnte man es so sagen: Die Haltung der Furcht fokussiert auf den Mangel –, die Haltung der Dankbarkeit auf die Fülle. Und wenn wir uns fokussieren auf die Fülle, würden wir diese neuen Medien usw. dafür nutzen, um der Dankbarkeit Ausdruck zu verleihen. Würde so diese Revolution möglich?»

Bruder David: «Ja, sehr gut ausgedrückt:

Die **Furcht ist das Gegenteil von dem dankbaren Leben.**

Die Furcht ist das Prinzip, auf dem die Machtpyramide aufgebaut ist.

Das Vertrauen ist das Prinzip, auf dem das Netzwerk aufgebaut ist.

Das liegt Ihnen wahrscheinlich nahe, aber am klarsten sieht man das vielleicht in der Wirtschaft, denn ohne Vertrauen bricht die Wirtschaft augenblicklich zusammen. Vertrauen ist das absolut Notwendige.»

«Ja.»

Bruder David: «Danke!»

(39:31) Frage: «**Wie erkenne ich, ob ich jetzt in Angst bin oder in Furcht?»**

Bruder David: «Furcht sagt ›Nein‹, Furcht sagt immer ›Nein!‹ – ›Nein, Nein, Nein, das will ich nicht!‹

Angst sagt ein oft sehr zaghaftes ›Ja‹, aber doch ›Ja – es wird schon gehen – es wird schon gehen‹ – mindestens: Es ist ein Ausdruck des Vertrauens.



Den Unterschied fühlt man schon selber:

Sage ich jetzt mehr «Ja», oder mehr «Nein» in diesem Augenblick?

Und wenn ich finde, dass ich mehr «Nein» als «Ja» sage, dann ist es Zeit zu sagen: «Erinnere Dich doch! Du warst schon in so ähnlichen Situationen. Sträuben hilft nichts. Vertrauen bringt Dich durch und kommt was Besseres heraus.»

Sich daran zu erinnern ist wichtig.

Hilft das ein bisschen?»

«Ja»

Robert ergänzt: «Bruder David: Du sagst ja auch immer das Wort:

### «Fürchtet Euch nicht!»

Das Wort heißt nicht: «Habt keine Angst». Angst ist sehr menschlich – oder?»

Bruder David: «Es ist ja entsetzlich: Ich bin tatsächlich auf eine Bibelübersetzung kürzlich gestoßen, wo statt «Fürchte Dich nicht», «Habt keine Angst» steht.

Die **Sprachverwirrung** ist natürlich auch ein Zeichen unserer totalen Verwirrung, des Chaos.

Ich habe nicht nachgezählt, aber angeblich 365mal steht in der Bibel «Fürchte dich nicht» ... für jeden Tag des Jahres.

Aus dem Publikum: «Im Schaltjahr darf man sich einen Tag fürchten ...»

(42:28) Robert: «Ich möchte noch etwas dazu sagen: Du sagst ja: **Furcht ist ein Sträuben gegen die Angst** ...

Bruder David: «Ja, ein Sträuben gegen die Angst und damit gegen das Leben. Denn das Leben führt uns in diese Enge.»

Robert: «Und gibt uns Gelegenheit.»

Bruder David: «Und Sträuben – wenn man sich sträubt, bleibt man darin stecken. Erst muss man die Borsten einziehen und sich recht ...»

Robert: «... vertrauensvoll durchwursteln.»

Lachen im Saal – Bruder David: «Meistens ist es das Beste, was wir noch können.»

(43:17) «Ich hätte noch einen Hinweis zur sprachlichen Unterscheidung von Angst und Furcht:

Ich könnte mir auch vorstellen, dass man sagen kann, dass Angst einfach ein Zustand ist im Hier und Jetzt und die Furcht immer eine Fantasie in eine unerwünschte Zukunft ...»

Bruder David: «Was werden könnte? Das ist auch eine wichtige Unterscheidung: **Bin ich wirklich im Augenblick?** Wenn man wirklich in größter Gefahr ist, dann ist anscheinend unsere ganze Psyche so eingestellt, dass man keine Furcht hat. Das haben sicher viele von Euch schon erlebt.

Ein russischer Soldat hatte mir im Krieg ein Maschinengewehr an die Schläfe gehalten: Von Furcht kann ich absolut nicht sprechen. Man ist einfach *stumpf*, aber ohne Furcht. Weil man ebenso im Augenblick ist, man hat ja gar keine Energie übrig.»

(45:17) Eine Teilnehmerin: «Ja, Bruder David, aber die Furcht ist sehr wichtig für die Machtpyramide.»

Bruder David: «Absolut, sie ist darauf aufgebaut.»

Teilnehmerin: «Aber die Machtpyramide hat kein Interesse, dass die Menschen selbstmächtig ihrer eigenen Macht bewusst sind, das ist diese **Selbstermächtigung**.»

Bruder David: «Darum gerade findet man ja auch in Ländern, wo diese Machtpyramide besonders stark ist, eine systematische Furchtmacherei – Angstmacherei –, aber auch Furcht.»

Teilnehmerin: «Aber die Selbstermächtigung, das ist zum Beispiel auch wieder die Dankbarkeit: Diese Selbstermächtigung hier auch immer wieder ansprechen, dass jeder Einzelne eigentlich sehr viel Macht hat. Es geht um Bewusstsein.»

Bruder David: «Das ist ein sehr schöner Zusammenhang. Man könnte wirklich sagen:

### **Dankbar leben ist eine Form der Selbstermächtigung.**

Aber ich sag immer wieder *«dankbar leben»*, damit wirklich auch klar ist, dass das eine Haltung, eine **Lebenshaltung** ist, um die es hier geht und nicht um gelegentlich einmal *«Danke»* sagen, wenn mal was Nettes passiert oder so.»

(46:47) Robert: «Also Ich möchte jetzt noch vielleicht einen Bogen bringen zu unserem Dialogforum, wo ja das Wort Führen drinnen steckt, und vielleicht können wir jetzt noch ein, zwei Fragen dazu hören. Ich beginne mal mit dem Thema:

*Selbstermächtigung und Führen, da gibt es doch einen Zusammenhang, nicht? Welches Leben führe ich, selbstermächtigt? Wie führe ich mich? Wie führe ich meine Mitarbeitenden? Wie führe ich mein Unternehmen? Ja, gibt es da Fragen im Zusammenhang?»*

Bruder David: «Ein schönes Stichwort ... eine Frage, die man sich stellen könnte – so wie:

### **Habe ich das Leben oder hat das Leben mich? –**

### **Führe ich mein Leben oder führt mich etwas im Leben?**

Und natürlich die ganze Idee von Augenblick für Augenblick hinhorchen, stillwerden – hinhorchen und dann antworten.

Das heißt, dass das Leben mich führt.

### **Lebensvertrauen ist das Vertrauen darauf, dass das Leben mich führt.**

Je älter ich werde, umso klarer ist es mir, dass **Pläne machen, ungeheuer gefährlich** ist.

**Augenblick für Augenblick gibt uns das Leben ja schon alles, was wir brauchen für den nächsten Augenblick.** Wenn wir da unsere eigenen Ideen haben, kommen die so leicht in den Weg.

Allan Watts – vielleicht kennt ihr seine Bücher, er hat auch sehr viel getan, den Buddhismus im Westen verständlich zu machen, und er hat seine Autobiografie genannt: **In my own way:**

Das kann einerseits heißen: Ich bin meinen eigenen Weg gegangen, aber es kann auch heißen: Ich bin mir ständig in den Weg gekommen. – Absichtlich hat er das so formuliert.

Also, sich vom Leben führen lassen: Wie kann man das?

Das ist so ein leuchtendes Beispiel:

**Menschen, die sich vom Leben führen lassen: Das führt dann viele andere einfach schon durch die Leuchtkraft.»**

*Robert: «Ich will ein aktuelles Beispiel bringen. Es ist jetzt 11:03 auf meiner Uhr und in unserem Plan steht: 10:30 Vorstellungsrunde. ... Wir richten uns gerade nach dem Leben aus.»*

*(50:35) Frage einer Frau, zusammengefasst von Robert: «Die Kontrolle abzugeben ist oft so schwer. Ist Kontrolle abzugeben das gleiche wie Macht abzugeben? Wenn ich ins Vertrauen gehe, gebe ich dann automatisch Macht und Kontrolle ab?»*

Bruder David: «... Das ist nur eine teilweise Antwort: Man kann sich fragen:

Wie soll ich Macht gebrauchen? – **Wie soll ich Macht gebrauchen?**

Da müssen wir uns zuerst einmal bewusstwerden, dass jede und jeder von uns so viel mehr Macht hat als wir überhaupt wissen.

Wir wissen vielleicht einiges, aber wir haben noch viel mehr Macht:

Wir haben Macht über Menschen, von denen wir gar nicht wissen, dass die zu uns schauen und sich an uns ausrichten usw.. Und wie sollen wir diese Macht verwenden?

Meine Antwort ist: Es gibt nur eine legitime – echte, vom Leben gestattete Weise, Macht zu verwenden, und das ist:

**Andere zu ermächtigen.**

Alles andere: Überwältigung von anderen ...

Aber das ist eine große Aufgabe. Besonders für Unternehmer und so:

Andere zu ermächtigen.»

*(52:51) Frage: «Das schließt unmittelbar daran an. Seit zwei Jahren versuche ich in meiner Firma ein selbststeuerndes, ein selbstführendes System zu etablieren. Es ist nur oft so schwierig, weil die Menschen so gewohnt sind, geführt zu werden. Und es ist für sie augenscheinlich so komfortabel geführt zu werden, weil sie die Fülle dieser Selbstermächtigung gar nicht kennen. Wie kann ich ihnen denn mehr Lust machen auf diese Selbstermächtigung?»*

Bruder David: «Schon die Frage ist natürlich ein ganz wichtiger Schritt in die richtige Richtung, aber das Problem ist überall immer wieder da, immer wieder da. –

Eine Form, andere zu ermächtigen, ist, dass man es nicht nur alleine tut, sondern dass man alle anderen einlädt, einander zu ermächtigen.

Da gibt es zum Beispiel eine Schule in Berlin, in der einmal in der Woche alle zusammenkommen, also Lehrer, Schüler, das ganze Personal und einander etwas sagen, wofür sie einander dankbar sind. Das sind immer so eine Hand voll Leute, die dann den anderen etwas sagen: Für das und das danken wir. Und die haben sehr guten Erfolg damit. Es gibt sogar – glaube ich – einen Film darüber:

**Andere einladen zu diesem Prozess der gegenseitigen Ermächtigung.**

Es braucht halt Zeit. Die ganze Umstellung von dieser Machtpyramide auf das Netzwerk braucht viel mehr Zeit als wir eigentlich haben.

*(55:50) Ein Teilnehmer ergänzt: «Also, mir ist in dem Moment so eingeschossen, dass ja jeder Unternehmer eine Vision, ein Bild mit sich trägt und es in sein Unternehmen hineinträgt. Wenn er dieses Bild der Selbstermächtigung in sein Unternehmen hineintragen will, muss er es selbst in sich haben und in seinem Unternehmen immer wiederholen und dranbleiben.»*

Bruder David: «Das ist sehr wichtig und dieses **immer Wiederholen** braucht halt Zeit. Es muss sogar viel Widerstand überwunden werden. Eine große Aufgabe.»

*(57:12) Eine letzte Frage: «Können Sie noch einen Gedanken sagen über die **Verbindung von Dankbarkeit mit Führungsarbeit in Organisationen oder Unternehmen?**»*

Bruder David: «**Da kann man keine konkreten Leitlinien geben.**

Aber die Dankbarkeit selbst, **das dankbare Leben besteht ja darin, dass man Augenblick für Augenblick horcht**: Was ist jetzt die Gelegenheit, die mir jetzt geboten wird?

Man hat ein Ideal – ich sage nicht einen Plan, denn der Plan ist schon festgelegt mit Schritt für Schritt: das ist immer gefährlich –,

aber, man hat ein Ideal und jetzt horcht man hin:

**Was bietet mir jetzt das Leben für eine Gelegenheit? und die ergreift man beim Schopf.** In Hinblick auf dieses Ideal.

Das ist die Dankbarkeit, das heißt dankbar leben.

Dann danke ich Euch allen und wünsche Euch einen ganz erbaulichen Tag.»

*Robert: «Danke schön, Bruder David!»*