

Grigorij Kurlov  
DER WEG ZUM NARREN  
DEN VERSTAND VERLIEREN, DAS LEBEN GEWINNEN



GOLDMANN  
Lesen erleben

## *Buch*

Den Verstand verlieren, das Leben gewinnen. Grigorij Kurlov, ein »russischer Eckhart Tolle«, bietet uns mit dieser Lebensanschauung eine praktische Philosophie des Lachens. Mit Hilfe einiger einfacher Techniken gelingt es, ein lachendes Verhältnis zu sich selbst und der Welt zu gewinnen. Kern der von Kurlov gelehrt »Narrosophie« ist das Wissen um die Dualität des Lebens, im Sinne von plus und minus, heiß und kalt, laut und leise. Das Streben nach Einheit ist Illusion. Daher müssen wir auch die Akzente unserer Existenz vertauschen: vom Kampf zur Freude. Statt gegen Probleme anzukämpfen, sollten wir versuchen eine Akzeptanz zu schaffen: zu leben und zu lachen. Statt uns von dem Verstand dominieren zu lassen, gehen wir lachend auf Distanz zu den Problemen.

Das ist die Quintessenz des Glücks.

## *Autor*

Grigorij Kurlov, russischer Meister der Holistischen Therapie und »Foolologe«. Gründer und Leiter der Schule für Holistisches Bewusstsein beziehungsweise der »Narrenschnle«. Der Autor über sich selbst: Alter? Je nach Situation. Bildung? Nach eigenen Bemühungen eifrig entbildet. Lieblingsbeschäftigung? Sich selbst finden. Hauptbeschäftigung? Narrenkunde. Dominierende Stimmung? Nicht enden wollendes Staunen.



© Foto privat

Grigorij Kurlov

# Der Weg zum Narren

Den Verstand verlieren,  
das Leben gewinnen

Aus dem Russischen von  
Felix Eder

GOLDMANN

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.



Verlagsgruppe Random House FSC® N001967

1. Auflage

Deutsche Erstausgabe Mai 2016

© Wilhelm Goldmann Verlag, München,

in der Verlagsgruppe Random House GmbH

© Grigorij Kurlov, [www.nibbe-wiedling.com](http://www.nibbe-wiedling.com)

Umschlaggestaltung: UNO Werbeagentur, München

Umschlagmotiv: FinePic®, München

Lektorat: Birgit Groll, Benediktbeuern

SSt · Herstellung: cb

Satz: Satzwerk Huber, Germering

Druck: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN: 978-3442-22137-0

[www.goldmann-verlag.de](http://www.goldmann-verlag.de)

# Inhalt

Vorwort .....	7
Wie man mit diesem Buch arbeitet, und ob es sich überhaupt lohnt, das zu tun. ....	11

## **Phase eins. Die Eroberung des Lachraums**

Zustand eins – leicht zaubererhaft .....	15
Zustand zwei – lachbereit .....	62
Zustand drei – inadäquat .....	113
Zustand vier – feinstofflich .....	168
Zustand fünf – identifizierend .....	228
Zustand sechs – überfließend .....	273

## **Phase zwei. Aneignung des Spielraums**

Zustand sieben – ansteckend .....	327
Zustand acht – ein bisschen schwanger .....	377
Zustand neun – staunend .....	450
Zustand zehn – allgegenwärtig .....	519
Zustand elf – tödlich .....	551
Zustand zwölf – vorläufig abschließend .....	574

Anstelle eines Nachworts .....	594
Unsere Leute .....	601
Der Narrenkodex .....	603
Ihr Postskriptum .....	614
Danke .....	622

# Vorwort

Die Bücher, die in der Reihe »Philosophie des Lachens« veröffentlicht werden, sind nicht nur durch ein gemeinsames Thema miteinander verbunden. Das in ihnen erforschte LACHEN eröffnet etwas Größeres als einfach eine Gesamtheit von Begriffen. Die einigende Qualität des Lachens hilft, das Potenzial für eine völlig neue Art der Existenz freizulegen, mehr noch – sie gestaltet einzigartige Mechanismen, um diese zu realisieren.

Heute bezweifelt niemand mehr, dass die Menschheit in ihrem Verhältnis zur Welt, und vor allem zu sich selbst, längst in eine Sackgasse geraten ist. Der Zustand des ununterbrochenen Kampfes mit allem und jedem – mit Krankheiten, Naturkatastrophen und mit sich selbst, hat ihre Lebenskraft endgültig untergraben und ihre natürliche innere Dynamik vollständig aufgehoben.

Die heutige Menschheit leidet an einem kolossalen Mangel an Optimismus, was ihre Gegenwart, ihre Zukunft und auch ihre Fähigkeit, glücklich zu sein, betrifft. Vielleicht hegt sie inzwischen auch den Verdacht, dass die Natur ihr nicht länger wohlgesinnt ist, nach allem, was sie ihr angetan hat. Insbesondere ihrer eigenen Natur, der menschlichen.

In den Büchern, die diese Reihe bilden, wird ein mehr als unerwarteter Ausweg aus der entstandenen Situation vor-

geschlagen. Ein äußerst einfacher Weg, absolut natürlich und für jeden gehbar.

Jedes Buch ist vor allem eine praktische Anleitung. Eine Anleitung nicht nur zur Lösung der existenziellen Probleme, sondern gleichzeitig zur Rückkehr zur wahren menschlichen Natur. Eine Anleitung zum Entdecken eines wirklich vollwertigen und reichen Lebens. Zum Entdecken des Lebens als solchem.

Dieses Buch ist ein Spiel. Ein Spiel für Sie und ein Spiel mit Ihnen, liebe Leserin und lieber Leser. Das ist ein Spiel, das Ihnen niemand aufdrängen kann, und das nur dann zustande kommt, wenn Sie es erlauben.

Aber ich will Sie gleich warnen: Wenn Sie die Möglichkeit haben, es nicht zu spielen, dann spielen Sie lieber nicht. Wenn Sie die Möglichkeit haben, das Buch nicht zu lesen, dann lesen Sie es bitte nicht. Denn die Folgen können für Sie unvorhersehbar und unumkehrbar sein, und es wird Ihnen wohl kaum gelingen, so zu bleiben wie Sie sind.

Wenn aber Ihre Kühnheit ausreicht, um an dem vorgeschlagenen Spiel teilzunehmen, wenn Sie sich entschließen, Ihr ganzes Leben in dieses Spiel zu verwandeln, dann haben Sie die reale Möglichkeit, ein Meister zu werden.

Wessen Meister? Vor allem Ihrer selbst. Und als Folge daraus – Meister Ihrer Umgebung, Meister **Ihres Universums**.

Ja, Sie haben völlig Recht – das ist wirklich schon der Status eines Zauberers. Wie könnte es auch anders sein – wenn ich jetzt im Namen der **Schule der Lachenden Zauberer**



mit Ihnen spreche, wenn ich Sie einlade, einen Blick hinter die Kulissen eben dieses ungewöhnlichen Gebildes zu werfen? Freilich, vorläufig nur mit einem Auge, aber was kann man auf einem Blatt Papier schon sehen außer gewöhnlichen Schnörkeln? Leider kann man damit nicht die Empfindungen vermitteln, die nur im unmittelbaren Spielgeschehen des »Er- und Verlernenprogramms« unserer Schule erfahren werden können.

Deshalb ist das Buch, das wir Ihnen anbieten, gewissermaßen ein Abenteuer. Umso mehr, als es eigentlich gar kein Buch ist, sondern nur gesammeltes methodisches Material, das in den Seminaren der Schule der Lachenden Zauberer ausgegeben wird. Und ob diese Sammlung von Zaubererweisheiten nun wirklich ein Buch geworden ist – das müssen Sie selbst entscheiden.

Aber zweifellos werden Sie eine Vorstellung von dieser Schule bekommen. Des Weiteren werden Sie erleben, dass Sie sich die einfachen, aber phantastisch transformierenden Techniken, die wir Ihnen anbieten, leicht selbst aneignen können. Und das Wichtigste – Sie erfahren als einer der Ersten, welch erstaunlichen inneren Schatz Sie besitzen, mehr noch, Sie werden erfahren, wie Sie richtig mit ihm umgehen, wie Sie seine Zauberkräfte zum Vorschein bringen, wie Sie sich selbst verändern und eine ähnliche Chance auch Ihrer Umgebung eröffnen.

Und jetzt wundern Sie sich nicht und denken Sie nicht vorschnell, dass man Sie betrogen hat, wenn ich Ihnen den Namen Ihres inneren Schatzes nenne – **es ist Ihr LACHEN.**

Ja, es ist gerade das Lachen, das unserer Schule zugrunde liegt, mehr noch, sehr bald werden Sie erfahren, dass diese Qualität unserer ganzen Welt zugrunde liegt. Das ist der Mechanismus, den Sie unbewusst jeden Tag nutzen (Ich hoffe sehr, dass es so ist!), ohne nur im Entferntesten an seine potenziellen Möglichkeiten zu denken und an seine gewaltige Bedeutung für Ihre spirituelle Entwicklung.

Außerdem werden Sie erfahren, wie und in welcher Sprache Sie mit Ihren Problemen umgehen können, mit den heiß geliebten Wehwehchen und mit allen übrigen inneren »Monstern« und »Vogelscheuchen«. Ihnen wird sich das innere Geheimnis aller Probleme eröffnen, und plötzlich werden die gewohnte Feindseligkeit und die Angst von großmütigen freundschaftlichen Umarmungen abgelöst.

Sie werden erfahren, wie einfach es ist, ein glücklicher Mensch zu sein, und wie natürlich es ist, erfolgreich und gesund zu sein. Und vermutlich werden Sie sich unglaublich wundern, wie wenig man dafür tun muss.

Also, schauen Sie in sich und entscheiden Sie, ob es sich lohnt, sich uns anzuschließen.

Es gibt schon viele Menschen, die sich auf den Weg der »Lachenden Zauberer« gemacht haben, an denen weder Missgeschick noch Probleme haften, dafür aber umso mehr Gelingen und Erfolg. Wenn Sie wollen, treten auch Sie in die Reihen dieser wahren Kandidaten für **echtes Narrentum** ein.

# Wie man mit diesem Buch arbeitet, und ob es sich lohnt, das überhaupt zu tun

Ich möchte Sie gleich warnen, liebe Leserin, lieber Leser, dass ich im Verlauf unserer ganzen »Unterhaltung« beabsichtige, Sie völlig unverantwortlich zu belügen. Mehr noch, ich mache das schon die ganze Zeit, praktisch vom ersten an Sie gerichteten Wort an.

Wie sollte es anders sein? Denn genau Sie sind es, der mich zwingt, Sie in dieser vorläufig einzigen Ihnen verständlichen Sprache anzusprechen, der Sprache der Lüge.

Ja, in der Sprache der Wörter, in der Sprache unseres Verstandes, leider – gibt es in dieser Welt etwas Tückischeres und Verlogeneres als die Sprache?

Und dennoch eröffnet sich uns damit die Möglichkeit, gehört und verstanden zu werden, denn was für einen Sinn hätte dieses Buch sonst überhaupt? Meine Lüge kann sich allmählich für Sie in eine Wahrheit transformieren, aber nur in dem Maße, wie Sie die Sprache dieser Wahrheit erlernen. *Die Sprache der Empfindungen.*

Also, gerade die Empfindungen sind das in uns, was niemals lügt, sie sind die Stimme der Intuition, sie sind das Flüstern des Universums selbst, das pausenlos in unserem Körper erklingt. Aber sagen Sie mir – wann haben Sie sich

zuletzt erlaubt, es zu hören? Gestehen Sie sich ein, dass Ihre Vorliebe doch der »Stimme des Verstandes« gilt und der »Sprache der Logik«, denn gerade das hat man Ihnen von Kindheit an beigebracht.

Aber in mir wächst die Hoffnung, dass Sie dieses Buch nicht nur lesen, nicht nur »verstehen« werden (wie es Ihnen vielleicht erscheinen wird), sondern dass es in Ihrem alltäglichen Leben auch *wirksam* wird. Dass die angebotenen Techniken aktive Instrumente für die Umwandlung des Spielraums Ihrer Existenz werden – und für die Umwandlung des Raumes der Lüge in einen Raum der Wahrheit. Derselben Wahrheit, die, wenn sie Sie mit wahrhaftem Wissen durchdringt, sich in konkreten Empfindungen äußert und uns irgendwann erlaubt, uns wirklich in einer (einzig) Sprache zu unterhalten, der Sprache des Meisters dieser Welt, der Sprache von Gott selbst ...

Haben Sie jetzt verstanden, wie man mit diesem Buch am besten arbeitet? Richtig, man muss damit arbeiten. Nicht nur lesen, was in der Regel mentale Masturbation ist, das heißt eine völlig fruchtlose Selbstbefriedigung des eigenen Verstandes, sondern im gegebenen Tempo und in den angebotenen Zuständen zu **leben**. Einfach zu leben, dieses Leben und sich selbst zu genießen – den, der dieses Leben genießt.

Schluss, genug der ... Sie wissen, was ich meine, kommen wir zur Sache.

Und wir beginnen, wie alle sich selbst achtenden Narren, mit dem Ende, denn das ist die wirksamste Methode, dem Anfang näher zu kommen.

# Phase eins

Die Eroberung  
des Lachraums

Immer mehr Menschen  
teilen unser Geheimnis ...

## ZUSTAND EINS – leicht zaubererhaft

Lüften wir den Schleier des Geheimnisses der Dinge, die in alten Zeiten geschahen, den Zeiten der Sagen, der Bibelerzählungen, in den Zeiten des Ursprungs.

Damals war der Schöpfer. Im Übrigen war er nicht nur damals, sondern bereits unendlich früher, aber über diese Zeit sind die Zeugnisse so dürftig und so strittig, dass wir es vorziehen, von ihnen bescheiden zu schweigen.

Aber uns ist überliefert, dass es dem Schöpfer irgendwann reichte, einfach zu »sein«. Und er dachte heftig nach über das Leben im Allgemeinen und über sich im Besonderen.

So ein Elend, dachte er, während er hartnäckig versuchte, seinen Blick aus der Distanz auf sich selbst zu richten. Nichts klappt. Ich kann mich nicht einmal richtig anschauen. Soll ich vielleicht einen Spiegel erfinden?

Und gerade, als er im Begriff war, einen Spiegel zu erschaffen, hielt er plötzlich inne, weil eine viel interessantere Idee in ihm aufblitzte.

Und je mehr es blitzte, desto klarer leuchteten die Stellen auf, die man später Augen nennen sollte.

Dem Schöpfer gefiel seine Idee. Und wie sie ihm gefiel! Eine unerschöpfliche Vielfalt von Empfindungen strömte auf ihn ein – so unerschöpflich wie er selbst.

Lange dachte er nach ... Vielleicht auch nicht so lange, wer weiß? Damals gab es ja auch noch keine Zeit.

Schließlich erhob er sich zu seiner vollen Größe (Es ist ein Kreuz mit diesen Schöpfern, sogleich will ich die Erzählung unterbrechen und mich mit der Erforschung der Frage beschäftigen, ob es damals so eine Eigenschaft wie »Größe« überhaupt gab. Und ob er sich vielleicht strecken konnte. Aber nehmen wir an, dass es das gab, und dass er sich strecken konnte.), überblickte sämtliche weite Fernen (Na ja, wir nehmen es einfach mal so an, es klingt doch gut ...) und sagte: »So sei es!«

Und so wurde es ...

Aber was wurde eigentlich? Und wie gerade so? Schauen wir uns das genauer an, versuchen wir, in das Wesen der göttlichen Idee einzudringen. Wo ist unsere Erzählung aus dem Fluss geraten? Beim Spiegel. Der Schöpfer wollte sich nicht in einem banalen Spiegel betrachten. Nein, er beschloss, seinen eigenen göttlichen Spiegel zu schaffen, in dem er sich besser betrachten, und in dem er spielen konnte.

»Alles was ich erschaffen kann, kann ich nur aus mir erschaffen, aus was sonst?«, überlegte er. »Wenn der Spiegel, den ich erschaffen habe, einen Sprung bekommt, dann heißt das, dass auch ich einen Sprung habe.« Da wird es interessant. Das ist ein Anlass zum Nachdenken.

»Und wenn der Spiegel matt wird«, fuhr er in Gedanken fort, »dann ist diese Mattheit auch in mir verborgen. Das ist ja logisch. Und weiter? Je mehr Details der Spiegel hat, desto mehr meiner schlummernden Eigenschaften realisieren sich, desto besser kann ich mich betrachten ...



Aber ein Spiegel ist unbeweglich, statisch, tot«, grämte er sich. »Bin ich etwa statisch? Vielleicht ist es besser, wenn die Details des Spiegels leben, wenn sie zusammen spielen, sich bewegen?

Jetzt weiß ich, was ich für einen Spiegel brauche!«, jubelte der Schöpfer bei sich. »Einen lebenden! Lebend und un-aufhörlich in Veränderung, so wie ich.

Wenn ich ihn beobachte und ihn im Detail studiere und spiele, erkenne ich auch mich selbst«, sagte er und rieb sich erfreut die Hände (vielleicht auch nicht die Hände, vielleicht rieb er auch nicht, aber irgendwie musste er seine Befriedigung ja ausgedrückt haben).

Gesagt, getan. Was sonst? Es ist doch ein göttliches Wort.

»Welt erscheine!«, sagte der Schöpfer.

Und es erschien die Welt.

Und der Schöpfer ging durch die Welt, und in einem verwirrten Staunen blickte er sich nach allen Seiten um. Er hatte sich das alles ein wenig anders vorgestellt ... Eigentlich war ja alles da ... Aber irgendwie auch nicht. Erscheine – da ist es, aber wie kann man es sehen, wie kann man es nennen – das weiß Gott allein.

»Eine irgendwie ungestalte und unbeschreibliche Welt ist dabei herausgekommen«, murrte der Schöpfer, und in seinem Ärger hob er ein Stück Etwas vom Boden auf. Er warf es – keine Ahnung wohin – und dachte noch einmal kräftig nach.

»Mensch!«, sagte er plötzlich und erschrak selbst über das gehörte Wort.

»Mensch ...«, brummte er und machte sich eilig an die Sache. Und neue Wörter in ungewohnten Zusammenhängen sprudelten aus ihm hervor.

»Ein Mensch – das klingt stolz«, fügte er hinzu, während er etwas knetete und knautschte. **»Gott hat keine anderen Hände als die menschlichen. Gott hat auch keine Augen außer den menschlichen, dasselbe gilt für die Gefühle und Empfindungen ...«**

**Jetzt erkenne ich mich**«, resümierte er und betrachtete das Werk, **»durch den sich und die Welt erkennenden Menschen.«**

Gesagt, getan, alles lief nach Plan. Der Mensch zuckte und regte sich. Er öffnete die Augen.

»Wer bin ich?«, fragte er.

»Ein Mensch!«, sprach der Schöpfer stolz die vorbereitete Antwort.

»Und was für ein Mensch?«, fragte der Mensch.

»Der erste!«, antwortete der Schöpfer mit dem gleichen Enthusiasmus.

»Hm, und das soll jetzt mein Name sein?«, rätselte der Mensch.

»Nein«, empörte sich der Schöpfer, und er fühlte, dass er in der Eile nicht an alles gedacht hatte. »Das ist deine Nummer. Und den Namen, den kannst du selbst wählen. Egal welchen. Wenn du willst ... Adam ... wenn du willst ... Peter ... zum Beispiel.

»Adam will ich nicht«, sagte der Mensch mit unerwartetem Enthusiasmus und lächelte erfreut, »das ist irgendwie trivial. Ich will Peter sein ...«

Und der Mensch wurde Peter.

»Aber wo bin ich hier eigentlich?«, fragte der Mensch Peter und sah sich vorsichtig um. »Was ist das?«

»Das ist deine Welt«, sagte der Schöpfer stolz und zeigte mit der Hand im Kreis herum. »Das ist sozusagen dein ... hm ... Paradies ..., man könnte es auch den Garten Eden nennen.«

»Was – das?!«, fragte Peter, und zeigte mit dem Finger herum. »Diese Bänder, diese Funken, diese fliegenden Blasen?«

»Nicht doch«, der Schöpfer runzelte ärgerlich die Stirn, er spürte wieder, dass seine Arbeit noch lange nicht abgeschlossen war. »Du versuchst, das alles mit meinen Augen zu sehen. Aber du sollst jetzt lernen, mit menschlichen Augen zu sehen. Mir ist schon klar, dass das nicht auf Anhieb klappt. Aber was kann man da machen? Du bist als Mensch geboren, also lerne, die Welt auf menschliche Weise zu sehen. Auf göttliche Art gibt es nichts zu sehen.

Aber im Grunde ist es ganz einfach«, fuhr der Schöpfer fort und führte Peter zu einem vibrierenden regenbogenfarbenen Bündel. »Das ist ein Baum. Verstanden?«

»Nein«, antwortete der Peter-Mensch ehrlich und betrachtete das Bündel, das sich keinen Deut veränderte.

»Gleich wirst du verstehen. Ein Baum ist ein Gewächs. Er hat einen festen, rauen Stamm, Äste und grüne Blätter. Wiederhole.«

»Ein fester Stamm«, wiederholte Peter gehorsam, »rau, grüne Blätter ...«

Der regenbogenfarbene Ball streckte sich, verholzte, raschelte mit dem Laub und ergrünte.

»Wozu das?«, wunderte sich der Peter-Mensch.

»Weil du ein Mensch bist«, erklärte der Schöpfer stolz, und nach dem Bild und ...«, er zögerte, »nach meinem, übrigens.«

»Und?«, beharrte Peter.

»Was, und?«, fragte der Schöpfer gekränkt. »Der Gestalter bin ich, ist doch klar, oder? Der Schöpfer. Und du bist nach meinem Bild geschaffen, also auch Gestalter ... fast ... also Mitgestalter.

»Und wo ist jetzt der Ball hin?« Der Peter-Mensch gab sich nicht geschlagen.

»Nirgendwohin. Er ist nur für mich ein« –, auf der Suche nach den richtigen Worten wedelte Gott mit den Fingern in der Luft –, »so etwas wie eine leuchtender Ball. Energie. Aber das ist nichts für dich. Du musst hier leben. Du hast ihn Baum genannt. Und jetzt ist er ein Baum. Er ist dasselbe, aber eine andere Form, du kannst ihn sogar schon betasten.«

»Und was sind diese rauschenden Stäbe?«, interessierte sich Peter-Mensch.

»Ach, das ist ein See«, lächelte der Schöpfer, ein kleiner mit zweihundert Metern Durchmesser und mit Schilf.«

»Ein See ... klein ... mit Schilf«, wiederholte Peter, und betrachtete neugierig die Veränderungen. »Wasser – ist nass, durchsichtig ... Schilf, Pflanzen, Gras ...« Er dachte nach.

»Also, mir gefällt's«, sagte er etwas später, während er ein Stück Schilfrohr zwischen den Fingern rieb und daran roch. »Und es riecht gut – nach Kräutern.«

»Nach Kräutern«, wiederholte der Schöpfer und hörte sich selber zu, »und Frische«, fügte er hinzu. »Und diesen Baum, den schönen, sehe ich. Jetzt sehe ich, fühle und rieche ich.« Und zärtlich zauste er dem Peter-Menschen den wilden Haarschopf. – »Meine Hände, meine Augen, meine Ohren ...«



Was weiter folgte, ist bekannt. Ich erinnere kurz. Garten Eden. Harmonie und Schönheit. Paradies und ewige Seligkeit.

Ewige Seligkeit. Ewige ...

»Ewige, ewige ...«, murmelte der Schöpfer, während er durch den Garten schritt. »Ich pfeife auf das Ewige. Das hatten wir schon.« Schon wieder macht sich die Langeweile breit ...

»Außerdem hab ich nicht das Gefühl, dass dieser Spiegel, den ich zu meiner vollständigen Abbildung geschaffen habe, schon alles von mir gezeigt hat.

Nein, nein und nochmals nein! Ich brauche eine unerwartete Wendung im Plot. So was wie einen Rösselsprung ...«

Der Schöpfer blieb stehen und blickte auf den vor ihm wachsenden Apfelbaum. Und wieder blitzte etwas in ihm auf.

»Wow!« Er setzte sich sogar hin. »Dieser, wie hieß er noch, na gut, meinetwegen kann er auch Hurra heißen ...«

Und der Schöpfer rief den Peter-Menschen. Und deutete auf den Apfelbaum.

»Iss nicht davon«, sprach er, »oder ich jag dich fort ...«

---

Hier lassen wir wieder etwas aus und schließen bescheiden die Augen vor dem Prozess der Verwirklichung der Idee des Schöpfers. Wir überspringen eine Vielzahl von Epochen und versuchen, unseren Menschen-Peter wieder zu finden, um die Fortsetzung des grandiosen Spiels zu sehen, das vom Schöpfer angezettelt wurde.

---

*Da stand der jung gebliebene Alte Peter direkt am blauen Meer und warf zum wiederholten Mal eine Fischerleine in die stürmischen Wogen. Und er sah die bitterböse Alte, die mit einem zerbrochenen Waschtrog winkte.*

*Eine solch große Sehnsucht ergriff Peter, dass er nicht bemerkte, wie es schüchtern an der nassen Fischerleine zog.*

*»Was hab ich nur für ein sinnloses, freudloses Leben bekommen. Von früh bis spät kann ich meinen Rücken nicht strecken und hole mir Blasen, und das Glück hat sich früher nicht gezeigt und ist auch heute nicht zu sehen«, sang er das von Kindesbeinen an gleiche Lied und zog sachte an der Leine.*

*»Ja, du bist doch wirklich ein Simpel und ein komischer Vogel«, hörte Peter da unerwartet eine feine Stimme.*

»Oh, wer ist das?«, erschrak der jung gebliebene Alte gehorsam, um das Klischee des Märchenhaften nicht zu verletzen.

»Ja, ich halt dein Glück, dein unerwartetes, dein unverhofftes«, kicherte die feine Stimme zur Antwort.

»Was, du, Goldener Fisch? Klasse! Und du wirst mir jetzt einen großen Wunsch erfüllen?«, sagte der jung gebliebene Alte Peter gerührt und befreite den Fisch aus seiner verzweifelten Lage.

»Sonst noch was?«, lachte der Goldene Fisch und spreizte die Flossen, »Du kannst mich mal! Die Dummheit ist natürlich eine Gabe Gottes, aber man muss nicht alle Löcher damit stopfen. Warum soll ich dir deine Arbeit abnehmen?«

Der jung gebliebene Alte war irritiert von des Fisches Worten. Vor Aufregung verhedderte er sich in der Leine ...

Und der Goldene Fisch sprach mit strengen Worten:

»Du abgetragener Bauernschuh, du standhafter Schlaumeier, Jahrhunderte hast du gelebt, aber an Verstand hast du nichts zugelegt. All deine Fähigkeiten hast du verjubelt. Dein ganzes Glück hast du verspielt ...«

Die Beine glitten dem alten Peter aus vor Gram, sodass er in den nassen Sand auf die Knie fiel. Die knorrigten Hände, mit Schwielen bedeckt, streckte er als letztes Alibi dem Fisch entgegen.

»Von morgens bis abends, mein Fisch, mein Herrscher, habe ich kein Licht gesehen ..., habe den Kopf nicht erhoben ... Mein ganzes Gesicht ist voller Furchen ..., meine Hände zittern, unter dem Türken, unter dem Deutschen, und diese Steuern, diese unseligen ... Und das Glück, wo ist es? Und wie soll man denn leben?«

*Der Goldene Fisch schluckte nur, während er Peter zuhörte.*

*»Ach ja, ach ja, das alte Lied, du bist nicht der Erste, der es singt. Dein Gesicht ist verrunzelt ... Und klüger geworden bist du kaum. Weisheit, Peter, hat man dann, wenn die Falten nicht im Gesicht sind, sondern im Kopf. Da heißen sie dann Windungen. Und auch das ist noch keine Garantie ...*

*Dabei«, seufzte er, »schläft in jedem von euch ein Schöpfer. Das Dumme ist nur, dass er mit jedem Tag tiefer schläft ...«*

*Und dann fügte er schon etwas mitfühlender hinzu:*

*»Ach Peter, Peter-Mensch, ist es schon so lange her, dass du diese Welt, mit den Vollmachten des Schöpfers ausgestattet, praktisch mit einem einzigen Wort geschaffen hast? Dass du mit dem Welterschaffer Arm in Arm spaziert bist und seine Lektionen gehört hast?*

*Und jetzt willst du ein Wunder von mir, deinem Geschöpf? Wo ist denn deine Erinnerung an die einstige Vollkommenheit?«*

*Da fasste sich der Alte in die wilden Haare, als hätte ihn der Fisch an einen alten Traum erinnert ... Lange stand er schweigend da, die Augen stierten in den Sand, und er lauschte den schäumenden Wellen in der Stille ...*

*»Und jetzt?«, fragte er, unerwartet verändert und vielleicht sogar mit jünger gewordener Stimme. »Vielleicht erinnere ich mich wirklich, oder vielleicht glaube ich dir einfach, und jetzt? Was bringt mir dieses Wissen? Glaubst du, der Waschtrog lässt sich damit flicken?«*

*»Vielleicht lässt er sich flicken«, sagte der Goldene Fisch und blickte Peter aufmerksam an. »Wenn du das willst.«*



»Das will ich!«, sagte der jung gebliebene Alte, kniff die Augen zusammen und ballte die Fäuste. »Ich will, ich will, ich will! Und?«, fragte er und öffnete die Augen. »Hat er sich erneuert, der Trog?«

»Ich fürchte, nein«, seufzte der Fisch und blies langsam die Kiemen auf. »Wer hat wegen des Trogs gebeten?«

»Was heißt hier wer?«, wunderte sich Peter. »Ich natürlich.«

»Ich – wer ist das?« Der Goldene Fisch gab nicht nach.

»Ich eben, der Alte Peter«, sagte der Alte Peter.

»Genau!« Der Fisch kicherte kaum hörbar. »Und woher hat der Alte Peter die Kraft, Wunder zu vollbringen?«

»Aber du hast doch gesagt ...«, setzte Peter zum Reden an.

»Ich habe gesagt, dass du das früher gemacht hast, als du noch wusstest, dass du das machen kannst«, unterbrach ihn der Fisch. »Aber jetzt weißt du etwas anderes, jetzt weißt du, dass du **der Alte Peter bist, und dass der Goldene Fisch Wunder wirken kann.**«

Tief senkte der Alte seinen Kopf und versuchte, die Worte des Fisches zu begreifen.

»Schade, dass im Kopf niemals ein Wind vorbeikommt«, seufzte er, »vielleicht kannst du es mir altem Narren erklären?«

»Gut, ich versuch's«, lenkte der Goldene Fisch ein und setzte sich bequem auf seine Schwanzflosse. »Ich weiß nicht, was zwischen dir und dem Schöpfer vorgefallen ist, aber im Spiel seiner Erinnerung daran, was war, bist du überflüssig.

In der Erinnerung, wohl gemerkt«, fuhr der Goldene Fisch fort, aber nicht in den Fähigkeiten. Die kann dir niemand

nehmen, weil sie Teil deiner Natur sind. Die Fähigkeit, etwas zu schaffen und die Fähigkeit zur Vervollkommnung besitzt du vollständig.

Als du geboren wurdest«, fuhr der Fisch fort, »bedeutete dein erster Schrei, den niemand verstand: ›Hier bin ich, der Schöpfer, der Erzeuger, ich bin in die Welt gekommen, die von mir erschaffen wurde. Ich bin gekommen, um mich zu freuen und zu spielen.‹ Aber den Schrei hat man sofort unterbrochen, indem man dir einen Schnuller in den Mund gesteckt und dir Hände und Füße gebunden hat, damit du deine Drohung nicht wahr machst.

**Deine Aufgabe im Spiel des Schöpfers ist nun, dich an dich zu erinnern. Dich an deine Eigenschaft als Co-Schöpfer zu erinnern, als Meister des eigenen Lebens. Solange dir das nicht bewusst ist, bist du eine Marionette, eine Puppe. Du bist eine Puppe, mit der man spielt, die man benützt, und die gar nicht auf die Idee kommt, dass sie eine Puppe ist. Aber vielleicht ist es für sie einfach bequemer, nicht auf diese Idee zu kommen? Das ist natürlich deine Entscheidung, Meister, aber bedenke, wenn du Scheuklappen aufsetzt, gehören auch noch Zügel und Peitsche dazu ... Solange du dich als Alter Peter fühlst, bringst du gar nichts zuwege. Sobald du dich als Meister fühlst, kannst du alles.«**

»Entweder hab ich das alles schon gehört«, murmelte der Alte und griff sich wieder an den Kopf, »oder ich schlafe und habe einen seltsamen Traum ...«

»Wach auf ...«, flüsterte der Goldene Fisch. »Nur wenn du erwacht bist, kann dir bewusst werden, dass du geschlafen hast.«

*»Aber wie denn, wie?« Der untröstliche Alte Peter sackte in sich zusammen. »Ich will es ja, aber wie? Ich glaube, dass ich alles kann, aber ich fühle, dass ich immer noch der von vorher bin, ein alter Mann eben ...«*

*»Fang bei dir an, streife die Puppenhülle ab, die deine ursprüngliche Freiheit gebunden hat. Schenke deiner Puppe mit dem Namen Peter die Freiheit, hilf dir selbst, dich zum Schöpfer aufzurichten, der immer in dir gewohnt hat, erlaube ihr, die Weite zu fühlen, lass sie sich freispielen ...«*

*»Was braucht es dafür?« Der Alte richtete sich entschlossen auf, wenn auch mit einem Knirschen in den Gelenken. »Sag an, ich werde alles auf die beste Art und Weise erfüllen.«*

*»Erinnere dich: Die Welt, in der du lebst, sowie dich selbst hast du doch selbst geschaffen. Woraus geschaffen? Wie ein richtiger Schöpfer – aus dir heraus, aus deinem Wissen darüber, wie die Welt sein soll; aus deinen Launen, ob guten oder schlechten, aus deiner Freude oder deiner Trübsal. Also, wenn etwas in deiner Welt nicht stimmt, dann such den Grund in dir, dem Schöpfer, dem Meister des Geschaffenen. Einverstanden?«*

*»Wie könnte ich anders ...,« nuschelte der Alte unsicher, aber er hörte dem Fisch dennoch aufmerksam zu.*

*Dieser blickte ihn mit seinen großen Augen an und wedelte mit seiner breiten Schwanzflosse und fuhr fort:*

***»Willst du deinem Leben eine Wendung geben? Dann musst du dich im Inneren wenden. Tausche deine Verzagt-heit, aus der du deine graue kleine Welt gebaut hast, gegen die Lebensfreude eines Meisters – und aus ihr heraus wird alles nach der Freude geraten. Dein wahres Leben ist ei-***

**nes, von dem du nicht einmal zu träumen wagst. Bist du dazu bereit?»**

Der nicht so alte Alte krächzte nur und nickte zur Antwort mit dem Kopf.

»Schau zuerst in dich«, setzte der Fisch fort, spüre das Bild deiner Puppe, deines inneren Zustandes, benenne laut, als wen du dich im Augenblick empfindest.«

»Wie ein Baumstumpf fühle ich mich«, brummte der Alte, nachdem er in sein Inneres geguckt hatte. »Wie ein mit Moos überwachsener morscher Baumstumpf, von Ameisen zerfressen und für niemanden gut.«

»Was fehlt dem morschen Baumstumpf?«, hakte der Goldene Fisch nach. »Was hätte er am allerliebsten, um Freude zu erleben?«

»Das ist doch klar«, meinte der nicht alte Alte, ohne nachzudenken. »Die eigene Morschheit loswerden, die eigene Kraft und Nützlichkeit spüren, und dafür noch einmal neu austreiben, ein dichtes Blattwerk bilden und über den Wald hinauswachsen ...«

Der Alte Peter spreizte die Finger, um die Äste zu zeigen, und fing an zu wachsen – er stellte sich auf die Zehenspitzen.

Seine Augen glänzten, sein Gesicht begann zu leuchten.

»Was noch?«, fragte ihn der Goldene Fisch weiter. »Gut, du hast dich mit neuen Blättern über den Wald erhoben, und weiter? Sonst hast du keine Wünsche, Baum?«

»Es wird mir nicht reichen«, lachte Peter, »diese Höhe ist ein bisschen wenig ... Ich will noch höher ... Ich will Weite, ich will Freiheit, um ... zu fliegen ...

»Dann flieg«, gestattete ihm der Fisch und grinste.

»Ich fliege los«, sagte Peter erstaunt, nachdem er die Arme ausgebreitet und in sich geblickt hatte. »Ich hebe ab ... ich fliege ... höher ... schneller ...

Und jetzt sind mir auch noch Flügel gewachsen«, lachte er. »Mir, dem Baum. Jetzt bin ich ein geflügelter Baum!«

»Ist dein Baumstumpf zufrieden?«, fragte der Goldene Fisch.

»Was für ein Baumstumpf? Ich sage doch, ich bin ein Baum mit Flügeln!«, rief Peter fröhlich.

»Woher kommt deine Fröhlichkeit, Peter?«, wollte der Fisch ihn spöttisch zur Vernunft bringen. »Hast du vielleicht dein schweres Schicksal vergessen?«

»Irgendwie ist mir freudig zumute, als hätte ich einen Vogel aus seinem Käfig gelassen«, lächelte der gar nicht alte Alte und stockte plötzlich. »Aber richtig – was ist mit mir? Bin ich noch bei Trost? Woher diese Leichtigkeit, diese kindliche Sorglosigkeit?«

»Du hast den Meister in dir geweckt, deinen vergessenen Schöpfer. Er war immer in dir, hat immer gewartet – erinnerst du dich? Nur in diesem unscheinbaren Spiel konntest du dir die Freiheit geben ... Jetzt, im Schöpferzustand, kannst du sehr vieles, aber was überhaupt nicht mehr klappt, ist das Hineinschlittern ins Unglück. Das ist nichts für Meister.«

»Aber so eine Freiheit gibt es nur für kurze Zeit, oder?«, fragte der Alte Peter besorgt. »Es fühlt sich nämlich so an, als würde die alte Traurigkeit wieder heranrollen ... Und der Gram zurückkehren ...«

»Bei wem?«, interessierte sich der Fisch mit spöttischer Neugier.

*»Bei wem schon, bekanntlich bei mir, bei Peter ...«, sagte Peter, und dann stockte er plötzlich. »Obwohl, warte ...«, murmelte er. »Peter, wer ist das? Ein morscher Baumstumpf ist er ... Und wer bin ich? Ich bin ein Baum mit Flügeln, in den Himmeln schwebend ...*

*Ich schwebe in der Höhe!« Der ehemals Alte Peter riss die Flügelarme hoch. »Ich bin mein eigener Herr, ich bin Herr der blauen Weite ...«*

*Er hielt inne, und das Lächeln der inneren Ruhe erschien wieder auf seinen Lippen.*

*Eine Zeitlang beobachtete der Goldene Fisch ihn noch, aber dann, nachdem er ihm zum Abschied mit seiner goldenen Schwanzflosse gewinkt hatte, murmelte er leise einen Zauberspruch und begab sich ins blaue Meer zurück.*

*Und nicht weit von der Stelle, in der halb verfallenen Hütte mit dem zerbrochenen Trog am Tor, rief Peters Alte beim lokalen Fernsehen an, weil sie die richtige Antwort bei einem Quiz wusste, dessen erster Preis eine Waschmaschine war.*

## Die Technik des »Zauberstabs«

Der Mensch lebt in der Welt, die gleichzeitig auch in ihm lebt. In seinem Wesen als »Fortsetzung« der Welt spiegelt der Mensch gleichzeitig all ihre Eigenschaften und Besonderheiten, bzw. ist identisch mit diesen.

Diese Annahme kann gleichermaßen für materialistische Dogmatiker wie für die metaphysischen Beschreibungen

gen unserer Welt gültig sein, die den Platz des Menschen in ihr bestimmen.

Aus dem Blickwinkel zeitgenössischer Sichtweisen auf die Struktur des Universums kann man sich dieses als ein mehrdimensionales Hologramm vorstellen, das sich in jedem einzelnen ihrer Kettenglieder, in jedem Teilchen wieder findet, von denen wiederum eines der Mensch ist.

Sowohl in esoterischen Quellen als auch in orthodoxen Religionen und anderen okkulten Lehren ist die Idee vertreten, wonach der Mensch ein Ebenbild Gottes ist.

Wobei es hierbei nicht so sehr um eine äußere Ähnlichkeit geht, sondern vielmehr um eine innere, eine gemeinsame natürliche Basis. Der Mensch ist ein »Mit-Schöpfer«. Er ist ein schlafender Gott, dessen Unglück darin besteht, dass er meist stirbt, ohne sein göttliches Wesen erkannt zu haben, ohne erwacht zu sein. Ohne das verlorene Paradies und das Glück darin erlangt zu haben.

Das heißt, der Mensch, der von einer einheitlichen Struktur (»Gott«) geschaffen worden ist, hält nicht nur ununterbrochen Kontakt mit dieser, **sondern er ist auch identisch mit dieser Struktur** und entfaltet dadurch in sich alle Qualitäten, Besonderheiten und Eigenschaften dieser ursprünglichen und absoluten Form.

Wir Menschen sind keine menschlichen Wesen mit geistiger Erfahrung. Wir sind geistige Wesen mit menschlicher Erfahrung. Das ist prinzipiell so. Mit unserer größeren, nicht verkörperten geistigen Komponente existieren wir in einer Welt nicht linearer Quantenbeziehungen, in einer Welt, wo der Teil immer dem Ganzen gleich ist.

In dieser Welt, die »aus sich selbst« entstanden ist, existiert nur ein einziges ehernes Gesetz – das Gesetz der Ganzheit und Einheit. Alles Übrige, das von uns wahrgenommen wird, ist nur seine Folge. Und das äußert sich vor allem in zwei grundlegenden Qualitäten, die die göttliche Natur des Menschen bestimmen: in der Fähigkeit zum Schöpfer-tum und in der ursprünglichen Vollkommenheit.

Bezüglich ersterer Qualität könnte man sagen: Der Mensch ist nicht nur fähig, sondern er ist quasi verurteilt zum Schöpfer-tum. Dieser Mechanismus ist in jedem Menschen angelegt und realisiert sich in ihm – vom Erleuchteten bis zum letzten Bettler.

Und jetzt die zweite Qualität, die Vollkommenheit ... Sie wurde verschüttet unter einem Berg von weltlichen, fehlerhaften Vorstellungen. Und so schafft der Mensch und gestaltet die ihn umgebende Welt nicht aus vollkommenem Material, das seiner Natur entsprechen würde, sondern aus einem Surrogat von Vorstellungen und Wahrheiten seines sozialen Umfelds, dem Sozium.

Bei der Realisierung dieser falschen Lehre sondert er sich ab und gliedert sich aus seiner Umwelt aus – unter Verlust sowohl seiner ursprünglichen Ganzheit und Einheit mit der Welt als auch seines harmonischen universalen Wesens.

Was kann man unternehmen, um diese Lage zu verändern?

Als ersten Schritt schlagen wir eine Umorientierung des Bewusstseins auf ein neues, räumlich-energetisches Bild der Welt vor, in welchem der Mensch nur eine der energetischen Komponenten dieser Welt ist.



Was ist bei solch einem Bild der Welt ein »Ding«? Es ist einfach komprimierter Raum, »zusammengepresste«, festgehaltene und fixierte Energie; das Ergebnis des Drucks des Bewusstseins, welches jedes beliebige Objekt auf dem Weg der Konzentration der Aufmerksamkeit auf dieses materialisiert. Entfernen Sie die Kräfte der Verkettung, des Drucks, schwächen Sie Ihre Aufmerksamkeit ab – und das Objekt zerfällt und verwandelt sich in eine Elektronenwolke oder einen Wellenimpuls.

Aber unser Bewusstsein ist ebenso Ergebnis von Druck, dem Druck der uns lehrenden Konzepte, die uns vom Moment unserer Geburt an eingepflanzt werden. Wir befinden uns im Raum des Soziums ebenso als etwas Beschränktes und künstlich Hergestelltes, das heißt als Objekte, die aufgrund von Druck gebildet wurden. Der Mensch ist etwas »Gemachtes«, ein Puppengeschöpf, vom Sozium für seine Zwecke geformt.

Dafür verwandeln sich Qualitäten wie Glück und Überfluss (nach welchen wir ständig auf der Suche sind – überall, nur nicht in uns!) in diesem Lichte gerade in innere Kategorien, die ständig in uns präsent sind. *Wir leben in einer Welt der Energie, und folglich in einer Welt des Überflusses, denn buchstäblich alles in unserem Raum ist Energie.* Deshalb sind Maßnahmen zur Umverteilung von Energie, wie sie in unserem Leben angezettelt werden, so sinnlos: Aufteilung von Eigentum, Geld, Territorien, Macht und Ähnlichem.

Das heißt, solange der Mensch sich an sein harmonisches natürliches Wesen erinnert, an die Einheit mit der

Welt, hat er den vollen Zugang zum gesamten Lebensüberfluss der Welt.

Wir stoßen jedoch in unserem Leben auf etwas ganz anderes: Das Niveau unseres »Überflusses« wird von Problemen, Krankheiten und Schwierigkeiten bestimmt. Das erscheint uns immer als ungerecht und zufällig, obwohl es sehr einfach zu erklären ist: Jedes destruktive Ereignis, jeder destruktive Zustand ist nichts als eine Erinnerung daran, dass wir die Ganzheit verloren haben. Somit ist **das entstandene Problem immer eine Möglichkeit zur Wiederherstellung der verlorenen Einheit mit der Welt, denn gerade das Problem ist der Durchgang zu diesem Zustand der Einheit.**

Aber ungeachtet des Umstands, dass wir dafür überhaupt nicht viel tun müssen, unternehmen wir fast immer etwas genau Gegenteiliges. Warum?

Das Sozium, diese »Marionettenwelt«, in der wir alle leben, hat eine Unzahl ihrer Vorgaben, Regeln und Beschränkungen in uns eingebaut, und sie stolz »Bildung« genannt. Aber im Wesentlichen hat sie aus uns nur eine weitere »Marionette« gemacht und verlässlich die Schnüre verhüllt, mit denen diese zu lenken ist.

Durch die zahlreichen Schichten des »sozialen Lernens« hindurch zu unserer eigenen natürlichen Grundlage zu kommen, zur Möglichkeit des realen Austretens aus der marionettenhaften Beschränkung, ist ganz und gar nicht einfach. Aber es gibt solche Wege. Und beginnend mit dieser Lektion werden wir sie erforschen. Wir werden die Wege erforschen, die zum Meister führen.

Der Meister\* ist die Einheit des physischen und geistigen Prinzips des Menschen, das ist die harmonische natürliche Basis, die uns ursprünglich gegeben und immer in uns vorhanden ist. Immer vorhanden, aber nur selten durch uns nach außen dringend, meist nur in Extremsituationen.

Die erste, die mächtigste Schicht, die uns von der Empfindung des Meisterprinzips trennt, ist unser »Wissen« darüber »welcher Art« wir sind: keine Meister, ein bisschen krank, mäßig erfolgreich, mäßig gebildet, in Maßen lebend und brav sterbend in der Frist, die wir uns selbst setzen.

Das Axiom dieses Wissens ist die Vorstellung, dass uns eine **Außenwelt** umgibt. Egal, ob sie uns freundlich oder nicht ganz so freundlich gesinnt ist, entscheidend ist, dass sie *außen* ist. Das heißt, diese Welt ist nicht »Ich«. Jetzt sind »Ich« und »Die Welt« verschiedene Dinge, unterschiedliche Kategorien, und gerade deshalb kann eine solche Umgebung in jedem Moment feindlich, problematisch und krankmachend werden.

Die Grenze zu löschen, die die Innenwelt von der Außenwelt trennt, sich in der Umwelt zu erkennen und sie als meine eigene Schöpfung zu erkennen – das ist gerade das, was wir uns anzusehen vorschlagen.

Im Verlauf unseres Lebens begegnen wir immer wieder mal diesem Zustand des Meisters, wobei wir ihn als etwas Natürliches und Selbstverständliches betrachten. Das ge-

---

\* Der Terminus »Meister« kommt häufig in den Arbeiten von Sri Aurobindo vor. Genau diese Transskription des Begriffs verwenden wir in unserer Schule, wie auch den daraus abgeleiteten »Zustand des Meisters«.

schieht in kreativen Momenten, beim Schreiben eines Gedichts, beim Malen, in Momenten der Verliebtheit, in Augenblicken, wo wir dem Schönen begegnen.

Was verbindet diese Augenblicke? Ein Zustand des inneren mentalen Schweigens, der inneren harmonischen Ruhe, ein Zustand der schöpferischen Fülle und des erweiterten Bewusstseins. Also haben wir einen ersten Schritt zur Meisterqualität gefunden, und er führt über den Zustand der Kreativität, über das Schöpfertum.

Versuchen wir diesen Zustand zu modellieren, indem wir dazu das folgende Spiel spielen: Blicken Sie tief in Ihr Inneres, achten Sie dabei auf alle Empfindungen, inneren Signale, das heißt auf die »Komponenten«, aus denen sich in diesem Moment Ihr »Selbst-Befinden« zusammensetzt, eine Art Bild Ihrer selbst.

Jetzt helfen Sie diesem Bild mit einer gewissen inneren Anstrengung, in etwas Konkretem Gestalt anzunehmen. Das kann ein Gegenstand, ein Tier, eine Pflanze, auch eine Abstraktion sein.

Das, was Sie jetzt geschaffen haben, ist gleichsam ein »Abguss« unseres *fließenden* Zustandes. Woher kommt er? Sie haben ihn wohl kaum schon früher in sich bewahrt. Er ist gerade jetzt entstanden, für die gegebene konkrete Situation – ein Akt der Schöpfung und des Schaffens.

Wenn Sie Maler oder Bildhauer sind, können Sie das geschaffene Bild jetzt auf der Leinwand oder im Stein verkörpern, und möglicherweise wird der, der es erblickt, von Ihrer Stimmung durchdrungen und empfindet Ihren Zustand.

Aber, ehrlich gesagt, wozu ist das nötig? Wozu müssen wir unsere Umgebung mit unseren wohl unmeisterlichen »Inhalten« irritieren? Solche Werke gibt es wirklich viele: talentiert gemacht spiegeln sie nichtsdestoweniger das Chaos, das in ihren Schöpfern herrscht. Nicht so selten sind Fälle einer Verschlechterung des Wohlbefindens (des Betrachters), bis hin zur Ohnmacht, nach der Betrachtung von derartigen Skulpturen oder Bildern. Deshalb steht ungeachtet des Fakts, dass uns unser Schaffen dem Zustand des Meisters um eine Dimension näher gebracht hat, die Arbeit zu seiner »Befreiung« erst am Anfang.

Ein geschaffenes Bild ist eine Spiegelung Ihres inneren Zustandes, und folglich Ihrer selbst. Von wem wurde dieser Zustand geschaffen? Natürlich von Ihnen – als Schöpfer, als Meister. Deshalb werden diese Zustände sich nicht verändern, solange Sie Ihr Werk – Ihre Wut, Ihre Angst, Ihre Krankheiten und Probleme – nicht als Teil von sich anerkennen. Solange Sie mit Ihrer Existenz nicht einverstanden sind und den Widerstand dagegen nicht aufgeben, wird sie Ihnen als etwas Ihnen Fremdes erscheinen, etwas, das Ihnen feindlich gesinnt ist und Druck auf Sie ausübt.

Dieses Thema ist sehr wichtig, wir werden noch öfter darauf zu sprechen kommen, aber jetzt interessiert uns die rein technische Seite des Geschehens. Wir müssen die verlorene Einheit mit unseren Empfindungen herstellen, damit wir uns so dicht wie möglich dem Meister annähern können – unserer Ganzheit.

Ist es leicht, das Negative anzunehmen, sind Sie einverstanden mit Missgeschicken und Unannehmlichkeiten, mit

Ihrem Schmerz und Ihrer Verzweiflung? Klar ist es nicht leicht, auch dann nicht, wenn Sie nur ein abstraktes Bild all dessen haben.

Aber was ist dieses Bild? Ein Abdruck unserer Unabhängigkeit vom Marionettentheater, in das wir unabhängig von unserem Willen gleich nach dem Eintritt in diese Welt gezogen wurden. **Gönnen wir ihm endlich die Freiheit.**

Wie genau ist das zu bewerkstelligen? Wenn wir uns unser Zustandsbild vorstellen, treten wir mutig mit ihm in Kontakt, wir fragen es, was es am liebsten hätte, was ihm fehlt, was sein größter Wunsch ist, wo und wie es ihm gut gehen könnte. Dann hören wir auf seine Empfindungen und bemühen uns, die Wünsche des Bildes zu ertasten, sie zu fühlen, wir hören sogar seine Stimme ...

Sie empfinden sich zum Beispiel – um ein Bild zu nehmen, das jeder von uns kennt – als eine »brennende Kerze, die an dem einen Ende stark heruntergebrannt ist«. Auf Ihre Frage bezüglich ihres Wunsches **spüren** Sie plötzlich, dass ihr »die Sicherheit, was die Zukunft betrifft« abgeht, und es ihr größter Wunsch ist, sich »in einen unerschütterlichen Kristall zu verwandeln, der weise und ohne Hast in den Tiefen des ewigen Berges wächst ...«

Auf Ihrem inneren Bildschirm erlauben Sie sich augenblicklich diese Verwandlung. Äußerlich unterstützen Sie sich durch Pantomime, durch Posen, vielleicht sogar durch Laute. Sie werden förmlich zu diesem Kristall, sie spüren seine Festigkeit, seine Stabilität, seine Sicherheit. Bewerten Sie in dem Moment Ihren Zustand und vergleichen Sie ihn mit dem vorherigen. Den Unterschied werden Sie zweifel-

los merken. Spüren Sie auch hin, um wie viel das abschließende Bild Ihnen näher gekommen ist als das erste. Können Sie es annehmen, sind Sie mit ihm einverstanden? Gar kein Problem! Das wird jetzt tatsächlich ein harmonischer meisterlicher Zustand sein.

Sie sind harmonisch – und Sie sind ein Schöpfer. Wenn Sie sich im Zustand des Meisters befinden, dann schaffen Sie, dann formen Sie Ihre Umwelt aus diesem harmonischen Zustand heraus, aus Ihrem »Baumaterial«. Und diese Welt wird ebenso harmonisch und problemlos sein.

Sie haben Probleme? Das heißt, dass Sie nicht in dem Zustand des Meisters sind. Was müssen Sie jetzt tun? Vor allem sollen Sie sich keineswegs an ihren vorherigen Zustand erinnern. Wozu auch? Ihr gegenwärtiger Zustand ist schon ein anderer, und so »tanzen« Sie nun von ihm ausgehend. Fühlen Sie ihn wie ein Bild, helfen Sie ihm, frei zu werden, werden Sie eins mit ihm, und Sie können sicher sein, all Ihre Probleme verschwinden unvermeidlich.

Gibt es einen Konflikt in Ihrem Umfeld? Aus welchem schlechten Material haben Sie Ihre Umgebung gebaut? Gehen Sie in den Zustand des Meisters, und der Konflikt löst sich auf. Die Nachbarn versöhnen sich, das Kind hört auf zu trotzen und die Nachbarin bekommt endlich das Paket von ihrem Sohn.

Bevor wir all das Gesagte zusammenfassen und es in eine konkrete Technik verwandeln, ein paar Worte zu dem nun Folgenden:

Das Hauptziel des gesamten Projekts ist es, den Einfluss der tief in uns sitzenden stereotypen und einschränkenden

Verhaltensprogramme maximal abzuschwächen. Sie steuern uns unmerklich, indem sie für sämtliche von uns durchgeführten Handlungen eine logische Rechtfertigung vorbringen, wie absurd diese auch aussehen mag. *Das heißt, der Ausstieg aus dem Diktat der mentalen Programme ist das Erste, was wir tun müssen.*

Das Denken und die von ihm aufgebaute Logik zeigt sich in erster Linie in der *Ernsthaftigkeit*. Wir möchten dieser eine andere Qualität entgegensetzen, die der Mensch ursprünglich besitzt – seine Fähigkeit zum Spiel, seine kindliche Unmittelbarkeit, den »Unernst«, der in jedem Spiel steckt.

Mehr noch: Alles, was wir Ihnen jetzt vorschlagen, ebenso wie das, was später kommt, wird eines zur Grundlage haben – den Aufruf zum Spiel. Den Vorschlag, einfach zu spielen, und eine Vereinbarung, alles wie im Scherz zu tun.

Beobachten Sie Kinder, erinnern Sie sich an Ihre eigene Kinderzeit, wie leicht alles ging. Stellen Sie sich vor, wie verlustarm sich alles ergibt, wenn Sie nicht auf ein Ergebnis warten, wenn Sie einfach sorglos spielen, wenn alles wie im Scherz geschieht und keine Angst vor einem möglichen Misserfolg vorhanden ist, davor, dass etwas nicht klappt. Denn das Ganze ist ein Spiel, und in ihm ist alles möglich. Im Spiel gibt es keine Verlierer. Deshalb ist das Spiel selbst der eigentliche Gewinn, das Gefühl des Wohlseins, das das Spiel bereitet.

Vielleicht beginnen Sie mit der vorgeschlagenen Technik gleich einmal anhand eines schmerzlichen Problems, das



Sie schon ziemlich lange belastet. Dabei kann es schnell zu Stress bezüglich des Ergebnisses dieser Arbeit kommen. Vielleicht fragen Sie sich: Wird es denn helfen? – Vielleicht doch nicht? – Aber wenn das Problem so ernst ist, und wir ziehen es ins Lächerliche ...? – Kann ich das überhaupt, wird es denn gelingen?

All diese Zweifel und vorgestellten Hindernisse verschwinden augenblicklich, sobald Sie sich auf das Spiel einlassen und sagen: »Ich spiele!« Wenn Sie sich einfach erlauben zu spielen. Und jetzt kommt die Überraschung: ob es gelingt oder nicht, was macht das schon! Hauptsache, Ihnen ist die Handlung selbst angenehm und interessant – der Prozess des Spielens selbst. Sie brauchen jedoch nicht zu zweifeln – ein optimales Ergebnis wird unverzüglich in Ihr Leben treten.

Aus diesen Gründen ist – besonders am Anfang, wenn Ihnen die Technik noch nicht vertraut ist – Ihre physische, pantomimische Teilnahme am Prozess sehr wichtig, das heißt – sowohl das Bild als auch alle Metamorphosen, die mit dem Bild einhergehen, stellen Sie »lebend« nach, Sie formen dieses Bild buchstäblich an sich selbst, Sie spiegeln es durch Ihren Körper.

Dabei wird, je nachdem, wie aktiv die Teilnahme Ihres Körpers ist und je weniger der »Denkkörper« dominiert, die innere Freiheit wachsen, und die Zweifel werden verschwinden. Und desto früher tritt das Gefühl der Harmonie in ihren Alltag und erfüllt ihn.

Es ist nämlich so, dass es unmöglich ist, sich von irgendetwas Neuem zu überzeugen, wenn man nur Erklärungen



Den Verstand verlieren  
das Leben gewinnen

GOLDMANN

Grigorij Kurolov

## **Der Weg zum Narren**

Den Verstand verlieren, das Leben gewinnen

DEUTSCHE ERSTAUSGABE

Taschenbuch, Broschur, 624 Seiten, 12,5 x 18,3 cm  
ISBN: 978-3-442-22137-0

Goldmann

Erscheinungstermin: April 2016

Den Verstand verlieren, das Leben gewinnen. Grigorij Kurolov, ein russischer Eckhart Tolle, bietet uns mit dieser Lebensanschauung eine praktische Philosophie des Lachens. Mithilfe einiger einfacher Techniken gelingt es, ein lachendes Verhältnis zu sich selbst und der Welt zu gewinnen. Kern der von Kurolov gelehrtten „Narrosophie“ ist das Wissen um die Dualität des Lebens, im Sinne von plus und minus, heiß und kalt, laut und leise. Das Streben nach Einheit ist Illusion. Daher müssen wir auch die Akzente unserer Existenz vertauschen: vom Kampf zur Freude. Statt gegen Probleme anzukämpfen, sollten wir versuchen, eine Akzeptanz zu schaffen: zu leben und zu lachen. Statt uns von dem Verstand dominieren zu lassen, gehen wir lachend auf Distanz zu den Problemen. Das ist die Quintessenz des Glücks.



[Der Titel im Katalog](#)