

Willigis Jäger  
Ewige Weisheit



Willigis Jäger

# Ewige Weisheit

Das Geheimnis  
hinter allen spirituellen Wegen

Redaktion:

Christa Spannbauer  
und Ursula Richard

Kösel

Band 2 der Schriftenreihe  
»West-östliche Weisheit Willigis Jäger Stiftung«



**Mix**  
Produktgruppe aus vorbildlich  
bewirtschafteten Wäldern und  
anderen kontrollierten Herkünften

Zert.-Nr. SGS-COC-1940  
www.fsc.org  
© 1996 Forest Stewardship Council

Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100  
Das für dieses Buch verwendete FSC-zertifizierte Papier  
Munken Premium Cream liefert Arctic Paper Munkedals AB, Schweden.

Copyright © 2010 Kösel-Verlag, München,  
in der Verlagsgruppe Random House GmbH  
Umschlag: griesbeckdesign, München  
Umschlagmotiv »Spirale der Religionen«: Gisela Drescher, München  
Tuschzeichnungen: Katharina Shepherd-Kobel, Sigriswil  
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pöbneck  
Printed in Germany  
ISBN 978-3-466-36887-7

Weitere Informationen zu diesem Buch und unserem gesamten  
lieferbaren Programm finden Sie unter

[www.koesel.de](http://www.koesel.de)

## INHALT

Sophia perennis – die »ewige Weisheit«	9
Akzeptanz oder »Jeder Tag – ein guter Tag«	15
Präsenz im Alltag oder »Nichts von heilig«	31
Das Sakrament des Augenblicks oder »Achtsamkeit, Achtsamkeit, Achtsamkeit«	47
Die Kraft der Stille oder »Gebt eure Worte auf«	57
Die Erfahrung der Einheit oder »Gott und ich, wir sind eins«	75

Rituale oder »Das Leben feiern«	95
Erkenne dich selbst oder »Alle Wesen haben diese Urnatur«	103
Spiritualität für das 21. Jahrhundert – ein neues Paradigma entsteht	117
Bekenntnis	129
Die Begegnung mit einem Weisen – ein Nachwort	136
Bücher von Willigis Jäger	140
Biografische Notizen	141
Danksagung	144



## ÜBER DIE WEISHEIT

Von Ewigkeit her war ich eingesetzt, von Anfang an, vor den Uranfängen der Erde. Als es noch keine Fluten gab, wurde ich geboren, als noch keine Quellen waren, reich an Wasser. Ehe die Berge eingesenkt wurden, vor den Hügeln war ich geboren, als er noch nicht gemacht die Erde und die Fluren, noch die Gesamtheit der Erdschollen des Festlandes. Als er die Himmel feststellte, war ich dabei. Als er einen Kreis abmaß über der Fläche der Tiefe, als er die Wolken droben befestigte, als er stark machte die Quellen der Tiefe, als er dem Meer seine Schranke setzte, damit die Wasser seinen Befehl nicht übertraten, als er die Grundfesten der Erde abmaß: da war ich Schoßkind bei ihm und war seine Wonne Tag für Tag, spielend vor ihm allezeit, spielend auf dem weiten Rund seiner Erde, und ich hatte meine Wonne an den Menschenkindern.

AT, Sprüche 8, 23 ff.



## SOPHIA PERENNIS – DIE »EWIGE WEISHEIT«

*Sophia perennis*, die »ewige Weisheit«, ist keine Religion. Sie ist die Ebene, die uns die Erfahrung unseres wahren Seins schenkt. Sie ist die Essenz aller Religionen, die Erfahrung der Wirklichkeit, aus der alle Religionen kommen und auf die alle Konfessionen verweisen. *Sophia perennis* ist die Erkenntnis einer Heilsbotschaft, auf der alle Religionen gründen. Sie ist die Erfahrung des Urgrundes des Seins, der sich als diese rational nicht fassbare Evolution vollzieht, die »Ur-Energie«, die allen Formen und Strukturen Gestalt gibt und uns Menschen die eigentliche Deutung unseres Lebens schenkt.

Wir Menschen sind nur ein Wimpernschlag in diesem zeitlosen Universum. Das Hineinwachsen in diese Er-

kenntnis bedeutet einen entscheidenden Schritt im Reifungsprozess der Menschheit. Es geht um ein Einschwingen in das kosmische Gesetz. Denn was wir »Gott«, »Gottheit«, »Leerheit« nennen, ist nicht im Außen. Es sind vielmehr Namen für das Innerste des evolutionären Geschehens, das jenseits aller Konzepte theologischer oder philosophischer Art liegt. Es hat keinen festen Standort und keinen bestimmten Platz. Der einzige Standort ist das Hier und Jetzt, in dem sich diese Urwirklichkeit, der wir so viele verschiedene Namen gegeben haben, manifestiert.

*Sophia perennis* übersteigt jede Konfession und erfüllt sie gleichzeitig. Wer sie erfahren hat, kann jederzeit in seine religiöse Tradition zurückkehren. Er wird diese fortan jedoch anders deuten und feiern, denn die Erfahrung führte ihn zu dem eigentlichen Ursprung dessen, was Glaube bedeutet. Sie weist den Weg zu einem Erkennen, das frei ist von Vorstellungen, Meinungen und Konzepten. »Eine besondere Überlieferung außerhalb der Schriften, unabhängig von Wort und Schriftzeichen: unmittelbar des Menschen Herz zeigend«, so lautet eine Selbstdefinition des Zen.

*Sophia perennis*, die »ewige Weisheit«, führt in ein Leben im Einklang mit dem Urgrund des Seins und macht uns mit der eigentlichen Bedeutung unseres Menschseins vertraut. Diese Weisheit erlangen wir nach der tiefen Erfahrung des zeitlosen Urgrundes.

Die Blumen im Frühling – der Mond im  
Herbst – im Sommer die kühle Brise – im  
Winter der Schnee! Wenn unnütze Sachen  
den Geist nicht vernebeln, ist dies des Men-  
schen glücklichste Jahreszeit!

Zen-Gedicht





## AKZEPTANZ ODER »JEDER TAG – EIN GUTER TAG«

Alles ist in unablässiger Verwandlung begriffen. Das führt uns das Leben ständig vor Augen. Bäume blühen, Blätter fallen, Jahreszeiten kommen und gehen, aus dem Abfall erblüht neues Leben. Ohne Sterben könnte es kein neues Leben geben. In der Verwandlung liegt das eigentliche Wunder des Lebens. Geborenwerden, Leben und Sterben sind Ausdruck der Vollkommenheit der Schöpfung.

Doch sind wir dazu bereit, uns diesem Verwandlungsprozess anzuvertrauen? Gelingt uns dies auch dann, wenn er uns in Situationen führt, die unvorhersehbar sind? Können wir uns der Ungewissheit und der Dunkelheit der Zukunft anvertrauen? Sind wir bereit, uns auch leidvollen Situationen auszulie-

fern, die wir nicht zu ändern vermögen? Dies erfordert das Vertrauen des Samens in der dunklen Erde, im Frühling zu neuer Blüte zu erwachen. Darin liegt das Vertrauen der Raupe, eines Tages dem Kokon als Schmetterling zu entsteigen. In der Bereitschaft, sich immer wieder aufs Neue zu wandeln, liegt der eigentliche Reifungs- und Ganzwerdungsprozess unseres Lebens.

Aus dieser Erfahrung heraus konnte Zen-Meister Ummon sagen: »Jeder Tag ist ein guter Tag.« Ein guter Tag zeigt sich gleichermaßen in Freude und Schmerz, im Suchen und Finden, in Leben und Tod und ist jenseits aller Gegensätze. Ein guter Tag heißt, sich der Dinge des Lebens zu erfreuen, doch sie auch lassen zu können, wenn sie vergehen. Ein guter Tag erfährt auch die Vergänglichkeit des Lebens als Vollkommenheit der Schöpfung.



## **Auf dem spirituellen Übungsweg**

Alles ist in ständiger Bewegung. Nichts ist beständig, nichts hat Dauer. Wir wissen darum, und doch laufen wir die meiste Zeit wie mit Scheuklappen durch das Leben und glauben, das Eigentliche komme erst noch. Doch wenn wir uns auf einen spirituellen Weg begeben, erkennen wir plötzlich und unmittelbar unsere Vergänglichkeit und erfahren zugleich, wie sehr wir an den Dingen hängen, von Leidenschaften und Gier gepackt werden und unablässig unseren Vorstellungen und Ideen vom Glück hinterherlaufen, ohne zu erkennen: Alles ist bereits vorhanden, denn die Erfüllung unseres Lebens liegt im Hier und Jetzt. Das Wissen um unsere Vergänglichkeit erfüllt uns mit Angst. Wir spüren unsere Entfremdung vom Leben und versuchen die Scherben unseres Ichs mithilfe psychologischer Programme wieder zusammenzuflicken.

Auf einem spirituellen Übungsweg wird jedoch nichts zusammengeflickt. Er führt uns vielmehr in den Grund, dorthin, wo es keine Trennung gibt. Auf diesem Weg lässt sich nichts erreichen, es gilt lediglich, da anzukommen, wo wir bereits sind und immer schon wa-

ren. Wir öffnen uns für das, was ist. Daher ist nicht das Tun, sondern das Sein der Weg.

Es gilt, zu unserem wahren Wesen durchzubrechen. Unser wahres Wesen ist leer, allgegenwärtig, still und rein. Wir gewinnen nichts hinzu. Wir wachen nur auf. Der Raum, der sich öffnet, ist unsere wahre Heimat. Der Weg dorthin führt über eine spirituelle Praxis, die uns darin unterstützt, loszulassen, bis wir an nichts mehr hängen. Die Verwandlung findet in unserem Inneren statt und ermöglicht uns eine ganz neue Weise, den Augenblick zu leben.

Wir können von unserem Ich nicht erwarten, dass es seine Herrschaft freudig aufgibt. Doch genau das ist es, was jeder wirkliche spirituelle Weg von uns verlangt. Stirb auf deinem Kissen, sagen wir daher im Zen. »Du musst noch einmal geboren werden«, sagt Jesus. Stirb und werde! Denn in dem Maße, in dem unser kleines Ich stirbt – dieses ängstliche, verzweifelte, aggressive, opportunistische und viel zu selten heitere Konglomerat psychischer Abläufe –, können wir Zugang finden zu unserem wahren Sein und Vertrauen, Freude und Zuversicht im Auf und Ab unseres wechselhaften Lebens erfahren. Diesem Prozess ent-

steigt ein neues, starkes Ich, das aus diesem Urgrund lebt.

Das ist leicht gesagt, doch in der Realität stellt sich dies ungleich schwieriger dar. Wenn der Arzt einem Patienten eröffnet, dass er Krebs hat, wenn jemand bei einem Verkehrsunfall ein Bein verliert, wenn der Mensch zum Pflegefall wird, wenn Eltern ein Kind verlieren – dann erlangen diese Worte eine ganz andere und drastische Bedeutung. Niemand von uns kann, wenn er ehrlich ist, aus vollem Herzen zu allen Situationen seines Lebens Ja sagen.

Das wird auch nicht von uns verlangt; verlangt wird, die Situation, die wir nicht ändern können, anzunehmen. Im Annehmen dessen, was wir nicht ändern können, liegt der eigentliche Verwandlungsprozess. Denn es ist wahr, was ein Zen-Text sagt: Singen und Lachen sind die Stimmen des Dharma, Schreien und Klagen sind die Stimmen des Dharma.

## **Im Scheitern ein Wachsen und Reifen erkennen**

Dies bedeutet auch, unser Scheitern anzunehmen. Scheitern ist eine Grunderfahrung des Menschen. Niemand kann sich ihr entziehen. Es gibt keine letzte Sicherheit im Leben. Wir bleiben Wanderer und Suchende auf unserem Lebensweg. Das Scheitern lehrt uns, dass dieser Weg, auf dem wir momentan unterwegs sind, nicht mehr der richtige für uns ist.

Wir möchten in unserem Leben alles Schmerzhaftes umgehen, dabei ist es oft das Schmerzhaftes, das Scheitern, das uns das Neue bringt. Im Leid, das wir umgehen möchten, die heilende Kraft zu erkennen, ist nicht leicht. Dass uns ein »Schicksalsschlag« weiterbringen kann, ist schwer zu akzeptieren. Sei es eine tiefe Kränkung, sei es das Zerbrechen einer Ehe, sei es der Tod eines lieben Menschen, sei es, dass unser Lebensentwurf zusammenbricht; darin ein Wachsen und Reifen zu erkennen, fällt uns schwer. Genau darum geht es jedoch: Das Scheitern nicht als Ende zu erfahren, sondern als Auferstehung zu einer neuen Lebensphase.

Leid und Scheitern gehören zum Menschwerdungsprozess. Das ist der Grund, warum in den mystischen

Traditionen das Leid eine wichtige Rolle spielt. Damit ist keine Verherrlichung des Leides gemeint, wie es in den religiösen Traditionen manchmal durchaus anzutreffen war. Leid bringt vielmehr eine Offenheit für den nächsten Schritt im Leben. Es zeigt uns, wo unser Lebensweg weitergeht. Immer ist das Leid der Zeitpunkt für eine fundamentale Neuorientierung und Veränderung des Lebens. Auch Jesus ist gescheitert. Er endete am Kreuz. Gleichzeitig war sein Scheitern Anfang, die Auferstehung in ein neues Leben.

Niemand liebt das Scheitern. Aber es ist der Hinweis, dass unser Leben anders weitergehen soll. Es ist letztlich die verwandelnde Kraft unseres wahren Wesens, unseres göttlichen Urgrundes, der uns an diese Grenze geführt hat, um uns eine Neugeburt zu schenken. Eine Geburt ist immer schmerzhaft, doch sie bringt Neues und überschreitet Altes. Im Scheitern die Dynamik des Lebens zu begreifen zeigt die wahre Größe eines Menschen.

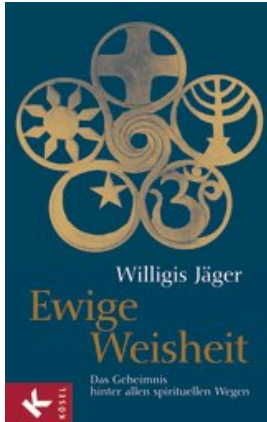
Wir sind ein Tanzschritt dieses »Tänzers Gott«. Ein Tanz ist nichts Statisches. Wir dürfen nicht an diesem einen Schritt unseres Lebens kleben bleiben. Der göttliche Tänzer führt uns weiter, auch wenn unser Lebenstanz uns durch das Feuer der Krise führt. Die Kri-

se kann so zu einer Entscheidungshilfe werden, zur Herausforderung für eine fundamentale Veränderung des Lebens. Sie führt uns in Grenzsituationen. Die Frage ist, ob wir eine solche Situation als Aufbruch zu etwas Neuem sehen können. Dazu bedarf es des Mutes, denn wir können den Ausgang im Voraus nicht bestimmen. Die Bereitschaft, sich dem Reifungs- und Ganzwerdungsprozess zu öffnen, bedarf unserer Hingabe und unseres Vertrauens an den göttlichen Urgrund, der unser wahres Wesen ist.

Es geht darum, das zu leben, was das Leben uns bringt. Das bedeutet jedoch kein fatalistisches Aufgeben. Und es bedeutet nicht, dass wir nicht versuchen sollten, unsere Lebenssituation zu verbessern. Wenn wir krank sind, werden wir sicherlich alles tun, um wieder gesund zu werden. Wenn wir unseren Arbeitsplatz verlieren, werden wir sicherlich nach einem neuen suchen. Doch oft im Leben sind wir mit Situationen konfrontiert, die wir nicht ändern können. Wenn wir bereit sind, die Vorstellungen davon, wie unser Leben sein sollte, aufzugeben und uns zu öffnen für das, was ist, entfaltet sich eine ganz neue Welt vor unseren Augen. Oft ist es das Leid in unserem Leben, das uns dazu zwingt. Wir

beginnen zu erkennen, dass unser vordergründiges Ich eine Art Traumzustand ist, der uns daran hindert, zu jener Wirklichkeit vorzudringen, in der wir die Einheit allen Seins erfahren.

Der spirituelle Weg führt zu einem Erkennen, das frei von Meinungen und Vorstellungen ist, zu einem Erkennen, das auf der Abwesenheit von Begehren, Aggression und Ignoranz beruht. Das setzt eine Klärung und Zähmung von Ratio und Psyche voraus, damit ein Erwachen möglich wird. Hier liegt unsere Freiheit, die unabhängig ist von äußeren Bedingungen. Diese Freiheit können Menschen in totalitären Systemen erlangen und Menschen können sie in freiheitlichen Demokratien verlieren. Denn diese Freiheit ist ein inneres Ereignis. Echte Mystik lebt in dieser Freiheit. Die Texte von Viktor E. Frankl und Dietrich Bonhoeffer aus den nationalsozialistischen Konzentrationslagern und Gefängnissen bezeugen ebenso wie die Bücher von Alexander Solschenizyn aus dem kommunistischen Gulag, dass Menschen sich Zugang zu dieser inneren Freiheit selbst unter den schrecklichsten Bedingungen der Gefangenschaft bewahren können. Ihre Erfahrungen zeugen davon, dass es im Inneren des Menschen eine Bewusstseinssebene gibt, die gänzlich unabhängig von



Willigis Jäger

### **Ewige Weisheit**

Das Geheimnis hinter allen spirituellen Wegen  
Redaktion: Christa Spannbauer und Ursula Richard  
Band 2 der Schriftenreihe "West-östliche Weisheit Willigis Jäger Stiftung"

Gebundenes Buch mit Schutzumschlag, 144 Seiten, 13,5 x 21,5 cm  
ISBN: 978-3-466-36887-7

Kösel

Erscheinungstermin: März 2010

Zum 85. Geburtstag von Willigis Jäger – Die Essenz aller Religionen

Der Benediktiner und Zen-Meister Willigis Jäger vereint in seiner Person das Geheimnis westlicher und östlicher Weisheitswege. Getragen von jahrzehntelanger Übung und kundig durch die spirituelle Begleitung vieler Menschen weist er Wege in Tiefenerfahrungen, die in allen Religionen und Konfessionen möglich sind: Getragen von ewiger Weisheit verändert sich unser Alltag. In der Liebe zum Urgrund aller Traditionen entfaltet sich unser tiefstes Wesen.

 [Der Titel im Katalog](#)