

Christiane Neuen (Hg.)

Was die Seele nährt

Inspirationen

Patmos Verlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben



Die Verlagsgruppe Patmos ist sich ihrer Verantwortung gegenüber unserer Umwelt bewusst. Wir folgen dem Prinzip der Nachhaltigkeit und streben den Einklang von wirtschaftlicher Entwicklung, sozialer Sicherheit und Erhaltung unserer natürlichen Lebensgrundlagen an. Näheres zur Nachhaltigkeitsstrategie der Verlagsgruppe Patmos auf unserer Website www.verlagsgruppe-patmos.de/nachhaltig-gut-leben

Hergestellt nach dem Cradle-to-Cradle Prinzip. Schützt unsere Umwelt und fördert eine abfallfreie Wirtschaft. Ausschließlich mit Ökostrom produziert, alle CO₂-Emissionen wurden kompensiert.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten

© 2022 Patmos Verlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.verlagsgruppe-patmos.de

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart
Gestaltung, Satz und Repro: Schwabenverlag AG, Ostfildern
Druck: GGP Media GmbH, Pöbneck
Hergestellt in Deutschland
ISBN 978-3-8436-1418-4

Inhalt

Vorwort	7
C. G. JUNG	
„Bist du auf Unendliches bezogen?“	11
VERENA KAST	
Freude erlebbar werden lassen	15
EUGEN DREWERMANN	
Von Liebe und Unsterblichkeit	31
BRIGITTE ROMANKIEWICZ	
Hoffnung wagen	35
INGRID RIEDEL	
Von Angst, Mut und Gelassenheit	51
LINDA BRIENDL	
Die Kunst, schöpferisch zu leben	61
KHALIL GIBRAN	
Von Liebe, Schönheit und Selbsterkenntnis	71
BRIGITTE DORST	
Meditation – der Weg nach innen	77
HUBERTUS HALBEAS	
Der Sprung in den Brunnen	91

SYLVIA WETZEL	
Den inneren Reichtum entdecken.	97
NIKLAUS BRANTSCHEN	
Gottlos dankbar	109
ISHPRIYA KINSEY	
Der Ort, an dem nichts ist	113
THOMAS MERTON	
Innere Sammlung	123
HUGO M. ENOMIYA-LASSALLE	
Erleuchtung	131
Anhang	143
Anmerkungen	143
Literatur.	148
Die Autorinnen und Autoren.	151
Quellenverzeichnis	157

Vorwort

Wir brauchen Nahrung, um zu leben – nicht nur wir Menschen, sondern alle Lebewesen, und die Nahrung ist jeweils ganz verschieden: Katzen brauchen Fleisch, Vögel brauchen Körner, Bienen brauchen Pollen, Pflanzen brauchen Wasser und Licht. Manchmal ist die Nahrung sehr speziell, etwa bei Pandabären, die fast ausschließlich Bambus fressen. Das Spektrum der menschlichen Lebensmittel ist dagegen groß und reicht von Salat bis Schokoladenkuchen. Doch welche Nahrung braucht die Seele? Und was ist die Seele?

In allen Religionen und spirituellen Traditionen gibt es zahlreiche Bilder und Vorstellungen von der Seele. Sie wird z.B. als das Lebendige im Menschen verstanden, das von Gott kommt und zu ihm zurückkehrt. So gilt die Seele im Islam als der „Hauch Gottes“, wie auch Jahwe im Alten Testament bei der Erschaffung der Welt den Geschöpfen seinen Atem einbläst und sie dadurch lebendig macht. In allen drei monotheistischen Religionen gibt es die Vorstellung, dass die Seele nach dem Tod zu ihrem Schöpfer zurückkehrt. Die Seele wird auch als der göttliche Kern des Menschen verstanden, als seine Essenz, die eins ist mit dem Göttlichen. In der christlichen Mystik spricht Meister Eckhart vom göttlichen Seelenfunken; im Hinduismus sind Brahman (das kosmische Prinzip, das Absolute) und Atman (die Seele des Einzelnen, das Selbst) eins.

In der Philosophie haben sich Menschen seit der Antike Gedanken darüber gemacht, was die Seele ist bzw. ob es überhaupt eine gibt. Die meisten heutigen Menschen haben jedoch ein intuitives Gespür dafür, was mit „Seele“ gemeint ist. Auch in der Alltagssprache geben verschiedene Redewendungen Hinweise: Jemand klagt z.B.: „Das tut mir in der Seele weh“ – die Seele hat mit Gefühlen zu tun. Ein anderer engagiert sich mit ganzer Kraft für etwas, ist „mit Leib und Seele dabei“ – Körper und Seele bilden eine Einheit. Wir sagen: „Die Augen sind die Fenster zur Seele“ – die Seele ist tief in uns verborgen und kann über den Blick sichtbar und erfahrbar werden. Menschen können „ein Herz und eine Seele“ sein und das Glück einer tiefen Verbundenheit empfinden. Sie sind dann „*soul mates*“, Seelenverwandte.

In der akademischen Psychologie, eigentlich die Wissenschaft von der Seele (griech. *psyche*), werden viele Bereiche der menschlichen Psyche erforscht und beschrieben, z.B. kognitive und biologische Grundlagen des Verhaltens und Erlebens, intra- und interpersonelle psychische Prozesse, verschiedene Psychopathologien – die Seele, vor allem in ihrer spirituellen Orientierung, findet jedoch selten Beachtung. Je nach vertretenem Welt- und Menschenbild wird die psychologische Sichtweise immer materialistischer, werden die Tiefenschichten der Seele immer weniger wahrgenommen, verflacht manche Psychotherapieform zur Psycho-Technik. Bereits 1931 konstatierte C. G. Jung, der Begründer der Analytischen Psychologie, die zu einer der drei tiefenpsychologischen Schulen gehört: „Nach-

dem [...] die ganze Menschheit seit ihren ersten Anfängen von der Überzeugung einer substantiellen Seele ausgegangen war, entstand in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts eine Psychologie ‚ohne Seele‘.¹

Jung selbst scheute sich nicht, als Psychoanalytiker das Wort „Seele“ zu verwenden, im Gegenteil. Er war von der „Wirklichkeit der Seele“² überzeugt: „Obschon man es sich nicht kann träumen lassen, das Geheimnis der Seele je auszuschöpfen, so scheint es mir doch zu den vornehmsten Aufgaben des menschlichen Geistes zu gehören, unermüdlich um eine stets sich vertiefende Erkenntnis des seelischen Wesens sich zu bemühen.“³

Auch wenn das Geheimnis der Seele nicht ausgeschöpft werden kann, gehört zu dem, was wir über sie wissen: Die Seele muss genährt und gepflegt werden. Menschen machen immer wieder einmal in ihrem Leben die Erfahrung, seelisch zu hungern – nach Liebe und Zuwendung, nach Lebendigkeit, nach spiritueller Verbundenheit mit einem größeren Ganzen. Was aber kann die Seele nähren? Die in diesem Buch versammelten Texte namhafter Autorinnen und Autoren aus Tiefenpsychologie und Spiritualität geben Antworten auf diese Frage: Seelennahrung hat zu tun mit Sich-Öffnen für Freude, Hoffnung, Gelassenheit und Dankbarkeit (VERENA KAST, BRIGITTE ROMANKIEWICZ, INGRID RIEDEL, NIKLAUS BRANTSCHEN); die Seele nährt sich von Liebe, Schönheit, Selbsterkenntnis und innerem Reichtum (EUGEN DREWERMANN, KHALIL GIBRAN, SYLVIA WETZEL); die Seele zu nähren bedeutet Hinwendung nach innen, In-Kontakt-Kommen mit dem Göttlichen (C. G. JUNG, BRIGITTE DORST, HUBERTUS

HALBFAS, THOMAS MERTON) und Sich-Einlassen auf das ganz Andere, auf die Wirklichkeit hinter der Wirklichkeit (ISHPRIYA KINSEY, HUGO M. ENOMIYA-LASSALLE).

Ich wünsche den Leser:innen dieses Buches, dass sie in den hier versammelten Texten viele Hinweise finden, was die Seele nährt, und dass diese Texte selbst sie innerlich berühren und ihnen Seelennahrung sein können.

Münster, im April 2022
Christiane Neuen

C. G. JUNG

„Bist du auf Unendliches bezogen?“

Die entscheidende Frage für den Menschen ist: Bist du auf Unendliches bezogen oder nicht? Das ist das Kriterium seines Lebens. Nur wenn ich weiß, dass das Grenzenlose das Wesentliche ist, verlege ich mein Interesse nicht auf Futilitäten und auf Dinge, die nicht von entscheidender Bedeutung sind. Wenn ich es nicht weiß, so insistiere ich darauf, um dieser oder jener Eigenschaft willen, die ich als persönlichen Besitz auffasse, etwas in der Welt zu gelten. Also vielleicht wegen „meiner“ Begabung oder „meiner“ Schönheit. Je mehr der Mensch auf falschem Besitz insistiert und je weniger das Wesentliche für ihn spürbar ist, desto unbefriedigender ist sein Leben. Er fühlt sich beschränkt, weil er beschränkte Absichten hat, und das schafft Neid und Eifersucht. Wenn man versteht und fühlt, dass man schon in diesem Leben an das Grenzenlose angeschlossen ist, ändern sich Wünsche und Einstellung. Letzten Endes gilt man nur wegen des Wesentlichen, und wenn man das nicht hat, ist das Leben vertan. Auch in der Beziehung zum anderen Menschen ist es entscheidend, ob sich das Grenzenlose in ihr ausdrückt oder nicht.

Das Gefühl für das Grenzenlose erreiche ich aber nur, wenn ich auf das Äußerste begrenzt bin. Die größte Begrenzung des Menschen ist das Selbst; es manifestiert sich im Erlebnis „Ich bin *nur* das!“. Nur das Bewusstsein meiner engsten Begrenzung im Selbst ist an-

geschlossen an die Unbegrenztheit des Unbewussten. In dieser Bewusstheit erfahre ich mich zugleich als begrenzt und ewig, als das Eine und das Andere. Indem ich mich einzigartig weiß in meiner persönlichen Kombination, d.h. letztlich begrenzt, habe ich die Möglichkeit, auch des Grenzenlosen bewusst zu werden. Aber nur dann.

In einer Epoche, die ausschließlich auf Erweiterung des Lebensraumes sowie Vermehrung des rationalen Wissens à tout prix gerichtet ist, ist es höchste Forderung, sich seiner Einzigartigkeit und Begrenzung bewusst zu sein. Einzigartigkeit und Begrenztheit sind Synonyme. Ohne sie gibt es keine Wahrnehmung des Unbegrenzten – und daher auch keine Bewusstwerdung –, sondern bloß eine wahnartige Identität mit demselben, welche sich im Rausch der großen Zahlen und der politischen Machtfülle äußert.

Unsere Zeit hat alle Betonung auf den diesseitigen Menschen verschoben und damit eine Dämonisierung des Menschen und seiner Welt herbeigeführt. Die Erscheinung der Diktatoren und all des Elends, das sie gebracht haben, geht darauf zurück, dass dem Menschen durch die Kurzsichtigkeit der Allzuklugen die Jenseitigkeit geraubt wurde. Wie diese ist auch er der Unbewusstheit zum Opfer gefallen. Die Aufgabe des Menschen nämlich wäre ganz im Gegenteil, sich dessen, was vom Unbewussten her andrängt, bewusst zu werden, anstatt darüber unbewusst oder damit identisch zu bleiben. In beiden Fällen würde er seiner Bestimmung, Bewusstsein zu schaffen, untreu. Soweit wir zu erkennen vermögen, ist es der einzige Sinn der

menschlichen Existenz, ein Licht anzuzünden in der Finsternis des bloßen Seins. Es ist sogar anzunehmen, dass, wie das Unbewusste auf uns wirkt, so auch die Vermehrung unseres Bewusstseins auf das Unbewusste.