



Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag

Marcel Steiner

Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag Marcel Steiner

 [Download Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse fü ...pdf](#)

 [Online lesen Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse f ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag Marcel Steiner

128 Seiten

Kurzbeschreibung

Was sich alle wünschen: Auszeiten der Stille

In unserer lärmenden und hektischen Welt sehnen wir uns nach Stille. Stillezeiten im Alltag führen in die Tiefe. Sie geben Orientierung, sie ermöglichen die Begegnung mit unserem Lebensgeheimnis. Übersichtlich, klar gegliedert und an konkreten Themen der Übenden orientiert führt dieser Kurs in die Stille, zu neuer Kraft und Konzentration.

Für Auszeiten zwischendurch die Hör-CD: Der versierte Kursleiter spricht Meditationen zur Stille

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Marcel Steiner, geb. 1960, ist Theologe und wurde von Niklaus Brantschen zum Kontemplations- und Zenlehrer ausgebildet. Internationale Kurs- und Vortragstätigkeit im Bereich Meditation und Fasten, Dozent am Theologiekurs für Erwachsene der Reformierten Landeskirche des Kantons St. Gallen, Kursleiter im Lassalle-Haus im Bereich Zen, christliche Kontemplation, Fasten und spirituelle Sterbebegleitung. Er lebt mit seiner Frau und zwei Söhnen in Romanshorn in der Schweiz. Leseprobe. Abdruck erfolgt mit freundlicher Genehmigung der Rechteinhaber. Alle Rechte vorbehalten.

Der Mensch ist ein Wortwesen. Er beginnt vom ersten Augenblick seines Lebens an, eine Sprache zu lernen. Unter dem Angesprochenensein seiner Eltern verwandelt sich das Schreien des Säuglings langsam in ein Sprechen. Wie glücklich sind sie, wenn das erste Wort aus dem Mund des Kleinkinds ertönt! Doch die sprechende Zuwendung zum Kind stellt nur eine Seite dar. Sie ist getragen und durchdrungen von den Zeiten, in denen sich die Eltern wortlos dem Säugling widmen. Sie zeigen ihm nichts mehr als das Antlitz und wenden sich ihm schweigend, aufmerksam und vielleicht lächelnd zu. Oft braucht der Säugling nur Stille, damit er sich im Schlaf bildet. Vom ersten Augenblick an gehören Wort und Schweigen zusammen. Beides ist lebensnotwendig und Leben fördernd. Es sind zwei Seiten einer Medaille und bilden keinen Gegensatz.

Auch Schriftsteller und Dichter haben immer um den Zusammenhang von Wort und Schweigen gewusst. So konnte Friedrich Gottlieb Klopstock einst schreiben, das Wortlose wandle in einem guten Gedicht umher, wie die nur von wenigen geschauten Götter über der Geschichte. Es ist das Schweigen, die gefüllte Stille, aus der heraus das Geschehen in Geschichte und Text letztlich geheimnisvoll gelenkt und geleitet wird. Ilse Aichinger nimmt ihre Metapher aus der monetären Welt, um auszudrücken, dass das Wort seine Kraft gerade aus dem Schweigen holt: "Auch wenn man spricht, die Währung müsste gedeckt sein durch Stille." Ohne Schweigen wird das Sprechen hohl und >inflationär<. Es verliert seinen Wert, wenn es nicht mehr durch Stille >gedeckt< ist. In lyrischer Verdichtung und schon deutlich an die prophetische Kraft des Wortes anspielend, formuliert auch Friedrich Nietzsche: "Wer einst Großes zu verkünden hat, schweigt lang in sich hinein. Wer einst den Blitz zu zünden hat, muss lange Wolke sein."

Letztlich sind es die religiösen Traditionen mit ihrem Sinn für Mystik, die die Grenzen der Sprache ausgelotet haben und dabei entdeckten, dass das Wort an die Stille grenzt. So lässt die Magnifikat-Antiphon zum zweiten Weihnachtstag das Wort aus der Nacht und der Stille hervorspringen: "Tiefes Schweigen umfing das All. Die Nacht hielt inne in der Mitte ihres Laufes. Da stieg dein allmächtiges Wort hernieder vom königlichen Thron." Die Stille, aus der das Wort hervorgeht, ist ein schweigendes Hören. Sie ist ein waches Dasein, Aufmerksamkeit, innere Präsenz und reine Wahrnehmung. Darum weiß die biblische Tradition und fordert auf: "Hört und ihr werdet leben!" (Jes 55,3). Die schöpferische Stille ist vom Verstummen also meilenweit entfernt. Sie entsteht, wenn das Hören ein Horchen wird und das Sehen ein Schauen.

Gegenstandslose Meditation, wie sie der Zen-Buddhismus oder die christliche Kontemplation der Versenkung lehrt, ist ein Einüben in Stille und Schweigen. Diese Meditation führt oft durch die Nacht der Reinigung der Sinne, worin Auge und Ohr geschult werden, um schließlich den Menschen wortmächtig zu entlassen. Die gestaltete Stille ist eine Sprachschulung. Dazu gehört nicht nur die Meditation, sondern auch das Üben, sich im alltäglichen Sprechen an Wahrhaftigkeit auszurichten und im Reden Respekt vor jedem Menschen und Geschöpf zu zeigen.

So legt Marcel Steiner in diesem Buch einen >Sprachkurs< vor, in dem nicht Worte gelehrt werden, sondern die Grammatik und die Syntax, die dem wahren Sprechen zugrunde liegt: die Stille. In der Anleitung zur Meditation und in den kurzen Texten, die den Raum der Stille und des Schweigens eröffnen, wird Schritt um Schritt in diese Art des Sprechens eingeführt. Die blinden Verflechtungen und die symbiotischen Verschmelzungen, die die Seelenlandschaft noch umgarnen, werden durch die aufmerksame Wahrnehmung gelöst. Die innere Landschaft entsteht profiliert und die vielgliedrige Seele wird mit dem Wort neu vernetzt, die Teile werden einander zugeordnet. Wer sich so auf den Übungsweg macht, öffnet sich einem inneren Wachstumsprozess wie ein Kleinkind und der innere Mensch entsteht. Wer auch die trockenen und zuweilen mühsamen Stunden des spirituellen >Sprachunterrichts< durchhält, der erlebt selbst eine Neugeburt. Davon berichten in jedem Fall die Mystiker und Mystikerinnen. Die Meister des Zen sprechen von Erleuchtung. Dass Wort und Sprache, Stille und Schweigen wie ein Großteil der Texte in diesem Buch oft metaphorisch aufzufassen sind, versteht sich von selbst. Der Autor führt in die geistliche und geistige Welt des Menschen. Doch nur das reale Einüben der Stille und nur der sorgfältige Umgang mit Sprechen lässt diese Wirklichkeit entstehen. Ich bin Marcel Steiner dankbar, dass er durch seine Kurse im LassalleHaus und nun mit diesem Buch dazu beiträgt, Menschen zum Wesentlichen zu führen.

Im Winter 2009 Christian M. Rutishauser SJ

EINLEITUNG

Dieses Buch ist entstanden aus der intensiven Praxis und der Auseinandersetzung mit der Zenmeditation. Der Weg des Zen hat sich innerhalb des Buddhismus entwickelt und weist zurück auf den historischen Shakyamuni Buddha, der im 5. Jahrhundert v. Chr. in Indien lebte. Seine Prägung hat das Zen etwa tausend Jahre später vor allem in China bekommen. Über Japan kam es erst vor wenigen Jahrzehnten nach Amerika und Europa, wo es seitdem in einen Dialog mit der christlichen Tradition getreten ist. Das zentrale Element darin ist das sogenannte Zazen, das stille Sitzen in Meditation ohne Worte und Gedanken. Es wird darum auch als gegenstandslose Schweigemeditation bezeichnet. Zazen wurde bis ins letzte Jahrhundert fast ausschließlich in Klöstern praktiziert. An geschützten Orten also, wo es möglich war, in großer Abgeschiedenheit und Ruhe zu üben, getragen von einer bis ins Detail ausgefeilten Tagesstruktur. Diese Struktur regelte nicht nur die Zeiten und die Haltung während des Meditierens, sondern buchstäblich jeden Schritt und jedes Tun während des Tages, bis hin zum Aufstellen der Essschalen bei den Mahlzeiten. Die Mönche wussten wohl, wie sehr der menschliche Geist der äußeren Struktur bedarf, wenn er sich auf den Weg in die eigene Tiefe begibt, will er dort nicht verloren gehen. Als weiteres, wesentliches Element des Zenwegs neben der Meditation hat sich von Beginn an die Begleitung und Unterweisung durch einen wegerfahrenen Lehrer oder eine Lehrerin als hilfreich, wenn nicht notwendig erwiesen.

Beide Elemente - strukturiertes Üben und Begleitung - sind keine Besonderheit der Zentradition, sondern finden sich genauso in christlichen Klöstern und bezeugen so, wie wichtig sie auf dem spirituellen Weg sind. Die Möglichkeit, diesen Weg zu gehen und sich dabei begleiten zu lassen, bietet seit vielen Jahren auch das Lassalle-Haus, dessen Name auf einen der Brückenbauer zwischen Ost und West zurückgeht, Pater Ennomiya Lassalle, ein Jesuit, der 1990 verstarb. Neben der Zenmeditation pflegt das Haus auch die ignatianischen Exerzitien sowie die christliche Kontemplation und engagiert sich intensiv im interreligiösen Dialog. Ich persönlich darf in der Glassmann-Lassalle Zenlinie und in der Kontemplationsschule Via Integralis (einer Verbindung von Zazen mit der christlichen Mystik) als Lehrer tätig sein, beides gegründet von P. Niklaus Brantschen SJ und Pia Gyger vom Katharina-Werk.

Der Zenweg und Meditation allgemein lassen sich nicht auf die besonderen Zeiten gemeinsamen Übens und der Unterweisung beschränken. Und heute auch nicht mehr auf das Leben im Kloster. Beides will sich als Lebenshaltung gerade auch im Alltag verkörpern. Deshalb stellt sich immer wieder die Frage, wie wir mitten im Alltag zu einer regelmäßigen Praxis finden können.

Download and Read Online Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag Marcel Steiner
#LFXNH1QSPWO

Lesen Sie Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag von Marcel Steiner für online ebookTiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag von Marcel Steiner Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag von Marcel Steiner Bücher online zu lesen. Online Tiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag von Marcel Steiner ebook PDF herunterladenTiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag von Marcel Steiner DocTiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag von Marcel Steiner MobipocketTiefe Stille – Weiter Raum: Schweige-Impulse für jeden Tag von Marcel Steiner EPub