# Einsamkeit
# und Fremde

Das Buch handelt vom Loslassen und von der Frage, woran wir eigentlich festhalten.
Frederik ist Anfang 30, als er sich auf der drängenden Suche nach Freiheit und Glück in einem kleinen Auto auf den Weg macht, ohne den Weg zu seinem Ziel zu kennen. Er weiß nur, dass er sucht, was kaum einer je findet – das echte, tiefe, dauerhafte Glück. Er will sich nicht anpassen an die Welt der Modellmenschen, die sich in ihrer Angst und Frustration an Konventionen klammern und an etwas, das sich nur manchmal für kurze Zeit wie Glück anfühlt. Frederik will mehr und ist bereit, dafür in die Tiefen des menschlichen Seins vorzudringen. *Einsamkeit und Fremde* ist die Geschichte einer glühenden Suche nach der Wahrheit; die Geschichte einer äußeren und inneren Reise, in deren Verlauf Frederik lernt zu sterben – und so entdeckt, dass das Ende der Suche der Anfang des Lebens und der Liebe ist.

B. J. Kaiser, geboren 1983, hat nach Schauspielschule, Geografiestudium und Ausbildung zum Rundfunkredakteur einige Jahre beim Radio gearbeitet. Im Alter von 32 Jahren veränderte eine tiefgreifende Erkenntnis radikal den Verlauf seines Lebens. In einem spontanen Erwachen erkannte er den Ursprung seiner Unfreiheit und erfuhr von einem Moment auf den anderen tiefen, dauerhaften inneren Frieden. Es folgten stille und zurückgezogene Jahre der Selbstbeobachtung und Selbsterkenntnis. In dieser Zeit ist die vorliegende Erzählung *Einsamkeit und Fremde* entstanden.

# EINSAMKEIT UND FREMDE

B. J. Kaiser

*Eine Erzählung über das Sein, die Liebe und die Frage »Wer bin ich?«*

*Wer sich selbst kennt – wirklich kennt –,*
*der kennt auch alle anderen.*
*Wer sich selbst liebt – wirklich liebt –,*
*der liebt auch alle anderen.*
*Wer kennt, der liebt.*
*Der ist.*
*Eins.*

ISBN 978-3-9842385-1-1

1. Auflage 2025
BENANA Verlag, Lübeck
© 2017 B. J. Kaiser
Umschlaggestaltung und Satz: B. J. Kaiser
Illustration auf Umschlag: atipo illustrations, Gijón
Beratung graphische Umsetzung: Gero Burmester, Lübeck

www.benana-verlag.de

# Prolog

Alles, was sich in mir regt, das bin ich. Jeder gedankliche Kommentar, jede Reaktion auf die Welt um mich herum. Ich kann mich daran halten und mich bemühen, dieses gedankliche Ich zu sein. Als dieses gedankliche Ich zu leben, ist sehr normal. Dann weiß ich, wer ich bin. Aber es ist eine sehr mühsame, konfliktbehaftete Art zu leben. In jeder Sekunde schreit dieses gewusste Ich nach Futter, das es zum Leben braucht. So zu leben bedeutet, immer auf der Jagd zu sein, immer zu rennen, hinter etwas her. Und immerzu bin ich gezwungen zu verteidigen. Ich kann so leben – die allermeisten leben so –, aber dann zwänge ich mich in ein kleines Kästchen, das mir das Erfahren des puren Lebens in seiner ganzen Größe und Schönheit verwehrt. Und in meinem steten Kampf für dieses gedankliche Ich stelle ich in der Welt eine Quelle von Konflikt dar.

Oder ich lasse alle diese inneren Regungen durch mich hindurchgehen, lasse sie vergehen und so dieses gedankliche Ich sterben. Ja, genau so fühlt es sich an, wenn ich mich darauf einlasse, nicht mehr zu wissen, wer ich bin.

Dann verschwindet die begreifliche Welt um mich herum und ich in ihr. Alles lässt seine namentliche Hülle los und gibt sein namenloses Wesen preis. Es ist unmöglich zu beschreiben, was sich mir offenbart, wenn ich mich diesem Wagnis hingebe – zu ergründen, wer ich jenseits all dessen bin, was sich gedanklich in mir regt. Dann bin ich nicht mehr durch meine gewusste Identität abgegrenzt von allem anderen. Ich *weiß* nicht mehr, wer ich bin, und es lässt sich nicht sagen. Aber ich *bin* mehr als jemals zuvor. Das kann ich sagen, da ich hier sitze auf diesem Stein am Wasser. Und dass es still ist.

*Winzig kleine Wassertröpfchen, die auf der Haut meiner Arme landen. Kühle Pünktchen. Kaum entstanden, wieder vergangen. Der Wind streichelt mir Arme und Gesicht. Kühle wabernde Flächen auf meiner Haut, die kommen und gehen, sich ständig verändern. Die Wellen des Windes nicht so gleichförmig wie die des Wassers, die sich knackend und gurgelnd an den aufgehäuften Steinen am Ufer brechen. Schneller der Rhythmus und lauter das Geräusch, wenn eines der großen Frachtschiffe vorbeifährt. Leichter Druck auf meiner Brust. Ein zarter Duft von Benzin gemischt mit dem des Wassers. Im Gras neben meinen Füßen die Feder einer Möwe. Weiß. Grau. Braun. Schwarz. Silber.*

*Freiheit. Ein Wohlgefühl. Dieses Nichts. Leicht fühlt es sich an, ruhig und sanft. Wie die Möwenfeder. Weiß. Silber. Grau. Braun. Schwarz. Es ist so einfach, frei zu sein. So groß ist die Angst davor. So einfach ist es und so unbekannt. So schwer. So schien es, als ich noch danach suchte und dafür kämpfte.*



Ich hebe die Feder auf. Sie wird mich erinnern – an diesen Moment, an die Reise, an die Schönheit und Kraft des puren Seins. Sie wird mich daran erinnern, dass da keine Notwendigkeit ist, etwas oder jemand sein zu wollen; dass die Vorstellung davon, wer ich bin, mir all meine Probleme schafft. Sie wird mich erinnern an die Erkenntnis, dass die Wahrheit weit hinausgeht über unser einfaches Verständnis von Existieren und Nichtexistieren; an die Erkenntnis, dass das, was ich tatsächlich bin, nicht sterben kann, weil es niemals geboren wurde; an die Erkenntnis, dass ich nicht die Person im Körper bin, sondern das weit darüber Hinausgehende, für den Verstand Ungreifbare.

Ja, Frederik, mittlerweile 33 Jahre alt, ist wieder da, hier in dieser Stadt. Aber der, der einst von hier aufgebrochen war, den gibt es nicht mehr. Der ist unterwegs gestorben. Viele Male. Und auch der Jetzige ist in diesem Augenblick bereits wieder im Sterben begriffen. Das habe ich unterwegs gelernt: in jedem Moment zu sterben – in den Moment hinein zu sterben –, um darin lebendig zu sein. So lebe ich und bin dabei so lebendig und frei, wie ich es nie zuvor war.

Ich blicke auf die Feder in meiner Hand, drehe sie, betrachte ihr Schimmern, wie sich ihre Farben verändern. Es sind viele. Eine Möwe landet auf dem Stein neben mir. Sie schaut mich an und schreit – als wolle sie etwas von mir. Ihre Schreie werden penetranter. Mein Blick ruht auf ihr, ich schaue in ihre schwarzen, runden Augen, die meine gesamte Aufmerksamkeit absorbieren. In mir ist es still. Es ist ein Moment, der die vergangenen Wochen in sich trägt, und zugleich ist der Moment frei

von jeglicher Zeit. Diese Stille, sie ist das Ergebnis der intensiven Betrachtung, der ich mich in den vergangenen Wochen hingegeben habe. Ich habe keine große Verwendung mehr für die Vergangenheit, denke nicht mehr oft über sie nach und vergleiche sie nicht mit dem, was jetzt ist. Aber noch einmal fangen in mir die Bilder an zu fließen – die Bilder der Reise, des Aufenthaltes in meinem Refugium, des Beobachtens und des Erwachens. Es sind schöne Bilder, aber ich brauche sie nicht mehr. So wie die Möwe ihre Feder losgelassen hat, so habe ich die Erinnerung losgelassen. Sie ist noch da, aber wir sind nicht mehr miteinander verwachsen. Ich brauche sie nicht mehr, um zu wissen, wer ich bin.

Die Möwe hat aufgehört zu schreien. Sie stößt sich von ihrem Stein ab und erhebt sich mit kräftigen Flügelschlägen, hinauf in den dunklen Nachthimmel. Ich blicke ihr nicht nach, sondern erhebe mich ebenfalls.



# Erster Teil

# Kapitel 1

Ich fuhr und fuhr und fuhr. Tausende von Kilometern fuhr ich. Warum? Warum fuhr ich immer weiter? Und wohin? Ich wusste es nicht. Ich suchte das Glück, die Freiheit, irgendeine Form der Erlösung von der Modellmenschenwelt, vor der ich davonfuhr, weil diese Welt mir unheimlich und fremd war. Verrückt kam sie mir vor, diese Welt, in der die Menschen versuchten, der Sinnlosigkeit zu entfliehen, indem sie sinnlose Dinge taten. Diese Welt, in der sich die Menschen fortwährend selbst und gegenseitig zerstörten und glaubten, das sei eben normal. Diese Welt, in der die Menschen dieses *Normal* nicht hinterfragten, sondern sich in ihrer Angst und Unsicherheit an Konventionen und Modelle klammerten. Die Welt der Modellmenschen, die die Strukturen, in denen sie lebten, für die tatsächliche Wirklichkeit hielten. Die Welt der Menschen, die versuchten, der Zerstörung zu entkommen, deren Quelle sie selbst waren. Vor dieser Welt war ich auf der Flucht, denn ich sehnte mich so sehr nach Freiheit vom allgegenwärtigen Leid in dieser Welt.

Unterwegs wurde mir schnell klar, dass auch ich voll war von Angst. Da war zum Beispiel die Angst vor der Bewegungslosigkeit, die – wenn ich sie genauer betrachtete – die Angst vor Zeitknappheit war. Ich fürchtete, dass mir die Zeit ausgehen könnte, bevor ich mein Ziel – Freiheit und Glück – erreicht hatte. Was mich so unruhig machte, war, dass ich nicht wusste, wo mein Ziel lag. Ich kannte den Weg nicht. Aber weil es mir sinnvoller vorkam, als mich immerzu nur auf die nächste Vergnügung zu stürzen – die nächstbeste kleine, kurzzeitige Erlösung vom ständigen Verlangen und der Angst –, fuhr ich und fuhr und fuhr. In einem kleinen Auto, das mir auf dieser Suche mein Zuhause war.

Und aus der Angst entsprang die Hoffnung, irgendwann, irgendwo auf einen Hinweis, einen Wegweiser zu stoßen. Die Hoffnung war also nichts weiter als ein Ast des Baumes der Angst. Ausdruck der Sehnsucht nach Freiheit war sie. Wollte ich wirklich frei sein, durfte ich mich nicht an diesen Ast klammern, sondern musste vordringen zur Wurzel des Baumes. Also fuhr ich und fuhr und fuhr, ohne zu wissen, wo mein Ziel lag und ob es überhaupt eines gab.

Manchmal hielt ich abrupt am Straßenrand an, weil die Richtung, in die ich fuhr, sich falsch anfühlte. Doch nicht richtiger fühlte sich jede andere an. So stand ich dann eine Zeit lang am Straßenrand. Unruhig in mir suchend nach einer Entscheidung, um diese, wenn fündig geworden, wieder und wieder anzuzweifeln, zu verwerfen und nach einer neuen zu suchen. Bis ich irgendwann weiterfuhr, in irgendeine Richtung. Die Unruhe blieb, fuhr immer mit. Dieses Gefühl der Unsicherheit,



ob ich auf dem richtigen Weg zum richtigen Ort war. Aber da die Unsicherheit in jeder Richtung mitfuhr, begann ich zu ahnen, dass es womöglich nicht von Bedeutung war, in welche Richtung ich mit meinem Auto fuhr. Himmel war Himmel, Erde war Erde. Hunger hatte ich überall. Diese Erkenntnis war das erste kleine Ergebnis des Umherfahrens, des mich Aufhaltens an keinem festen Ort. Es war ja eine Tatsache, dass ich war, wo ich war. Und ohne dass ich mich dafür anstrengte, erfuhr ich, dass ich sehr viel zufriedener war, wollte ich nicht woanders sein als dort, wo ich im jeweiligen Moment war.

Nach einem dieser Stopps trieb mich der Hunger hinein in ein Dorf. Es verlangte mich nach einem frisch gebackenen, sättigenden Laib Brot. In einer Bäckerei war es, da entdeckte ich – als ich von innen die Tür schloss – ein schlichtes Stück Papier, das mit Klebestreifen an die Glasscheibe geheftet war. In geschwungener Handschrift stand darauf mit roter Tinte geschrieben:

*Suchen Sie eine Oase der Ruhe?*
*Suchen Sie wohltuende Einsamkeit und Stille?*

*– Refugium an abgeschiedenem Ort in schöner Natur zu vermieten* –*

*Charlotte + Telefonnummer*

** nur für längeren Zeitraum*

Als ich mein Brot hatte, blieb ich noch einmal vor dem Zettel stehen und las die fünf Zeilen wieder und wieder durch. Eine Weile verging, eine Minute vielleicht, in der ich mich nicht von ihnen lösen konnte. Es war, als greife eine unsichtbare Hand daraus hervor, die mich festhielt, während etwas Verborgenes, das in den Worten lag, sich seinen Weg bahnte, tief in mein Inneres. Schließlich zuckte ich mit den Schultern, was den Griff löste, notierte mir vorsichtshalber Charlottes Telefonnummer und verließ die Bäckerei.

Zu meiner Zufriedenheit fand ich in direkter Nähe ein Lebensmittelgeschäft, in dem ich ein Stück Käse und eine Flasche Wasser kaufte. Dann ließ ich mich auf einer Bank in einem kleinen Park nieder, um bei einem Picknick über die Refugiums-Annonce zu sinnieren. Irgendetwas hatte sich in mir eingenistet. Ein zarter Keim, den die Worte tief in mich gepflanzt hatten, begann ganz langsam auszutreiben, und das machte mir ein warmes Herz. Ich spürte es wohlig in meiner Brust. Die Wärme breitete sich auf meine Arme aus, dann in meinem ganzen Körper. Dieser Ort … dieser von den roten Worten beschriebene Ort … fühlte sich irgendwie richtig an. Ein zartes, subtiles Gefühl, mehr nicht. Gleichzeitig fühlte ich eine Müdigkeit, fühlte mich des Reisens, des ziellosen Umherbewegens, müde. Oder besser, das erste Mal wurde ich mir der Müdigkeit in dieser Deutlichkeit bewusst. Und für einen kleinen Moment vernahm ich in stechender Klarheit in mir die Worte, die da, wie von meinem Geist hingespuckt, auftauchten.

*Die Freiheit ist innen und es gibt keinen Weg.*



War es der von den roten Worten beschriebene Ort, der das Wohlgefühl auslöste, oder war es die Aussicht auf das Ende des Bewegens? Die Klarheit verschwand, wie sie aufgetaucht war.

# Kapitel 2

Aber es befiel mich bei dem Gedanken, mich an einem Ort niederzulassen, mich nicht weiter fortzubewegen, auch wieder diese Angst. Ich spürte sie als Enge, die sich in der Brust über die Wärme legte. Unvermittelt fasste ich mir an den Kragen meines Hemdes und zog daran. Da war diese Rastlosigkeit, die mich seit 14 Monaten kreuz und quer über den Kontinent fahren ließ. Drei Tage waren die längste Zeit gewesen, die ich an einem Ort geblieben war, bis sie mich weitergetrieben hatte. Diese Unruhe, die ich mit mir herumtrug, sie war *in* mir, war mit mir verwachsen, und ständig schien sie zu schreien: »Bewegen! Bewegen! Bewegen! Such! Such! Such! Hier ist es nicht!« *Wer* schrie da? War *ich* das? Aber zu wem sprach ich denn dann? Eher fühlte es sich an, als wäre ich von einem Dämon besessen, der mich vollplapperte.

Wenn ich nicht fuhr, dann machte ich lange Spaziergänge, machten *wir* lange Spaziergänge, der Dämon und ich. »Weitergehen! Weiter! Weiter! Weiter! Nur nicht zum Stillstand kommen! Such! Such! Such!« Dieses



Etwas in mir plapperte und plapperte und plapperte. Genau wie ich schien es vom Wunsch getrieben zu sein, irgendwo anzukommen, etwas zu erreichen. Es sehnte sich offenbar genauso nach Ruhe und Frieden und Freiheit. Seltsam war bloß, dass das in seinem Fall bedeutete, dass es sich nach Freiheit von sich selbst sehnte – war es doch das ständige Geplapper, das die Ruhe störte. In mir brachte das mehr und mehr die Frage in den Vordergrund, wer *ich* denn war. Wollte der plappernde Dämon etwas erreichen oder ich? War ich diese Stimme, die da andauernd plapperte? Aber zu wem sprach sie dann? Bildete ich mir die Stimme ein, oder war der davon getrennte Zuhörer eine Einbildung? War ich beides? Warum konnte ich dann nicht einfach still sein, und es herrschte Frieden? Irgendwie war das ziemlich verwirrend. Und irgendetwas an dieser ganzen Sache musste eine Illusion sein, das schien mir offensichtlich. Doch es machte mir Angst, was hinter der Illusion auftauchen könnte. Wenn ich eine Illusion sein sollte, könnte ich mich dann vielleicht auflösen durch den Blick hinter die Illusion?

Trotz der Angst – Je mehr ich mich diesen Fragen hingab, desto stärker formte sich in mir der Wunsch nach Klarheit: *Wer war ich?* Die Antwort auf diese eine Frage würde Ruhe bringen, dessen wurde ich mir allmählich gewiss. Nur wusste ich noch nicht, wo danach zu suchen war.

Auf einem dieser Spaziergänge war es, da kam ich an einem Heufeld vorbei. Ich wollte diesen duftenden Ort für eine kurze Rast nutzen, doch meine Beine gehorchten nicht, blieben nicht stehen. Also betrat ich das Heufeld

und ging darauf umher. Nach einer Weile begann ich, die Bahnen zwischen den Schwaden abzugehen, die parallel verlaufend, längs des Feldes, aufgehäuft waren. Langsam und bewusst ging ich Bahn für Bahn ab, in abwechselnder Richtung, und sank dabei immer tiefer in mich hinein. Gleichzeitig nahm ich alles um mich herum wahr, womit meine Sinne in Kontakt kamen.

*Der Duft des Heus; die Wärme der Sonne auf meiner Haut, wo sie unbedeckt ist; wärmer unter der Kleidung; die Bewegung der Luft, Windstöße in meinem Gesicht: ein leichtes Reiben, kurze Abkühlung, dann wieder wärmer; das Zwitschern der Vögel; die zart knackenden Geräusche meiner Füße auf dem abgemähten, sonnengetrockneten Boden; die Geräusche aus der Umgebung – wie ein sanfter Teppich, der nur manchmal barsch aufgerissen wird von aufflackerndem Menschengelärm; das Gefühl in meinen Fußsohlen, den Beinen, dem Rumpf, den Armen, dem Kopf …*

Berauscht von den vielen unterschiedlichen Empfindungen ging ich und ging. Bahn für Bahn. Vom Eifer gepackt ging ich – vom Eifer, immer neue Empfindungen wahrzunehmen, immer feinere, immer subtilere. Wie sich alles veränderte, wenn ich auf die Seite des Feldes kam, das im Schatten der Bäume lag …

*Die Wärme weicht einer aufdringlicheren Kühle; der Duft ein anderer, intensiver im Schatten; der Boden unter meinen Füßen weicher; die Knackgeräusche gedämpfter als in der Sonne. Veränderung. Veränderung. Veränderung.*



*Wieder und wieder. Und immer und immer wieder. Veränderung. Veränderung. Veränderung.*

Ich ging. Sonne … Schatten … Sonne … Schatten … Sonne … Schritt für Schritt, Meter für Meter, Bahn für Bahn, hin und her und hin und her, bewegte ich mich langsam von einer Seite des Feldes zur anderen. Und wieder zurück. Bahn für Bahn. Keine glich dabei der anderen. Das Erlebte auf jeder Bahn neu, noch nie da gewesen. Noch nie vielleicht in all den Milliarden von Jahren, die die Erde existierte, war für die Dauer einer Heufeldbahn die Komposition aus Geräuschen, Wind, Wärme, Duft … dieselbe gewesen. Spätestens, wenn man das wahrnehmende Wesen mit einschloss, war die Situation ganz bestimmt noch nie dieselbe gewesen und wird nie wieder dieselbe sein. Es war offensichtlich: Moment für Moment war die Wirklichkeit neu zusammengesetzt. Jeder Moment war neu. Aber wir glaubten, in einer statischen Wirklichkeit zu leben, waren blind für die immer neue Realität, die sich in jedem Moment einstellte. Wir sahen nicht was war, sondern was wir dachten, was sein müsste. Immer verknüpften wir unsere Wahrnehmung mit der Vergangenheit. Offenbar machte mein Hirn das Vergangene zu einem Teil des Gegenwärtigen. Wie ein färbender Schleier legte sich die Vergangenheit im Augenblick der Wahrnehmung auf alles, was ich als gegenwärtige, tatsächliche Wirklichkeit wahrzunehmen glaubte. Das bedeutete, dass ich nicht imstande war, klar zu sehen. Niemals sah ich den neuen Moment in seiner Frische und Einzigartigkeit. Niemals sah ich, was wirklich war, denn ich sah durch die Brille der Vergangenheit.

*Die Vergangenheit bestimmt, wie ich die Dinge sehe. Die Vergangenheit ist alles, was ich weiß, alles, woran ich mich erinnere. Ist es denn möglich, meinen Blick von diesem färbenden Schleier zu befreien? Das, was ich als Welt wahrnehme, existiert nur in meinem Bewusstsein. Wie gern würde ich hinter die Fassade des Gewussten blicken … Bin ich vielleicht gerade das – die Färbung der Wirklichkeit? Ist sie nicht alles, was mich ausmacht? Bin ich überhaupt noch, ohne die individuelle Färbung; ohne meine Perspektive auf das, was ist? Ohne sie habe ich jedenfalls keinen Standpunkt mehr. Und damit ist doch alles, was meine Individualität ausmacht, nicht mehr da … Bin ich am Ende vielleicht gar nicht so individuell, wie ich zu sein glaube? Existiere ich als Person nur im verzerrten Blick auf das, was ist? Das würde bedeuten, dass das Erreichen des klaren Sehens der Realität – so, wie sie ist – meinem eigenen Tod gleichkäme. Dann wäre das Sterben der individuellen Identität – des … Egos – der Preis für das klare Sehen. Wenn ich nicht länger an meiner individuellen Identität festhalte, kann ich dann hinter die Fassade des Gewussten blicken?*

Anstatt meinen Gedanken weiter nachzugehen, richtete ich meine Aufmerksamkeit wieder ganz auf das Jetzt. Ich ging. Wachsam. Aufmerksam. Nahm wieder die Veränderung wahr. Entstehen, Vergehen. Auftreten, Verschwinden. Immerzu. Alles kam mir wie ein Fluss vor, nichts von dem, was ich wahrnahm, war beständig, alles war dynamisch: trat auf, verging, trat auf, verging … Nichts als ein Fließen, ein immerwährendes Fließen. Nichts war zu halten. Nichts. Tief sank ich in diesen Fluss. Die



Wahrnehmung der Augen darauf beschränkt, mich auf der Bahn zu halten. Die Bahnen wurden zu Tagen in einem Leben. Ich durchlebte Wochen und Monate in Heufeldbahntagen. Keiner glich dem anderen. Jeder neu – ward nie, wird nie mehr. Zu Jahren. Jedes neu – ward nie, wird nie mehr. Zu ganzen Leben. Einzigartig, neu – ward nie, wird nie mehr … Logisch! Davon gab es ja nur eines. Oder nicht? Gab es da womöglich auch mehrere? In diesem Zustand der Flusseswahrnehmung – beim Beobachten dieses ständigen Entstehens und Vergehens – hielt ich es nicht mehr für ausgeschlossen, dass auch nach dem Tod wieder etwas entstand. Und wieder verging. *Das* war logisch! Mit meinem Tod hörte schließlich nicht das Entstehen und Vergehen – der Fluss – auf. Es war lediglich dieses *Ich* nicht mehr da, das davor das Entstehen und Vergehen beobachten konnte. Der Wahrnehmer war fort, das Wahrgenommene lief weiter. Das Einzige, was wirklich starb, war meine Perspektive auf das ganze Geschehen – das perspektivische Bild des Geschehens, das sich mir jetzt noch ergab. Dieses Bild, das Moment für Moment neu entstand, das hörte mit dem Tod auf zu entstehen. Nur das Bild. Nicht das, was es abbildete. War ich auf einer tieferen Ebene also Teil des Flusses? Konnte ich überhaupt sterben? *Was* starb? Irgendwie war auch ich im Grunde nichts als ein fortwährendes Entstehen und Vergehen. Demnach war auch ich nicht mehr als ein Fluss, ein Fließen. Ein Fluss, dessen Existenz einzig im Vorgang des Fließens lag. *Wer war ich?*

Mir kam der Mönch in den Sinn, dem ich auf einem anderen Spaziergang in einem Wald begegnet war. Siddhartha Gautama, der Buddha, habe sich an seine frühe-

ren Leben erinnern können, als er schließlich Erleuchtung erlangt hatte. Unter einem Baum sitzend solle das gewesen sein. Was, wenn ich immer weiter ginge auf meinem Heufeld – immer weiter und immer tiefer in mich einsinken würde dabei? Wäre es vielleicht möglich, bis in meine früheren Leben zu gehen, wenn ich mich nur immer mehr konzentrierte, immer feinere Empfindungen und damit immer feinere Realitäten wahrnahm? Wobei … machte diese Frage überhaupt Sinn? Wenn *ich* nur der färbende Schleier war, was sollte denn dann *mein* Leben sein? Gab es das überhaupt? Konnte es ein vorheriges und ein zukünftiges geben? Wessen Leben sollte es sein? Gab es vielleicht einfach nur *Leben*? Und das *mein* gab es nur, solange wir daran festhielten, das gefärbte Bild für die Wirklichkeit zu halten?

Ganz deutlich fühlte ich in dem Augenblick, dass ich die eigentliche Realität – das, was wirklich *war* – in ihrer Gänze und Reinheit gar nicht kannte; dass das, was ich bisher für Realität gehalten hatte, nicht die tatsächliche war, sondern nur das gefärbte Bild. Aber ich fühlte auch, dass es sie gab. Und dass es möglich war, sie zu erfahren. Ich musste nur genug üben, musste meine Fähigkeit des Wahrnehmens trainieren. Irgendwie musste es mir gelingen, hinter diesen Wahrnehmer zu blicken – vorbei an der Färbung. Dann würde ich der Wahrheit Stück für Stück näher kommen. Das war es! *Da* war es! Da war *er!* Der Weg. Zumindest war es einer. Und dass er mich meinem Ziel näher bringen würde, davon war ich überzeugt. Jetzt hatte ich meinen Hinweis, den Wegweiser. Ohne zu verstehen, *wer* es letztendlich war, der das Ziel erreichen wollte, war ich noch immer getrieben von der



Suche nach einem Weg dorthin. Noch war mir nicht klar, dass das Ziel im Ende des Suchens lag.

Während ich weiter die Bahnen auf dem Heufeld abging, passierte in mir etwas Bemerkenswertes. Zunächst plapperte mein Verstand wie gewohnt vor sich hin. Da waren all die Gedanken über meine Heufeldmeditation und über meinen Weg, über den Fluss, über meine Reise und mein Ziel und … da war die große Frage »*Wessen* Weg und *wessen* Leben und *wessen* Ziel?«. Es war die Frage nach dem, worauf ich alles bezog, die Frage nach *mir*, dem Sucher, dem Ursprung des Freiseinwollens. Aber als Antwort auf diese Frage blieb es einfach nur still. So sehr ich mich auch anstrengte, sobald ich den Blick in diese Richtung wandte, war da nichts. Immer konnte ich nur das ausmachen, was mit dem *Ich* in Verbindung stand – mein Leben, mein Ziel, meine Suche, mein Weg … Versuchte ich aber, das Subjekt für sich zu betrachten, blieb es still. Und das war keine Stille, wie ich sie kannte. Es war eine grenzenlose Stille, die alle Gedanken umgab, sie in sich aufnahm, absorbierte. In der Frage nach mir, nach dem Ursprung der Gedanken – dem Denker –, schien sich mein unruhiger Geist aufzulösen. Wo eben noch gedanklicher Lärm geherrscht hatte, war es jetzt vollkommen still, und diese Stille hatte etwas sehr Klares. Als hätte sich eine milchige Scheibe in eine klare gewandelt, war es, als hätte ich plötzlich Einsicht in etwas, das bisher hinter dieser Scheibe verborgen geblieben war, wie sehr ich mich auch angestrengt hatte, etwas zu erkennen. Jetzt musste ich mich nicht einmal anstrengen und … sah. Fasziniert blickte ich in diese stille Klarheit und drang tiefer ein.

*Da ist ein Gedanke, der nach dem eigenen Ursprung, dem Denker, fragt. Dieser Denker erschafft sich doch permanent neu, eben und allein durch das Denken – den Gedanken. Nur in ihm selbst ist er existent. Also hat der Gedanke keinen Denker als Ursprung. Der Gedanke selbst ist der Denker. Und umgekehrt. Die beiden sind eins. Es ist wie beim Wind, der weht. Es gibt ihn nicht als eigenständiges Etwas – das Wehen ist der Wind. Das würde ja bedeuten, dass da hinter den Gedanken keiner ist – nur noch mehr Gedanken, die permanent den Denker erdenken. Der Denker wäre damit nichts als ein Gedankenkonstrukt. Mindestens steckt hinter jedem Gedanken der Gedanke, dass ich der Denker bin. Und mit dem Wollen … ist es nicht genau das Gleiche? Oder bin ich schon zu lange in der Sonne? Nein, ich sehe es klar. Der Wollende ist allein im Wollen existent. Er denkt, er sei der Wollende, weil da der Gedanke ist »Ich will«. Aber der Gedanke selbst ist der Denker und das Wollen ist der Wollende … Die Trennung ist erfunden … ein Mythos! Moment … bin ich … ein Mythos?!*

Ich bekam Angst. Es war die Angst, gleich nicht mehr da zu sein – die Angst vor dem Tod. Gleichzeitig aber sagte mir etwas, dass ich mich nicht gegen die Angst wehren solle. Also ließ ich sie da sein, gab mich ihr einfach hin, was mir einigermaßen gelang, da ich noch immer hinter der Angst die Stille erkennen konnte – dieses friedliche Wohlgefühl, in dem sich das permanente Geplapper aufgelöst hatte.

Mit einem Mal war die Stille absolut. Die Angst und auch die letzten Gedankenfetzen – alles fort. Selbst wenn



ich versuchte zu denken, blieb es still – vollkommen und absolut still. Kein Gedanke wollte sich mehr formen lassen, und im Zentrum dieser grenzenlosen Stille war nur noch der Moment, in dem sich immerzu eine neue Wirklichkeit einstellte. Und niemals kam dieser Prozess zum Stillstand. Sowie eine neue Wirklichkeit sich eingestellt hatte, verging sie sogleich und machte einer wiederum neuen Platz, die ebenfalls unmittelbar verging und den Platz freigab für eine neue. Da stand nichts still. Und all das lief in einer solchen Geschwindigkeit ab, dass ich es mit meinem Verstand nicht fassen konnte. Dieser Prozess entzog sich der Zeit, die Geschwindigkeit ließ sich weder messen noch beschreiben. Selbst wenn ich sagte, dass sich in der Dauer eines Wimpernschlags so oft eine neue Wirklichkeit einstellte, wie es Sandkörner auf der Erde gab, drückte das nicht annähernd aus, wie schnell sich das alles vollzog. Er war nicht mit Zeit zu messen – der Fluss. Alles bündelte sich in einem unaufhörlich neu entstehenden Jetzt. Und ich war mittendrin und fühlte nicht, dass ich von dem, was da vor sich ging, getrennt gewesen wäre. Da wurde mir klar, dass ich nie woanders gewesen war, dass man gar nicht anderswo sein konnte, weil dieses immer neue Jetzt das Einzige war, was es letztendlich gab. Alles andere war erdacht, war eine Flucht vor dem Jetzt, in Räume, die nur das Denken erschuf. Der Denker. War es wirklich so einfach? Und so absurd? Je mehr ich es betrachtete, desto größer wurde meine Verwunderung darüber.

*Leben wir wirklich als Idee, die wir selbst permanent neu erschaffen? Verpassen wir etwa das ganze wirkliche*

*Leben, weil wir uns so sehr an diese Idee klammern?! Opfern wir das tatsächliche Leben für eine Idee davon? Warum tun wir das?*

Mir fiel auf, dass ich wieder zu denken angefangen hatte, die Stille war vorüber. Ja, ich dachte, aber von der Vorstellung, dass ich der Denker war, war ich jetzt nicht mehr so überzeugt wie zuvor – bevor ich dieses Heufeld betreten hatte. War *das* wirkliche Freiheit? Die Freiheit von der Idee, der Denker zu sein – oder überhaupt dieser Jemand, der wir zu sein glaubten?

Bei alldem ging ich noch immer auf dem Heufeld Bahn für Bahn ab. Zum wiederholten Mal kam mir der Mönch aus dem Wald in den Sinn. Buddha Siddhartha, hatte er erzählt, solle sich vor seiner Erleuchtung fest vorgenommen haben, nicht eher wieder aufzustehen unter seinem Baum, ehe er erleuchtet sei. »Je nachdem, wie lange es dauert«, dachte ich jetzt, »ist Sitzen vielleicht die bessere Wahl als Gehen. Moment mal! Der saß einfach bloß … war nicht in Bewegung …«

Das rüpelhafte Geräusch einer Motorsäge riss mich unsanft aus meinen Gedanken und zurück an die Oberfläche. Lauteres Vogelgezwitscher – ich war auf der Seite des Feldes angekommen, wo es von Bäumen und Sträuchern begrenzt war. Dazu das penetrante Geräusch eines Propellerflugzeugs, das mit der Motorsäge um den vordersten Platz stritt. Ich wußte nicht, wie lange meine Heufeldmeditation gedauert hatte, aber es mussten mehrere Stunden gewesen sein, denn es war jetzt deutlich kühler. Die Hitze des Tages hatte sich gelegt, die Sonne an Kraft verloren. Ich fröstelte.



Nach ein paar erfolglosen Versuchen, wieder auf tiefere Ebenen zu gelangen, beendete ich meine Heufeldmeditation und begab mich zurück auf den Weg. Aus den befremdlichen Blicken eines daherkommenden älteren Paares, insbesondere dem Blick der Dame, schloss ich, dass ich den Rückweg an die Oberfläche vielleicht doch noch nicht ganz abgeschlossen hatte. Ich wollte einen freundlichen Gruß murmeln. Das Geräusch aber, das aus meinem Mund kam, wurde von den Herrschaften offenbar nicht als solcher erkannt. Jedenfalls blieb der Gruß unerwidert und die Dame drängte ihren Mann zu einem schnelleren Schritt. Im Hintergrund quengelte die Motorsäge noch ein paar Mal, bevor sie verstummte. Während aus der Ferne leise Musik und lachende Männerstimmen durch die frische Abendluft zu mir drangen und von ausgelassenem Beisammensein kündeten, begab ich mich zu meinem kleinen Auto zurück.

Jetzt hatte ich also einen Weg. Auch wenn er vor meinem inneren Auge immer wieder verschwamm – ich ihn nicht greifen konnte –, wusste ich doch, dass er da war und ich mich auf ihm befand. Und ich wusste, dass es der richtige war und dass der Ort für diesen Weg keine Bedeutung hatte. Ich spürte eine untrügliche Intuition in mir, die mich ans Ziel bringen würde.

Auf der Parkbank beschloss ich, Charlotte anzurufen und mir ihr Refugium anzusehen. Alles Weitere würde sich fügen. Nachdem ich diese Entscheidung getroffen hatte, verließ ich den Park und das Dorf wieder und suchte mir mit dem Auto einen Platz für die Nacht. Von dort rief ich Charlotte an.