

Arnold Bittlinger



Das Vaterunser

*erlebt im Licht von
Tiefenpsychologie und
Chakrenmeditation*

Arnold Bittlinger

Das Vaterunser

Kostenlose PDF-Version

Satz:

Picture-Planet GmbH, Winterthur

Umschlagmotiv: Relief aus der St. Jakobuskirche
in Tübingen (ca. 11. Jahrhundert).

© Bettina Egli-Bittlinger

Basiert auf der Neuauflage 2017
(ISBN 978-3-905827-20-0)

ISBN 978-3-905827-56-9

www.metanoia-verlag.ch

Arnold Bittlinger

Das Vaterunser

Erlebt im Licht von Tiefenpsychologie
und Chakrenmeditation

*mit einem Vorwort
von Peter Schellenbaum*

Metanoia-Verlag

Inhalt

Vorwort	7
Zur Einführung	9
I. Das Vaterunser und die Chakren	11
II. Das Vaterunser als Gebet	21
III. Das Vaterunser im Licht der	
Analytischen Psychologie und der Chakren	27
1. Amen	27
<i>Das Amen im Licht der Analytischen Psychologie</i>	<i>27</i>
<i>Das Amen im Licht des Muladhara-Chakra</i>	<i>33</i>
<i>Meditation</i>	<i>36</i>
2. Erlöse uns von dem Bösen	38
<i>Erlösung vom Bösen im Licht der Analytischen Psychologie</i>	<i>38</i>
<i>Erlösung vom Bösen im Licht des Swadhisthana-Chakra</i>	<i>45</i>
<i>Meditation</i>	<i>47</i>
3. Führe uns nicht in Versuchung	48
<i>Versuchung im Licht der Analytischen Psychologie</i>	<i>48</i>
<i>Versuchung im Licht des Manipura-Chakra</i>	<i>53</i>
<i>Meditation</i>	<i>61</i>
4. Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben	
unseren Schuldigern	62
<i>Sündenvergebung im Licht der Analytischen Psychologie</i>	<i>62</i>
<i>Sündenvergebung im Licht des Anahata-Chakra</i>	<i>72</i>
<i>Meditation</i>	<i>77</i>

5. Unser tägliches Brot gib uns heute	78
<i>Die Bitte um Brot im Licht der Analytischen Psychologie</i>	<i>78</i>
<i>Die Bitte um Brot im Licht des Vishuddhi-Chakra</i>	<i>82</i>
<i>Meditation</i>	<i>87</i>
6. Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden.	
Dein Reich komme	88
<i>Der Wille Gottes im Licht der Analytischen Psychologie</i>	<i>88</i>
<i>Der Wille Gottes im Licht des Ajna-Chakra</i>	<i>93</i>
<i>Meditation</i>	<i>96</i>
7. Geheiligt werde dein Name. Unser Vater im Himmel	97
<i>Der himmlische Vater im Licht der Analytischen Psychologie ...</i>	<i>97</i>
<i>Der himmlische Vater im Licht des Sahasrara-Chakra</i>	<i>101</i>
<i>Meditation</i>	<i>104</i>
IV. Rückblick	105
Anhang	111
Abkürzungen	111
Anmerkungen	111
Literaturverzeichnis	125
Tabellen	130

Vorwort

Dieses Buch zum Vaterunser zeigt die erstaunliche Fruchtbarkeit der Begegnung von tiefenpsychologischem Erfahrungsweg, östlicher Weisheit und biblisch-christlicher Spiritualität. Arnold Bittlinger legt durch die Verbindung des Vaterunsers, das sich an den himmlischen Vater richtet, mit der fernöstlichen Lehre der Chakrenmeditation, die sich auf den irdischen, mütterlichen Wurzelbereich bezieht, eine neue Dynamik des sogenannten «Herrengebets» frei. Er beginnt dessen Betrachtung an seinem Ende, beim Amen, nämlich im Mütterlichen und Irdischen, und verstärkt diese Erfahrungsbewegung von unten nach oben durch den Bedeutungsreichtum der Chakren. Weil der Autor Glaube und Erfahrung zusammen sieht, entgeht er sowohl der Gefahr eines zwar engagierten, aber absolut-ausschliesslichen Christentums, als auch der Gefahr einer distanzierten Beliebigkeit, welche die Dynamik christlicher Lebensimpulse auflöst. Zwischen beiden bewegt er sich auf einem schmalen Grat, ohne aber je in das eine oder andere Extrem zu fallen.

Solche Brückenschläge haben ihre Schwierigkeiten bei Begriffsklärungen. Arnold Bittlinger gelingt die Erhellung wesentlicher Dimensionen und Inhalte des Vaterunsers (z. B. «Wille Gottes», «Vergebung», «das Böse») durch tiefenpsychologische Interpretationen auf faszinierende Weise.

Auch die Fallbeispiele aus therapeutischer Arbeit sind in knappen Zügen dicht und einleuchtend gezeichnet. Dieses ori-

ginelle, wissenschaftlich präzise und zugleich anschauliche Buch steckt mit seiner spirituellen Lebendigkeit an.

Es zeigt, dass die Tiefenpsychologie christliche Traditionen in neuer, auf menschlicher Tiefenerfahrung gegründeter Form weiterführen und erweitern kann.

Peter Schellenbaum

Zur Einführung

Der bekannte Arzt und Psychologe Carl Gustav Jung hat immer wieder auf die Notwendigkeit einer psychologischen Interpretation christlicher Glaubensaussagen hingewiesen.¹ Er selber hat in seinen Schriften vielfältig gezeigt, wie eine solche Deutung aussehen könnte.²

Die vorliegende Arbeit unternimmt ebenfalls den Versuch einer solchen Interpretation, und zwar am zentralen Gebet der Christenheit, dem *Vaterunser*³.

Bei diesem Versuch wollen wir so vorgehen, dass wir im Hauptteil der Untersuchung jeweils in einem *ersten Kapitel* eine Vaterunser-Aussage im Lichte der Tiefenpsychologie, näher in der *Analytischen Psychologie*, betrachten. Dabei geht es nicht darum, theologische Begriffe durch psychologische zu ersetzen. Es geht um die Frage, welche Möglichkeiten bestehen, theologische Aussagen und Begriffe psychologisch zu interpretieren. Eine solche Untersuchung bedeutet einerseits eine Einschränkung, denn sie kann nicht das gesamte historische Material zu den einzelnen Vaterunser-Aussagen berücksichtigen, sondern nur den jeweils psychologisch relevanten Teil. Andererseits bedeutet eine psychologische Interpretation eine Erweiterung und Vertiefung des traditionellen Verständnisses des Vaterunsers durch Einbeziehung des Beters und seiner realen psychischen Erfahrung. Ich persönlich kann theologische Aussagen überhaupt nur noch «verstehen», wenn sie durch die Erfahrung gedeckt sind.⁴

In einem *zweiten Kapitel* untersuchen wir dann jeweils die Vaterunser-Aussagen im Licht der menschlichen Energiezentren, der sogenannten *Chakren*. Auch hier vergleichen wir nicht die gesamte Bedeutungsbreite des jeweiligen Chakras mit den betreffenden Vaterunser-Aussagen, sondern jeweils nur den psychologisch relevanten Teil. Dabei lassen wir uns vor allem von den kommentierenden Anmerkungen leiten, die C. G. Jung im Jahre 1932 im Zusammenhang mit dem sogenannten «Hauer-Seminar»⁵ gemacht hat. Jung ging es dabei um ein westliches und psychologisches Verständnis der Chakren.

Sinn und Zweck einer Verbindung zwischen Vaterunser und Chakren besteht u. a. darin, dass auch der Körper in das Beten mit einbezogen wird.

In diesen beiden Kapiteln soll darüber hinaus jeweils deutlich werden, dass die Beterin bzw. der Beter des Vaterunser sich auf einen Weg begibt, der in der Geschichte des Volkes Israel und im Leben Jesu von Nazareth symbolisch vorgezeichnet ist. Ausserdem soll gezeigt werden, wie sich die Anliegen der einzelnen Vaterunser-Aussagen in der Welt der Visionen, Träume, Mythen und Märchen spiegeln. Dadurch wird deutlich, dass das Vaterunser nicht nur ein christliches Gebet, sondern auch ein Gebet der gesamten Menschheit ist.

Nachdem wir die jeweiligen Vaterunser-Aussagen im Licht der Analytischen Psychologie und der Chakren untersucht haben, lassen wir die Ergebnisse dieser Untersuchungen als Hilfe für die «Einverleibung» der vorausgegangenen Untersuchung jeweils in eine Meditation einmünden.

Zürich, Michaelis 1989

Dr. Arnold Bittlinger

I.

Das Vaterunser und die Chakren

Es war in der alten japanischen Tempelstadt Kyoto. Ich nahm an einer Konsultation des Ökumenischen Rats der Kirchen teil, bei der wir darüber nachdachten, wie die Spiritualitäten der verschiedenen religiösen und kulturellen Traditionen für das Christentum fruchtbar gemacht werden könnten. Es ergab sich, dass ich während dieser Konsultation mein Zimmer mit einem indischen Yogi teilte. Jeden Morgen und jeden Abend konnte ich ihn bei seinen Yoga-Übungen beobachten. Wir sprachen oft miteinander über Yoga, u. a. auch über die Bedeutung der menschlichen Energiezentren (Chakren) im Kundalini-Yoga.

Da ich mich bisher nur wenig mit «Chakren» und «Kundalini» befasst hatte, bat ich meinen Zimmergenossen um nähere Information. Daraufhin erklärte mir der Yogi, dass die am unteren Ende der menschlichen Wirbelsäule zusammengerollt ruhende Kundalini-Schlange («Kundalini» heisst die «Zusammengerollte») ein Symbol des *Kollektiven Unbewussten* und einer grossen emotionalen Energie sei. Diese Energie könne man auch als Libido, ewiges Leben oder als «Heiligen Geist» bezeichnen. Den Ruheplatz der Kundalini nenne man «Muladhara», d. h. «Wurzel-Zentrum». Dies sei das erste Chakra. Aufgabe der Meditation sei es nun, die gewaltige Kraft der Kundalini-Schlange durch die übrigen Chakren nach oben fliessen zu lassen bis hin zum «Sahasrara-Chakra», das seinen Sitz im menschlichen Scheitel habe. Durch den Aufstieg der Kunda-

lini-Schlange durch die Chakren erhalte der Mensch Anteil an der im Unbewussten ruhenden Energie. In dem Masse, wie der Meditierende sich diese Kräfte bewusst «einverleibt», erfahre er Befreiung von menschlicher Begrenzung, von Hunger, Durst, Schmerz und Tod.

Wir sprachen dann weiter darüber, wie eine solche Anschauung mit dem christlichen Glauben zu vereinen sei. Der Yogi meinte, dass es deutliche Parallelen gäbe zwischen den Aussagen der indischen Mythologie über den Gott Shiva und den Aussagen des Johannes-Evangeliums über Jesus. Jesus werde – wie Shiva – mit einer Schlange verglichen (Joh 3,14). Er verheisse denen, die ihn in ihrem Leben aufnehmen, ewiges Leben (Joh 3,36), das sich in einer Entgrenzung der menschlichen Begrenztheit (Joh 14,12) und in einer Überwindung des Todes (Joh 11,25f.) auswirke. Ein Inder habe deshalb keine Schwierigkeiten, die Kundalini-Kraft als «Jesus-Kraft» zu bezeichnen.

Dann sprachen wir über den Aufstieg der Kundalini-Energie durch die verschiedenen Chakren. Auf meine Frage, was ein Chakra sei, meinte der Yogi, dass das Sanskrit-Wort «Chakra» (gesprochen «Tschakra») «rotierendes Zentrum» oder «Rad in Bewegung» bedeute. Solange ein Chakra nicht von der Kundalini-Kraft erfüllt sei, sei es statisch und somit kein Chakra. Sobald sich jedoch ein solches Zentrum öffne und Energie einströmen lasse, beginne es zu rotieren und werde dadurch zu einem Chakra.

Später habe ich mich eingehender mit den Chakren befasst und Menschen kennengelernt, die die Fähigkeit haben, die Chakren zu sehen. Diese Menschen beschreiben die Chakren alle in ähnlicher Weise als wunderschöne blumenähnliche Gebilde in wechselnden Farben. Die ausführlichste Beschreibung fand ich bei Silvia Wallimann. Sie schreibt:

Ich sehe die Chakren, die Energiezentren, als blütenähnliche runde Gebilde, die in den verschiedensten Farben schillern.

Ihre Grösse und die Strahlkraft ihrer Farben sind von der Bewusstseinsentwicklung des Menschen abhängig. In ihrer Mitte haben sie eine kleine Vertiefung mit einem anderen Frequenzbereich als im Äusseren des Chakras. Diese Vertiefung gleicht einem Wirbel, in dem von aussen einströmende Energien blitzschnell wie in einem Schlund verschwinden. Von der wirbelartigen Vertiefung zieht sich ein feiner Kanal ähnlich einem Blumenstiel direkt in das Innere der Wirbelsäule. Ich bin fasziniert von diesem Bild, denn die Wirbelsäule sieht wie ein Baumstamm aus, dem die Blumenstiele wie Äste entspringen. Die glockenförmigen Blütenkelche, also die Chakren selbst, liegen an der Oberfläche des Ätherkörpers, der den physischen Körper durchdringt und ihn zugleich wie ein Mantel, wie eine Schutzschicht umhüllt.

Über die Öffnungen der Chakren fliessen die Energien aus dem Kosmos den feinstofflichen Körpern und den physischen Körperorganen zu. Die Chakren sind die Sinnesorgane aller feinstofflichen Bereiche. Wie atmende Blüten nehmen sie die Energien aus der Natur, aus den Gestirnen und anderen Dimensionen auf, wandeln sie in verschiedene Energieformen um und leiten sie dem Körper zu.⁶

In jenem Gespräch ging es dann um die unterschiedlichen Funktionen der einzelnen Chakren. Der Yogi erklärte mir, dass jedes Chakra eine ganz bestimmte Bedeutung hätte und dass beim Öffnen eines Chakras die einströmende Kundalini-Energie mit einer ganz bestimmten Gotteserfahrung verbunden sei. So würde im «Muladhara-Chakra» Gott als Quelle aller Energie erfahren, im «Swadhisthana-Chakra» begegne uns der Schöpfer-Gott, im «Manipura-Chakra», dem Feuerzentrum des Körpers, begegne uns der Gott, der zerstört und wieder neu schafft, im «Anahata-Chakra» werde Gott als ewige Vibration erfahren und im «Vishuddhi-Chakra» koste man Gott als lebensspendenden «Amrita» (= Nektar), im «Ajna-Chakra» erkenne man

die göttliche Wahrheit, deren Licht alles durchleuchte, und im «Sahasrara-Chakra» erfahre man die volle Vereinigung mit Gott und damit die Aufhebung aller Gegensätze.

Weiterhin meinte der Yogi, dass beim Aufsteigen der Kundalini durch die verschiedenen Chakren vieles, was wir verdrängt hätten (Ängste, Aggressionen usw.), belebt würde und dann in der Meditation angeschaut und überwunden werden könne.⁷ Durch diese Konfrontation mit der eigenen Dunkelheit würde der Meditierende allmählich die Furcht vor Tod und Teufel verlieren und so zu einem glücklicheren Leben befreit werden.

Bei diesen Gesprächen über den Aufstieg der Kundalini-Energie durch die einzelnen Chakren kam mir der Traum des Erzvaters Jakob in den Sinn, von dem wir in der Bibel lesen: «Jakob sah eine Leiter, die auf der Erde stand und mit ihrer Spitze an den Himmel reichte. Und die Engel Gottes stiegen an ihr hinauf und herab» (1 Mose 28,12). Das Johannes-Evangelium bezieht diesen Vers auf Jesus und sagt, dass «die Engel Gottes auf dem Menschensohn hinauf- und herabsteigen» (Joh 1,51). Die Himmelsleiter ist also Symbol für den in der Erde verwurzelten kosmischen Christus, auf dem die himmlischen Energien (= die Engel Gottes) hinauf- und herabsteigen. Indem «wir in Christus» sind und «Christus in uns» ist, haben wir Anteil an dieser Erfahrung.

Bei meinen Gesprächen mit dem Yogi bewegte mich immer wieder die Frage, wie diese hilfreiche Art der Meditation so für das westliche Christentum fruchtbar gemacht werden könnte, dass weder die abendländische noch die indische Tradition verfälscht würden.

Ich fragte mich, ob es z. B. eine Möglichkeit gäbe, das zentrale Gebet der Christenheit, das *Vaterunser*, mit einer Chakrenmeditation zu verbinden. Ich machte einen Versuch und teilte die einzelnen Vaterunser-Bitten so auf die Chakren auf, dass die beiden Elemente in ihrer Bedeutung jeweils einander ent-

sprachen und sich ergänzten. Schliesslich ergab sich eine Aufteilung, die mich einigermaßen befriedigte:

<i>Sahasrara-Chakra</i>	Unser Vater im Himmel Geheiligt werde dein Name
<i>Ajna-Chakra</i>	Dein Reich komme Dein Wille geschehe Wie im Himmel so auf Erden
<i>Vishuddhi-Chakra</i>	Unser tägliches Brot gib uns heute
<i>Anahata-Chakra</i>	Vergib uns unsere Schuld Wie auch wir vergeben unseren Schuldigern
<i>Manipura-Chakra</i>	Führe uns nicht in Versuchung
<i>Swadhisthana-Chakra</i>	Erlöse uns von dem Bösen
<i>Muladhara-Chakra</i>	Dein ist das Reich und die Kraft Und die Herrlichkeit in Ewigkeit Amen.

Doch dann ergab sich eine grosse Schwierigkeit: Ich hatte Mühe, die Chakren von oben nach unten zu meditieren. Es ging mir einfach gegen den Strich – ganz abgesehen davon, dass dadurch die östliche Tradition verfälscht wurde. Die Kundalini-Schlange steigt nun einmal von unten nach oben auf und nicht umgekehrt. Auch die Zeichen des «I Ging» werden von unten nach oben geschrieben.

Wie sollte ich dieses Problem lösen? Ich versuchte, mit dem Muladhara-Chakra zu beginnen. Aber dazu passte die Anrede

«Unser Vater im Himmel» wie eine Faust aufs Auge (der Himmel ist nun einmal oben und nicht unten!). Ähnlich erging es mir mit den anderen Zuordnungen. (Eine Ausnahme bildete das Anahata-Chakra. Es blieb bei beiden Reihenfolgen mit derselben Vaterunser-Bitte verbunden.)

Dann machte ich den umgekehrten Versuch: Ich versuchte, das Vaterunser rückwärts zu meditieren. Das ergab einen guten Sinn. Aber durfte ich das zentrale Gebet der Christenheit «auf den Kopf stellen»? Jesus hat seine Jünger gelehrt, das Gebet von oben nach unten zu beten. Und die christliche Gemeinde hat es nun schon fast zweitausend Jahre lang so gebetet. Durfte ich es da wagen, dieses Gebet von unten nach oben zu beten?

Mit dieser Frage im Herzen flog ich in die Schweiz zurück. Dort stöberte ich in den folgenden Tagen in der Vaterunser-Literatur. Dabei fiel mir ein Buch in die Hände, dessen Untertitel mich faszinierte: «Das Herrengebet von seinem Ende her»⁸. Ich schlug das Buch auf, las das Vorwort und staunte: Da hat doch ein katholischer Christ, der Jesuit Johannes Lotz, bereits vor einigen Jahren den Versuch gewagt, das Vaterunser rückwärts zu beten! Er meinte damals – genauso wie ich noch vor wenigen Augenblicken –, dass er der erste wäre, der auf diese Idee gekommen sei.⁹ Doch dann entdeckte er, dass bereits vor ihm der ostkirchliche Metropolit Anthony Bloom einen ähnlichen Versuch unternommen hatte.¹⁰

Ich blätterte im Büchlein von Lotz und stellte fest, dass er die Chakren nicht erwähnte, sondern den Rückwärtsgang durch das Vaterunser eher im Rahmen der traditionellen katholischen Spiritualität vollzog. (Auch Anthony Bloom, dessen Buch ich erst später einsehen konnte, erwähnt die Chakren nicht.)

Nachdem ein orthodoxer und ein katholischer Christ es gewagt hatten, das Vaterunser rückwärts zu beten und zu meditieren, fühlte ich mich als einer, der aus der reformatorischen Tradition kommt, in guter Gesellschaft, um ebenfalls einen sol-

chen Versuch zu wagen.¹¹ Ich griff also meinen in Japan begonnenen Versuch wieder auf und ordnete die einzelnen Vaterunser-Bitten den entsprechenden Chakren zu. Dabei gewann ich den Eindruck, dass die Doxologie «Denn dein ist das Reich ...», die ja in den ältesten neutestamentlichen Handschriften nicht enthalten ist und die bis vor kurzem von katholischen Christen nicht gebetet wurde, nicht so recht zum Muladhara-Chakra passt und den Fluss einer Von-unten-Meditation eher stört. Das «Amen» dagegen, mit dem die Christenheit das Vaterunser seit den ältesten Zeiten in allen Traditionen abgeschlossen hat, liess sich in geradezu idealer Weise mit dem Muladhara-Chakra verbinden. Und so fand ich schliesslich folgende Zuordnung der einzelnen Vaterunser-Bitten zu den entsprechenden Energiezentren:

Amen	<i>Muladhara-Chakra</i>
Erlöse uns von dem Bösen	<i>Swadhisthana-Chakra</i>
Führe uns nicht in Versuchung	<i>Manipura-Chakra</i>
Vergib uns unsere Schuld Wie auch wir vergeben unseren Schuldigern	<i>Anahata-Chakra</i>
Unser tägliches Brot gib uns heute	<i>Vishuddhi-Chakra</i>
Dein Wille geschehe Wie im Himmel so auf Erden Dein Reich komme	<i>Ajna-Chakra</i>
Geheiligt werde dein Name Unser Vater im Himmel	<i>Sahasrara-Chakra</i>

Nachdem ich dieses Meditationsschema entworfen und immer wieder meditiert hatte, ergab es sich ganz von selbst, dass ich als Abschluss der Meditation – verbunden mit dem Schliessen der Chakren – auch noch die Doxologie betete und somit wieder zum Amen zurückkehrte. Dabei liess ich die nach oben erhobenen Hände langsam über die einzelnen Chakren zurückgleiten:

Denn dein ist das Reich *Schliessen des Sahasrara- und
Ajna-Chakra*

und die Kraft *Schliessen des Vishuddhi- und
Anahata-Chakra*

und die Herrlichkeit *Schliessen des Manipura- und
des Swadhisthana-Chakra*

in Ewigkeit. Amen. *Schliessen des Muladhara-Chakra*

Dann kam mir der Gedanke, den einzelnen Chakren bestimmte Farben zuzuordnen. Dabei ergab sich jedoch erneut eine Schwierigkeit: Je mehr ich mich mit der einschlägigen Literatur befasste, desto verwirrender wurde das Bild. Jeder Autor schien seine eigenen Farbvorstellungen zu haben.¹²

Ausserdem sagten mir Esoteriker, die die Fähigkeit hatten, die Farben der menschlichen Aura und der Chakren zu sehen, dass die Farbe der Chakren beeinflusst würde vom jeweiligen Entwicklungsstand des betreffenden Menschen. Man könne deshalb die Chakren nicht auf bestimmte Farben festlegen.¹³

Diese Ansicht befriedigte mich jedoch nicht. Sie mag für die naturalistische, fotografierbare Seite der Chakren stimmen, aber mir ging es ja gar nicht um die «realistischen» Farben, sondern um die Farben-Symbolik. Und so überlegte ich: Welche Farbe

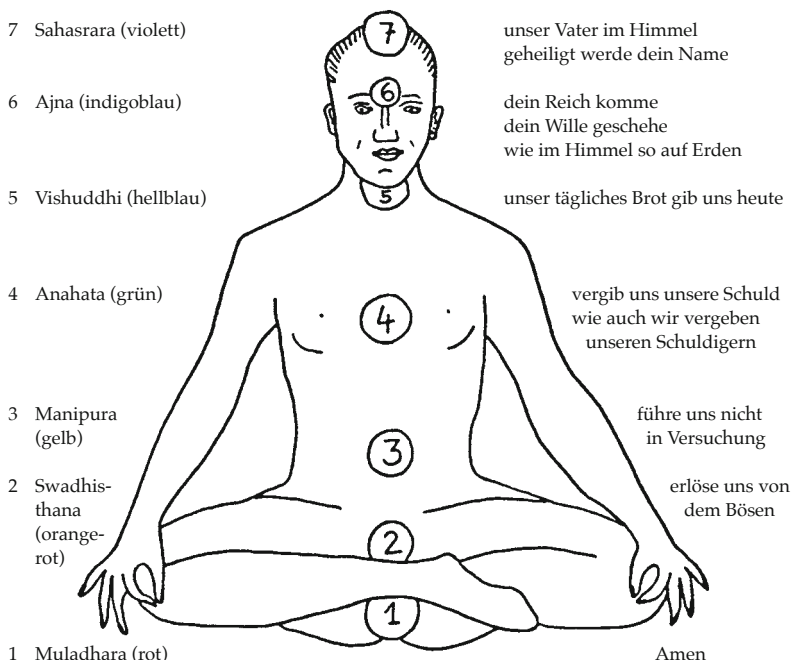
passt am besten zu der symbolischen Bedeutung des betreffenden Chakras? Dabei kam mir als erstes das Sonnengeflechts-Chakra (Manipura) in den Sinn, und es war mir klar, dass ihm die gelbe Sonnenfarbe zugeordnet werden müsste. Das himmlische Blau dagegen würde am ehesten zu den oberen Chakren passen, während der energiegeladene Urgrund des Muladhara-Chakra am besten durch ein kräftiges Rot symbolisiert werden könnte.

Während ich in meinen Überlegungen so weit gediehen war, begegnete ich auf einer Tagung einem jungen Grafiker, der gerade ein Cover für eine Chakrenmeditations-Kassette entworfen hatte. Dabei hatte er mit einer roten, diskusähnlichen Scheibe begonnen (Muladhara), die oben von einer gelben Scheibe (Manipura) überschritten wurde. Im Feld der Überschneidung entstand so ein Orange-Rot (Swadhisthana). Denselben Vorgang wiederholte er weiter oben, indem er die gelbe Manipura-Scheibe mit einer hellblauen Scheibe (Vishuddhi) überschchnitt, wodurch sich im Bereich der Überschneidung ein helles Grün (Anahata) ergab. Die hellblaue Scheibe mündete dann in eine indigoblaue (Ajna) und schliesslich in eine violette Scheibe (Sahasrara) ein.¹⁴

Ich war fasziniert und es war mir klar: Ja, so stimmt es! Muladhara ist rot, Manipura ist gelb und im Swadhisthana-Chakra begegnen sich die beiden Farben und bilden ein Orange-Rot. Im Anahata-Chakra dagegen begegnet das Gelb des Manipura-Chakra dem Blau des Vishuddhi-Chakra und bildet das Grün als Farbe des Übergangs und des Neubeginns. Von grosser Symbolkraft erschien mir auch, dass das helle Blau des Vishuddhi-Chakra sich im Ajna-Chakra vertiefte und dabei voller und dunkler wurde und sich schliesslich im Sahasrara mit dem Rot des Manipura vereinigte, wodurch das Violett dieses höchsten Chakras eine *coniunctio oppositorum* (Verbindung der

Gegensätze) bildete. Ja, so stimmt es. Diese Farben sind ja auch die Farben des Regenbogens!

Im Anschluss an dieses Aha-Erlebnis sind mir diese symbolischen Chakrafarben dann auch anderswo begegnet.¹⁵ Es ergaben sich somit folgende Zuordnungen von Chakren, Farben und Vaterunser-Bitten:



Die voneinander abweichenden deutschen Bezeichnungen der Chakren versuchte ich so auszuwählen, dass sie der Bedeutung der Chakren möglichst nahe kamen. Schliesslich entschied ich mich für folgende Bezeichnungen: 1. Wurzel-Chakra, 2. Polaritäts-Chakra, 3. Sonnengeflechts-Chakra, 4. Herz-Chakra, 5. Hals-Chakra, 6. Stirnauge¹⁶, 7. Kronen-Chakra.

II.

Das Vaterunser als Gebet

Das Vaterunser ist ein Gebet. Im Matthäus-Evangelium leitet Jesus das Vaterunser mit den Worten ein: «So sollt ihr *beten*» (Mt 6,9), und im Lukas-Evangelium bitten die Schüler Jesu ihren Lehrer: «Herr, lehre uns *beten*.» Jesus antwortet auf diese Bitte mit dem Vaterunser, das er mit den Worten einleitet: «Wenn ihr *betet*, dann spricht ...» (Lk 11,1)

Was aber ist ein Gebet? Ein modernes, vielgesungenes Lied antwortet auf diese Frage: «Beten heisst: reden mit Gott und hören.»¹⁷ Was aber heisst «reden mit Gott»? Wer ist Gott?

Über «Gott» an sich kann die Analytische Psychologie keine Aussagen machen, sondern nur über das *Gottesbild* in der Seele des Menschen. So schreibt Peter Schellenbaum:

*Das Wort «Gott» bezeichnet kein konkret mit unseren Sinnen und unserem Denken fassbares bestimmtes Gegenüber, wie z. B. die Wörter «Vater, Mutter, Baum, Wasser, Frau, Freund», die «gleichzeitig Bilder» sind. Das Wort «Gott» kann nur dann zu einem Gegenüber werden, wenn es ebenfalls zu einem aus der persönlichen Erfahrung gewonnenen Bild wird, jedoch nicht zu einem x-beliebigen Bild, sondern zu einem Bild, das der allumfassenden Bedeutung des Wortes «Gott» adäquat ist. (...) Ein Bild wird erst zum Gottesbild, wenn es (...) den zentralen Archetyp des Selbst belebt.*¹⁸

«Gottes-Bilder», die nicht das Selbst, sondern z. B. einen Schattenaspekt¹⁹ oder einen Vaterkomplex beleben, sind somit kei-

ne echten Gottesbilder.²⁰ Ein echtes Gottesbild ist identisch mit dem, was die Analytische Psychologie unter dem «Selbst» versteht.²¹

Was aber ist das Selbst? Nach C. G. Jung ist das Selbst «eine dem bewussten Ich übergeordnete Grösse. Es umfasst nicht nur den bewussten, sondern auch den unbewussten Anteil der Psyche und ist daher sozusagen eine Persönlichkeit, die wir auch sind».²² Das Selbst «ist uns fremd und doch so nah, ganz uns selber und doch uns unerkennbar, ein virtueller Mittelpunkt von geheimnisvoller Konstitution».²³ «Die Anfänge unseres ganzen seelischen Lebens scheinen unentwirrbar aus diesem Punkt zu springen, und alle höchsten und letzten Ziele scheinen auf ihn hinauszulaufen.»²⁴

Genau das, was C. G. Jung hier über das Selbst sagt, könnte ein christlicher Theologe auch von Gott sagen. Das christliche Gottesbild ist somit identisch mit dem, was die Analytische Psychologie unter dem Selbst versteht. Ein solches Gottesbild steht auch nicht «jenseits von männlich und weiblich (...)», sondern es enthält die vollkommene Vereinigung aller Gegensätze und ist deshalb zugleich männlich *und* weiblich»²⁵, in ihm «sind alle Polaritäten sowohl enthalten als auch aufgehoben, es steht ausserhalb und vor allen Gegensätzen und ist doch deren Ursprung»²⁶.

Was aber heisst «reden mit Gott»? Der dänische Theologe und Philosoph Kierkegaard hat einmal gesagt: «Der Beter ringt mit Gott im Gebet und siegt dadurch, dass Gott in ihm siegt.» Wieso ist «Reden» mit Gott ein «Ringende» mit Gott? Das Gottesbild in der Tiefe unserer Seele ist ein «verschleiertes» Gottesbild, ähnlich dem verschleierten Gottesbild im ägyptischen Tempel von Sais, dessen Schleier niemand lüften darf. Novalis hat die von Plutarch überlieferte und von Schiller dichterisch gestaltete²⁷ Legende weitergeführt und gefragt, wie dieses Bildnis

trotzdem enthüllt werden kann. Er hat in seinen «Lehrlingen zu Sais» die Antwort gegeben: «So müssen wir Unsterbliche zu werden versuchen und müssen den eigenen Weg verfolgen.» Von einem, der diesen eigenen Weg gegangen ist und schliesslich das Bildnis von Sais enthüllte, heisst es: «Er sah – Wunder des Wunders – sich selbst.»²⁸

Das Gottesbild, das in der Tiefe unserer Seele verborgen ist, wird enthüllt, wenn wir den Weg in die Tiefe gehen. Die Vater-unser-Chakrenmeditation kann zu einer Hilfe auf diesem Weg in die Tiefe werden. Dieser Weg ist kein einfacher Weg, sondern er führt durch die Auseinandersetzung mit dem Bösen, mit der Versuchung und mit der Schuld zu unserem wahren Selbst und damit zu Gott. Wer dagegen versucht, den Schleier vorschnell und mit Gewalt vom Gottesbild zu reißen, dem ergeht es wie dem Jüngling in Schillers Ballade, der wehklagend ausruft: «Weh dem, der zu der Wahrheit geht durch Schuld – sie wird ihm nimmermehr erfreulich sein.»²⁹

Über dem Gottesbild in uns, d.h. über unserem wahren Selbst, ist viel Falsches und viel Gerümpel gelagert, das sich im Lauf unseres Lebens angesammelt hat. Wenn wir deshalb zu «Gott» (d.h. zu unserem wahren Selbst) vordringen wollen, gilt es, durch all den Unrat hindurch und gegen die Stimme unseres falsch programmierten Ichs auf die Stimme des Selbst zu lauschen und mit ihr ins Gespräch zu kommen. Es ist ein Ringen auf Leben und Tod, wenn wir dabei mit den Mächten des Unbewussten und mit unseren Schattengestalten konfrontiert werden und in ihnen und durch sie hindurch die Stimme unseres wahren Selbst hören. Im Getriebe des Alltags können wir diese Stimme übertönen – nicht aber im Gebet, denn echtes Beten ist ein leidenschaftliches Verlangen nach der Stimme unseres wahren Selbst.

Und was bedeutet es schliesslich, dass Beten als «Hören» bezeichnet wird? Hierzu ein zweites Kierkegaard-Wort, das das erste ergänzt:

*Als sein Gebet
immer andächtiger und innerlicher wurde,
da hatte er immer weniger und weniger zu sagen;
zuletzt wurde er ganz still.
Er wurde,
was womöglich noch ein grösserer Gegensatz
zum Reden ist,
er wurde ein Hörer.*

*Er meinte erst, Beten sei Reden,
er lernte aber,
dass das Beten nicht bloss Schweigen ist,
sondern Hören.*

*Und so ist es:
Beten heisst nicht, sich selbst reden hören,
beten heisst,
stille werden und stille sein und harren,
bis der Betende Gott hört.*

Eine alte Legende berichtet, dass Jesus durch eine *conceptio per aurem*³⁰ (d.h. durch das Ohr) empfangen wurde.

Und wer ist Jesus? Jesus wird im Neuen Testament als ein «Abbild» Gottes bezeichnet (Kol 1,15). Im Licht der Analytischen Psychologie bedeutet dies, dass Jesus ein Modell eines «Ich» ist, das «in Übereinstimmung mit dem Selbst funktioniert» und «das, was das Selbst will, dass es geschehe, völlig ausdrückt.»³¹ So sagt es auch Jesus: «Der Sohn tut nichts aus sich selber, son-

dern das, was er den Vater tun sieht, das tut gleichermassen auch der Sohn.» (Joh 5,19)

«Beten» heisst also, auf die Stimme unseres wahren Selbst lauschen – bis diese Stimme in uns «siegt», d.h. bis die Stimme unseres Ich mit der Stimme unseres wahren Selbst übereinstimmt.³²

Unsere Seele gleicht dem König Richard Löwenherz, der als Gefangener in einem unbekannten Kerker sass. Sein Sänger Blondel zog nun von Burg zu Burg und sang vor den Kerkerfenstern das Lieblingslied des Königs. Als er schliesslich zu dem Kerker kam, in dem Richard Löwenherz gefangen lag, da stimmte der König in der Tiefe des Kerkers in dieses Lied mit ein, und es vereinte sich durch das Kerkerfenster hindurch mit der Stimme des Sängers. Dies führte zur Befreiung des Königs.

Im Lauschen auf die göttliche Stimme, die auch unser Lieblingslied singt (d.h. die Melodie, die unserer Seele entspricht), öffnet sich die Tiefe unserer Seele und lässt den Gefangenen mit einstimmen in das befreiende Lied.

Das Ohr ist das Tor zur Seele. Nach chinesischer Lehre gehört das Ohr zum Bereich des Yin, d.h. des aufnehmenden Weiblichen. Bewusstes und Unbewusstes begegnen sich im lauschenden Ohr, das damit zum Ort der Vereinigung und der Ganzheit wird.³³

Wenn wir auf die Stimme unseres wahren Selbst lauschen, dann wird der «Christus» in uns geboren, d.h. es entsteht Übereinstimmung zwischen Gottes Willen und unserem Willen, zwischen Gottes Plan und unserem Planen. Henry Bruston hat dies einmal so ausgedrückt: «*Prier c'est participer au plan de Dieu*» (Beten ist Teilhabe am Plan Gottes).³⁴ Wenn das Lied unseres Ich übereinstimmt mit dem Lied unseres wahren Selbst, dann stimmt es auch mit dem Lied der ganzen Schöpfung überein,

denn die Stimme des Selbst ist das «Zauberwort», das uns in Übereinstimmung mit der Schöpfung bringt. So, wie es Joseph v. Eichendorff ausdrückt:

*Schläft ein Lied in allen Dingen,
die da träumen fort und fort.
Und die Welt hebt an zu singen,
triffst du nur das Zauberwort.*³⁵

Das Vaterunser ist ein Gebet. Es ist ein Gebet, das mit dazu beitragen will, dass unser Ich zu einer Übereinstimmung mit unserem wahren Selbst findet. Dies ist auch das Anliegen der Vaterunser-Chakrenmeditation.

III.

Das Vaterunser im Licht der Analytischen Psychologie und der Chakren

Wir wollen nun die einzelnen Vaterunser-Aussagen im Licht der Analytischen Psychologie und der Chakren betrachten. Ergänzende Beispiele aus dem Alten und Neuen Testament, aus Märchen, Mythen und psychotherapeutischen Prozessen sollen die Ausführungen verdeutlichen.

Die anschliessenden Meditationen möchten dazu anregen, auch den Körper in das Gebet miteinzubeziehen, im Sinne des Psalmworts: «Mein Leib und meine Seele freuen sich in dem lebendigen Gott.» (Ps 84, 3) Wie ich bereits begründete, beginnen wir von unten her, am Ende des Vaterunsers.

1. Amen

Das Amen im Licht der Analytischen Psychologie

Die hebräische Schriftsprache war ursprünglich eine Bildersprache. Jeder Buchstabe war das Bild eines Gegenstands oder eines Tiers. Noch heute tragen die hebräischen Buchstaben diese Namen. Wenn wir also das hebräische «Alphabet» zitieren, dann sagen wir nicht: «A – B – C – D – E – F – G» etc., sondern: «Stier – Haus – Kamel – Tür – Fenster – Haken» etc.

Eine weitere Eigentümlichkeit des hebräischen Alphabets besteht darin, dass es keine Vokale kennt. Es besteht nur aus Konsonanten. Die Vokale wurden erst später hinzugefügt (als Hilfe für diejenigen, die das Hebräische nicht mehr genügend verstanden). Noch heute hat eine echte Thora-Rolle keine Vokale. Die Vokale werden deshalb auch unterschiedlich ausgesprochen. Erst später hat sich in der jüdischen Theologie und dann auch im Neu-Hebräischen die sogenannte sephardische Aussprache durchgesetzt.³⁶

Das Wort «Amen» ist ein hebräisches Wort. Es besteht im Hebräischen aus den Buchstaben A – M – N,³⁷ die die Bedeutung Stier – Wasser – Fisch haben. Wenn wir also das Wort «Amen» im Hebräischen «buchstabieren», dann sagen wir nicht: «A – eM – eN», sondern wir sagen «Stier – Wasser – Fisch»³⁸. Durch entsprechende Zusammensetzungen der zweiundzwanzig hebräischen Buchstaben entstehen neue Wörter.

So bedeutet die Zusammensetzung von Stier, Wasser und Fisch «zuverlässig». Damit wird deutlich: Die einzelnen Buchstaben des hebräischen Worts «Amen» bedeuten je für sich genommen: Stier, Wasser, Fisch. Die *Kombination* der drei Buchstaben – also «Amen» – bedeutet, dass etwas «feststeht» und «zuverlässig» ist. Das Wort «Amen» wird in der Bibel vor allem gebraucht, um die Wahrheit und Zuverlässigkeit einer Aussage zu bestätigen. Dabei kann Amen am Anfang³⁹ oder am Ende⁴⁰ einer Aussage stehen. Es gleicht darin dem Sanskritwort «Om», das mit dem hebräischen Amen manches gemeinsam hat.⁴¹

Betrachten wir zunächst die drei «Buchstaben», aus denen das Wort «Amen» gebildet ist.⁴²

Der erste Buchstabe heisst Stier:

Der Stier war das Zentralsymbol des dem Widder-Zeitalter vorausgehenden Zeitalters des Stiers.⁴³ Die Stier-Religion war des-

halb für Israel eine ständige Versuchung, nämlich die Versuchung, in den ägyptischen Stier-Kult zurückzufallen.⁴⁴ Umso bedeutsamer ist es, dass der Stier weder aus der hebräischen, noch aus der christlichen Religion verbannt worden ist, sondern sowohl im Alten als auch im Neuen Testament zum Hofstaat Gottes gehört.⁴⁵

Der Stier war ursprünglich Symbol des Erdgottes. Er symbolisiert die Fruchtbarkeit der Erde.⁴⁶ So wurde z. B. in Ägypten die Fruchtbarkeit bringende Nilüberschwemmung als «Gabe des Stiers»⁴⁷ bezeichnet. Als Symbol der Fruchtbarkeit gehört der Stier zum weiblichen Yin-Prinzip und steht in einer besonderen Nähe zu den weiblichen Symbolen Mond und Erde. In der Astrologie wird der Stier der Venus zugeordnet und hat zusammen mit ihr eine enge Beziehung zu den fünf Sinnen und zur Realität.⁴⁸ Der «männliche» Stier ist also ein «weibliches» Wachstumssymbol.⁴⁹

Der Stier ist somit ein urtümliches Ganzheitssymbol, in dem die Gegensätze vereinigt sind. Das ist auch die Bedeutung des «Alef» (= Stier), des ersten Buchstabens sowohl des Wortes «Amen» als auch des hebräischen «Alefbeths».⁵⁰

Der zweite Buchstabe des Amen heisst Wasser:

Wasser ist ein umfassendes Symbol. Es hat vor allem drei Aspekte, die uns auch in der Bibel begegnen: Das Wasser dient der Reinigung, es bewirkt Tod und es bewirkt Leben.

Die reinigende Wirkung des Wassers kommt vor allem in den verschiedenen Reinigungsriten zum Ausdruck, wie sie in vielen Religionen üblich sind. «Nicht nur Menschen reinigen sich vor sakralen Vollzügen oder nach irgendwelchen Verunreinigungen im Wasser, das alles Negative aufzulösen vermag, sondern auch Götterbilder werden auf der ganzen Erde ins Wasser eingetaucht, damit sich ihre positiven Kräfte im Wasser regenerieren können.»⁵¹

Der Todesaspekt des Wassers wurde in der Antike besonders bei der gefährlichen Seefahrt empfunden, bei der Menschen immer wieder im Wasser den Tod fanden.⁵² Mythologischer Ausdruck dieses bedrohlichen Aspekts sind die Erzählungen von der alles verschlingenden Sintflut.⁵³ In der christlichen Taufe bedeutet das Untertauchen im Wasser ein Mit-Christus-Sterben.⁵⁴

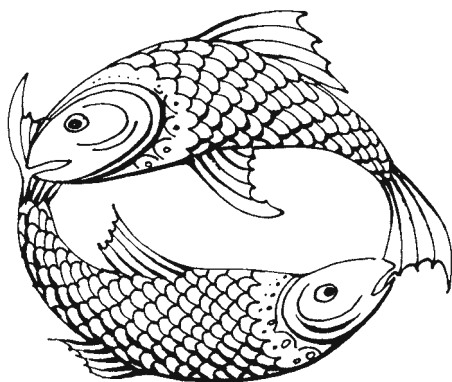
Der belebende Aspekt des Wassers wurde vor allem nach Dürrezeiten erfahren.⁵⁵ Dabei spielten die Nilüberschwemmungen eine wesentliche Rolle. Sie machten den Boden fruchtbar⁵⁶ und erweckten die Natur zu neuem Leben. Die belebende Wirkung des Nilwassers wird auch auf zahlreichen ägyptischen Reliefs zum Ausdruck gebracht, auf denen über toten Menschen Nilwasser in Verbindung mit den Hieroglyphen «Leben» ausgegossen wird. Auch in der christlichen Taufe entsteht neues Leben aus dem Wasser.⁵⁷

In der Analytischen Psychologie ist Wasser Symbol für das Kollektive Unbewusste, das «Mutterboden und Urquell allen psychischen Lebens»⁵⁸ ist. Eintauchen in dieses «Wasser» kann Tod bedeuten (z. B. durch ein Überschwemmt-Werden mit seelischen Inhalten). In der Regel bedeutet es jedoch die Erfahrung von Wiedergeburt und neuem Leben.⁵⁹

Der dritte Buchstabe des Amen heisst Fisch:

Der Fisch ist ein recht vielschichtiges Symbol. Häufig wird er mit seinem Element, dem Wasser, identifiziert.⁶⁰ Es verwundert deshalb nicht, wenn der Vorsokratiker und griechische Naturphilosoph Anaximander den Fisch als «Vater und Mutter aller Menschen» bezeichnet.⁶¹

In der Analytischen Psychologie wird der Fisch vor allem als Inhalt des Unbewussten verstanden, der in der Alchemie in seiner Doppelgestalt als zwei Fische dargestellt wird.⁶² Die zwei Fische, «die nur einer sind und nicht zwei»,⁶³ symbolisieren die Gegensatzspannung unbewusster Inhalte.



In der Astrologie begegnet uns das Sternbild der Fische (ebenfalls zwei Fische) als Abschluss des Tierkreises unmittelbar vor der Frühjahrs-Tag-und-Nacht-Gleiche. Das Sternbild der Fische symbolisiert die innere Welt, in der man «mit Gott und dem Teufel kommuniziert».⁶⁴ Die Fische sind dem Planeten Neptun zugeordnet, der psychologisch dem Unbewussten entspricht.⁶⁵

In der christlichen Ikonographie ist der Fisch ein weit verbreitetes Symbol, das uns schon in den ältesten christlichen Bildern begegnet. Der Fisch ist zunächst Symbol für Christus (nicht zuletzt, weil die Buchstaben des griechischen Wortes ICHTYS = «Fisch» im Griechischen identisch sind mit dem Anfangsbuchstaben des frühchristlichen Bekenntnisses «Jesus Christus, der Gottes-Sohn, ist der Heiland»). Fische symbolisieren weiterhin die Gläubigen, die im Neuen Testament mit Fischen verglichen werden.⁶⁶ Auch der bei der Taufe untergetauchte Christ wird mit einem Fisch verglichen und als Abbild Christi verstanden.⁶⁷

Fische sind schliesslich ein Symbol des Abendmahls, weil Christus nach seiner Auferstehung Fische gegessen (Lk 24, 42 f.) und seinen Jüngern ausgeteilt hat (Joh 20, 27 ff.). Christus ist also der Fisch, der sich den Seinen mitteilt und in ihnen Ge-

stalt gewinnt. Als Christus-Symbol ist der Fisch Symbol des Selbst.⁶⁸

Wir sehen also: Die Bilder der drei Buchstaben des hebräischen Wortes «Amen» haben eine tiefe Bedeutung. Sie symbolisieren den männlich-weiblichen Urgrund allen Seins (Stier), das Unbewusste (Wasser) und die Inhalte des Unbewussten (Fisch).

Eine weitere Eigentümlichkeit des hebräischen Alphabets besteht darin, dass die Buchstaben zugleich Zahlen sind. Die Buchstaben des Wortes «Amen» haben folgenden Zahlenwert:

A (alef) = 1

M (mem) = 40

N (nun) = 50

Diese drei Zahlen haben eine tiefe Bedeutung:

Die 1 ist eigentlich keine Zahl, sondern sie ist das Eine, das alles Umschliessende, das alles Zusammenfassende. Sie steht für Gott und für den Anfang aller Dinge. Sie ist die *prima materia*, in der alles enthalten ist. In der Schöpfungsgeschichte entspricht sie dem Tohuwabohu, das der grossen Zweiteilung vorausgeht. Die 1 ist das mütterliche Tohuwabohu, in dem Licht und Finsternis, Himmel und Erde, Wasser und Land und alles, was darin enthalten ist, zusammengefasst sind (1 Mose 1, 1 ff.).

Die 40 ist die Zahl der Läuterung. Nach dem Auszug aus Ägypten zog das Volk Israel 40 Jahre lang durch die Wüste, um geläutert zu werden. In der Wüste begegnete das Volk vielen Versuchungen und musste immer wieder neu lernen, Gott zu vertrauen.

Im Neuen Testament begegnet uns die Zahl 40 am Anfang des Weges Jesu. Jesus weilte nach seiner Taufe 40 Tage lang in der Wüste und wurde dort vom Teufel versucht (Mk 1, 12).

Im Leben der Jünger Jesu bedeuteten die 40 Tage nach Ostern ebenfalls einen Läuterungsprozess, in dem nach der dunklen Nacht der Passionszeit Glaube (Joh 20,27 ff.), Hoffnung (Apg 1,3.11) und Liebe (Joh 21,15.17) neu geweckt wurden.

Die 50 ist die Zahl der Vollendung. Nach jüdischer Überlieferung erreichte das Volk Israel 50 Tage nach dem Auszug aus Ägypten den Berg Sinai, wo es Gott begegnete und seine Weisungen empfing. Der 50. Tag ist der Tag, der die 7×7 Tage = 7 Wochen⁶⁹ abschliesst und krönt. Mit dem 50. Tag beginnt die 8. Woche und damit etwas Neues.⁷⁰ Der 50. Tag ist der «Pfingst»-Tag (griechisch: der «fünzigste» Tag), an dem der Geist Gottes auf die Jünger Jesu ausgegossen wurde. Dadurch wurden sie zur «Kirche»⁷¹ und damit zum Leib Christi (1 Kor 12,12 ff.; Röm 12,4 f.). Die Gemeinde ist der jetzt auf Erden weilende Christus.⁷²

Wir merken also: «Amen» ist ein recht hintergründiges Wort. Sowohl die Urbilder seiner Buchstaben als auch die damit verbundenen Zahlenwerte kennzeichnen das Wort «Amen» als den Ursprung aller Dinge, in dem alles zusammengefasst ist,⁷³ und als das Ziel aller Dinge, in dem Gott alles in allem sein wird (1 Kor 15,28). Wir verstehen deshalb, dass Jesus Christus, in dem die Schöpfung ihren Ursprung hat (Joh 1,1 ff. u. a.) und der das Ziel der Schöpfung ist (Phil 2,10 f.), in der Johannes-Offenbarung «Amen» genannt wird (Offb 3,14).

Das Amen im Licht des Muladhara-Chakra

Das Muladhara-Chakra ist das «Wurzel»-Chakra. Es hat eine besondere Nähe zur Erde, zum Boden, zur Materie. Dem Muladhara-Chakra ist die Farbe Rot zugeordnet, die Farbe der Erde, des Blutes und der Energie.⁷⁴ Es ist das erste Chakra und

von ihm gilt deshalb alles, was oben von der Bedeutung der Zahl 1 (alef) gesagt ist.

Das Muladhara-Chakra ist Symbol der Urkraft, die alles bewirkt und ins Dasein ruft. Es ist Sitz der Kundalini-Schlange.⁷⁵ Die Kundalini-Schlange ist psychische Energie, die – erweckt – durch alle sieben Chakren hindurch aufsteigt, um sie miteinander zu verbinden und die Ganzheit herzustellen. Die Kundalini-Schlange ist die Kraft des Unbewussten. Sie schläft jedoch im Muladhara-Chakra – das Erwachen der Kundalini-Schlange bedeutet Aufstieg ins nächste Chakra. Das Muladhara-Chakra ist Grundlage aller Entwicklung.

Im *Märchen* ist Muladhara die verborgene Kammer, die nicht betreten werden darf. Dort befinden sich Symbole der Ganzwerdung, z. B. das Bild der Königstochter vom goldenen Dach⁷⁶ (ein Abbild der menschlichen Seele)⁷⁷ oder die schwarze Jungfrau⁷⁸ (ein Abbild der seelischen Entwicklung) oder gar Gott selber⁷⁹ (das Ziel, dem alles entgegenstrebt). Das Öffnen der verbotenen Tür bedeutet Leiden, es bedeutet aber auch Entwicklung. Im Muladhara ist jedoch die Tür noch verschlossen. Die Entwicklungsmöglichkeiten schlummern noch.

In der *Geschichte des Volkes Israel* umfasst Muladhara die Zeit von Abraham bis zum Aufenthalt in Ägypten. Hier ist alles beieinander: der Mond-Kult in Ur und der Stier-Kult in Ägypten, die Ur-Mütter Sara und Rebekka und die Ur-Väter Abraham und Isaak, die Priester von On⁸⁰ und der Gott Jahwe, Ehre (Joseph und Mose) und Unehre (Sklaverei) und vieles andere mehr. Diese *massa confusa* (nicht differenzierte Vielfalt) ist der Wurzelboden des Volkes Israel.

Im *Leben Jesu* umfasst Muladhara seine Kindheit und Jugendzeit. Auch hier ist alles beieinander: Maria und Josef, Herodes und die Hirten, die Schriftgelehrten und die Magier (aus dem Land des Abraham!), Galiläa, Judäa und Ägypten (das

Land der Volkwerdung Israels!), Heimat und Fremde, Gehorsam (Lk 2, 51) und Freiheit (Lk 2, 48f.) und vieles mehr. All das ist der Boden, in dem Jesus seine Wurzeln hat.

Im Muladhara-Chakra ist zwar die gesamte Entwicklung als Möglichkeit enthalten, aber noch nicht entfaltet. Die Kundalini-Schlange schläft noch. Das Muladhara-Chakra ist der ganz gewöhnliche Alltag, die Realität, in der wir leben! Das Muladhara-Chakra öffnen heisst, sich für die Realität des Alltags öffnen.

«Muladhara ist unsere tägliche reale Existenz, unser gewöhnliches Leben. (...) Wir sind verwachsen mit einem bestimmten Ort, normale Bürger bestimmter Staaten. (...) In der Wurzel sein heisst: in der Welt sein und das Kollektiv erleben, zu dem wir gehören. (...) Muladhara als Wurzel ist – psychologisch interpretiert – unser Bewusstsein, es ist der Ort, wo das Selbst und alles Göttliche schläft. (...) Die Muladhara-Welt ist ein ganz banaler Ort. Da ist Familie, Beruf, Theater, Eisenbahn oder Rechnungen, die zu bezahlen sind.»⁸¹

Diese banale Welt ernst nehmen, an dem Platz stehen, an den wir gestellt sind, die Aufgabe erfüllen, zu der wir auf Erden sind, das heisst Muladhara ernst nehmen, und das ist die Voraussetzung für jede weitere Entwicklung.

Das *Tier* des Muladhara ist der Elefant, der fest auf dem Boden steht und Lasten trägt. Im Muladhara leben heisst, fest auf dem Boden stehen und die Last des Alltags tragen. Der Elefant ist ausserdem Symbol der domestizierten Libido, dem in unserer eigenen Symbolik etwa das Pferd gleichzustellen wäre. Es bedeutet Willenskraft oder den Trieb zu bewusstem Handeln.⁸²

Im Muladhara zu leben heisst, im «Amen» zu leben – in dem, was «feststeht». Es heisst, Ja zu sagen zur Situation, in der wir leben, im Wissen darum, dass Gott im «Amen» (Offb 3, 14) gerade diese banale Welt immer wieder zum Ausgangspunkt nimmt für den Weg zur Ganzheit, den er uns führen will.

Zur Meditation möchte ich zunächst einige Hilfen geben:

- Setzen (oder legen) Sie sich bequem hin.
- Entspannen Sie sich.
- Stellen Sie sich vor, wie das betreffende Chakra sich wie ein Blütenkelch öffnet.
- Denken Sie die betreffende Vaterunser-Aussage und lassen Sie dabei die entsprechende Farbe in das zugehörige Chakra einströmen. Dabei sollten Sie die Methode finden, die Ihnen am meisten entspricht, z.B. können Sie sich vorstellen, dass Sie die Farbe durch das Chakra «einatmen» und dass sie beim «Ausatmen» in alle Teile des Körpers fließt. Oder Sie können sich vorstellen, dass beim Ausatmen aller Unrat und alles, was Ihnen Sorge und Mühe bereitet, aus dem Körper hinausgeatmet wird und dass dann beim Einatmen reine, heilende Farbe einströmt.
- Die Länge der Meditation bestimmen Sie selbst. Wenn Sie sich für jedes Chakra etwa vier Minuten Zeit nehmen, dann dauert die gesamte Meditation etwa eine halbe Stunde.
- Die Verbindung der Chakrenmeditation mit bestimmten Farben hat den Sinn, dass der heilende Einfluss der betreffenden Farbe die Wirkung der Meditation unterstützt.⁸³
- Die Bedeutung der Verbindung einer Chakrenmeditation mit den Aussagen des Vaterunser besteht darin, dass durch die Gebetsworte die «Kundalini-Energie» (= die Kraft des Heiligen Geistes) einerseits kanalisiert wird, andererseits werden die Aussagen des Vaterunser mit neuer Kraft erfüllt und dem Meditierenden «einverleibt». Wer die Vaterunser-Chakrenmeditation regelmässig praktiziert, wird vermutlich nach einiger Zeit feststellen, dass er auch beim «normalen» Beten des Vaterunser die einzelnen Vaterunser-Aussagen an den betreffenden Körperstellen spürt. Sein Leib ist in

das Beten mit hinein genommen und der bzw. die Betende macht die schon erwähnte Erfahrung des Psalm-Sängers: «Mein Leib und meine Seele freuen sich in dem lebendigen Gott.» (Ps 84,3)

- Die der eigentlichen Meditations-Anleitung vorausgehenden Worte wollen die Bedeutung der einzelnen Vaterunser-Aussagen nochmals in Erinnerung rufen. Sie können bei einer Gruppenmeditation von der Leiterin bzw. vom Leiter jeweils vor der Aufforderung zur Chakren-Öffnung gesprochen werden.

Der Meditations-Text zum Muladhara-Wurzel-Chakra lautet:

Wir leben in dieser Welt.

Wir leben jetzt, in diesem Augenblick.

Wir leben auf dieser Erde.

Sie ist unsere Mutter.

Wir spüren, dass die Erde uns trägt.

*Wir sind an unserem Platz
fest in der Erde verwurzelt.*

*Wir stellen uns vor, dass sich
das Wurzel-Chakra wie eine Blüte öffnet
und dass eine rote Farbe einströmt.*

Wir hören dabei das Wort: «Amen.»

2. Erlöse uns von dem Bösen

Erlösung vom Bösen im Licht der Analytischen Psychologie

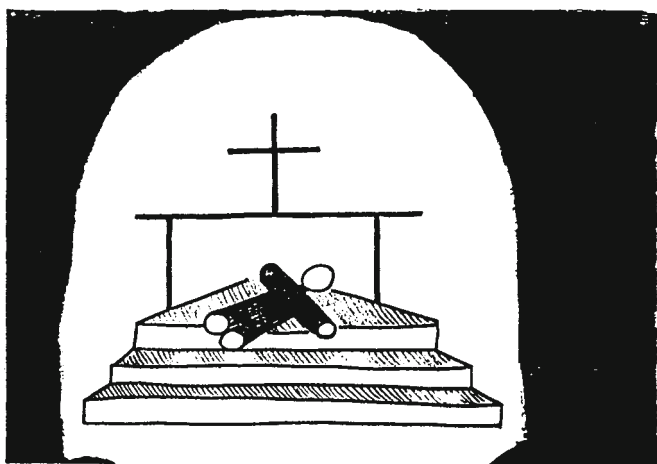
Was ist das Böse? Nach der Bibel beginnt das Böse mit dem Sündenfall (1 Mose 3, 1 ff.). Dieser besteht darin, dass der Mensch von der Frucht des Baums der Erkenntnis des Guten und des Bösen isst und daraufhin Gutes und Böses unterscheidet (1 Mose 3, 22). Im Paradies lebte der Mensch in einer ungetrennten Einheit mit Gott und der Natur. Das Böse besteht in der Spaltung dieser bisher ungespaltenen Welt des Paradieses.

Durch diese Spaltung wird der Mensch aus dem Paradies, dem Ort der Ganzheit, vertrieben. Er ist fortan «böse» von Jugend an (1 Mose 8, 21), sein Leben ist gekennzeichnet durch die Suche nach dem Paradies und durch die Versuche, sich selber ein «Paradies» zu schaffen, in dem nur das, was er als «gut» bezeichnet, Platz hat, das «Böse» dagegen daraus verbannt wird.⁸⁴

«In diesem Gärtchen nach seinem Bilde fühlt er sich wie ein kleiner Gott. Allerdings muss er sein Revier abschliessen und alles, was er als böse, hässlich, unordentlich, widerwärtig, minderwertig taxiert, entfernen und aus dem Raume seines Bewusstseins verdrängen. Damit ist aber ein grosser Teil der Wirklichkeit verdrängt, verurteilt, abgeschrieben, als Unkraut, Ungeziefer, Unwetter, Unmensch, Spiesser oder Vagabund, kurz als Erscheinungsformen des Bösen.»⁸⁵ Das, was für den einzelnen Menschen gut oder böse ist, lässt sich nicht einmal festlegen, sondern es wandelt sich in dem Mass, wie der Mensch sich wandelt. Das, was bisher «gut» war, kann plötzlich als böse erscheinen, und das, was bisher «böse» war, kann plötzlich gut sein.

So erkannte z. B. eine 45-jährige Frau im Verlauf einer Analyse, dass ihr bisheriges «christliches» Leben, das sie als «gut»

empfunden hatte und auf das sie recht stolz war, im Grunde genommen recht unchristlich und «böse» war. Sie malte dazu folgendes Bild:



Zu diesem Bild meinte jene Frau: «Jetzt weiss ich, was Sünde ist: Nicht so leben, wie es von Gott bestimmt ist, deshalb habe ich keine Hände und keine Füsse und kein Gesicht mehr. So liege ich vor Gott. All die Jahre habe ich in Sünde gelebt und gemeint, ich würde ein rechtes und erfülltes Leben haben.»

Wir sprachen dann über jenes Bild, und es wurde deutlich, dass das «Böse» nichts mit Übertretung von Moralvorstellungen und mit Nicht-Erfüllen von Wünschen der Umgebung zu tun hat, sondern mit der Verfehlung des eigenen Lebensziels und mit der allzu grossen Anpassung an das, was «man» tut.

Worin besteht nun das «Böse» im Einzelnen? Wie können wir erkennen, was wirklich böse ist, und es unterscheiden von dem, was nur scheinbar böse ist?

Das Böse hat zunächst etwas mit dem *persönlichen Schatten* zu tun. Das, was die Gesellschaft nicht akzeptiert, nämlich das

«Niedrige, Primitive, Unangepasste, Missliche»⁸⁶, wird von ihr als «böse» bezeichnet und darf infolgedessen nicht gelebt werden. Es wird deshalb ins Unbewusste verdrängt und führt dort fortan ein Schattendasein. Es wird zum «persönlichen Schatten». Die innere Dynamik des Verdrängten ist jedoch nicht erloschen, es dringt in einer vom Bewusstsein nicht mehr kontrollierbaren Gestalt (in Ängsten, Blockierungen, Fehlleistungen etc.) störend in das wohlgeordnete Alltagsleben ein. Vor allem jedoch macht sich das Verdrängte in unseren Träumen bemerkbar. (So träumte z.B. eine 55-jährige, sehr gepflegte und wohlangepasste Frau immer wieder davon, dass sie in schlampigen Kleidern herumlaufen würde, mit faulen Zähnen und ungewaschenen Händen.)

Nun sind jedoch die von der Gesellschaft abgelehnten und als «böse» bezeichneten und infolgedessen verdrängten Eigenschaften keineswegs alle wirklich böse, sondern das Verdrängte enthält auch vieles, was das Leben «verschönern und beleben»⁸⁷ würde, wenn es akzeptiert und ins Leben integriert würde. Schatteninhalte sind deshalb nicht an sich böse, sondern sie enthalten im Gegenteil das Gold, das es zu suchen gilt.

Und trotzdem hat das wirklich Böse auch etwas mit dem persönlichen Schatten zu tun. Zunächst deshalb, weil die Schatteninhalte eine Eigengesetzlichkeit haben und der Herrschaft des Ich nicht unterworfen sind. Sie können deshalb nicht korrigiert werden, sondern vergiften das Unbewusste und treten in verzerrter Gestalt (als Sadismus, Masochismus, Depression, Laune etc.) ans Tageslicht und richten dort ebenfalls allerlei Unheil an.

Weiterhin werden durch das Verdrängte Energien gebunden, die eigentlich der Bewältigung und Bereicherung des Lebens dienen sollten.

Böse wird das Verdrängte aber vor allem dadurch, dass wir es auf andere Menschen projizieren. Dadurch machen wir unse-

re Mitmenschen für unsere eigenen Dunkelheiten verantwortlich. In der Projektion schießen wir Projektile in andere Menschen hinein und verfremden und «kränken» sie dadurch.⁸⁸ Das ist böse!

Böse ist aber nicht nur die negative Projektion, in der wir unsere eigene verdrängte Bosheit anderen Menschen anlasten, sondern auch die «positive» Projektion,⁸⁹ in der wir unsere ungeliebten Idealvorstellungen auf unsere Mitmenschen (besonders auf unsere Kinder) projizieren und sie dadurch ebenfalls verfremden und unter einen Leistungsdruck setzen, dem sie nicht gewachsen sind.

Und wie können wir von diesem Bösen erlöst werden? Vor allem dadurch, dass wir uns bemühen, uns unsere Schattenseiten bewusst zu machen. Je mehr uns das gelingt, desto weniger werden uns Inhalte des Unbewussten «überfallen» und desto weniger werden wir sie auf andere projizieren. Darüber hinaus werden uns bisher gebundene Energien neu zur Verfügung stehen.

Neben dem persönlichen Schatten kennt die Analytische Psychologie auch einen *Kollektiv-Schatten*. Er hat etwas mit der Polaritäts-Struktur der Menschheit zu tun, an der jeder einzelne Mensch Anteil hat. Die archetypischen Grundmuster, die Basis alles Seienden und damit auch des menschlichen Verhaltens, sind durch Polarität ausgezeichnet. So ist z. B. «der» Mensch sowohl männlich als auch weiblich, «die» Mutter ist sowohl verschlingend als auch nährend, «das» Wasser ist sowohl tötend als auch belebend etc. Zur Ganzheit der Menschheit und damit auch des einzelnen Menschen gehört deshalb nicht nur die helle Seite, sondern auch die dunkle.

Wenn in der Analytischen Psychologie das Ganzwerden, die «Individuation» das Ziel des menschlichen Lebens ist, dann beinhaltet dieser Prozess auch die Akzeptanz des zum Mensch-

sein gehörenden Bösen. Nur durch bewusstes Akzeptieren des Bösen können wir uns gegen die in der Abspaltung liegende Gefährlichkeit wehren. So schreibt Erich Neumann: «Das unbewusst wirkende und unterirdisch ausstrahlende Böse hat die gefährliche Wirksamkeit der Epidemie, während das bewusst getane und in die eigene Verantwortung übernommene Böse nicht die Umwelt infiziert, sondern dem Individuum als Aufgabe und als ins Leben und die Persönlichkeitsformung einzubauender Inhalt gegenübertritt, wie jeder andere seelische Inhalt auch.»⁹⁰

Für Neumann gehört zum Ganzwerden nicht nur das «Wissen» um das Böse, sondern bis zu einem gewissen Grad auch das «Tun» des Bösen.⁹¹ Er schreibt: «Jede Selbstständigkeitswerdung ist gebunden an die Fähigkeit des Ich, nicht nur die Werte des Kollektivs zu übernehmen, sondern auch Notwendigkeiten des Individuums – die im Gegensatz zu den Kollektivwerten stehen – durchzusetzen, das heisst aber, Böses zu tun.»⁹²

Der Mensch auf dem Weg zur Ganzheit wird weniger auf äussere Normen, auf den Konsens der Gesellschaft achten, sondern auf die Stimme des Selbst. Sie allein ist für ihn massgebend.⁹³ Dabei stellt sich oft «die Vermeidung des ‹Bösen› und des Konflikts, den es mit sich bringt, als ‹unethisch› heraus».⁹⁴

Was ist nun aber das Böse im Sinne der «Stimme»? Neumann definiert unmissverständlich: «Das, was zur Ganzheit führt, ist gut; das, was zur Spaltung führt, ist böse.»⁹⁵

Erlösung vom Bösen bedeutet also Erlösung von der Spaltung. Wenn der zum Menschsein gehörende Sündenfall (1 Mose 3; Röm 5, 12 ff.) die Unterscheidung und damit die Spaltung zwischen Gut und Böse darstellt, dann bedeutet «Erlösung» die Überwindung dieser Unterscheidung und dieser Spaltung und die Akzeptanz der gut-bösen Ganzheit der Welt und der Menschheit.

Diese «Erlösung» hat dann auch Auswirkungen auf die menschliche Gesellschaft und ihr Sozialverhalten. Erich Neumann schreibt dazu: «Der Schatten, den es anzunehmen gilt, ist der Outcast des Lebens. Es ist die individuelle Form, welche die dunkle Seite der Menschheit in mir und für mich als Teil meiner Persönlichkeit annimmt. Meine Schattenseite ist Teil und Exponent der Schattenseite der Menschheit überhaupt, und wenn mein Schatten asozial und gierig, grausam und böse, arm und elend ist (...), dann steht hinter der Versöhnung mit ihm die Versöhnung mit dem dunklen Bruder der Menschheit überhaupt, und indem ich ihn und in ihm mich selber annehme, nehme ich mit ihm auch den ganzen Teil der Menschheit an, die als mein Schatten, mein Nächster ist.»⁹⁶

Wenn wir also beten «Erlöse uns von dem Bösen», dann beten wir um die Erlösung von der Spaltung als Voraussetzung für eine neue Einheit in uns selber und in der Menschheit.

Neben dem Bösen, das uns im Zusammenhang mit unserem persönlichen Schatten begegnet, und dem Bösen, das als Auswirkung des Sündenfalls in der Spaltung zwischen gut und böse besteht, begegnet uns das Böse noch in einer dritten Gestalt, nämlich als der *archetypische Schatten*, als das «absolut Böse».

Durch Kontakt mit dem Kollektiven Unbewussten kann es in der menschlichen Seele zu einer Begegnung mit dem absolut Bösen kommen, «dem Bösen, das den Menschen in seinen Möglichkeiten bei weitem übersteigt, weil es eine Intensität besitzt, der die Kräfte des Menschen nicht gewachsen sind».⁹⁷

Und worin besteht das «absolut Böse»? Es besteht in der «Verneinung von Sinn», in der «Verhinderung von Wandlung» und in der «Verneinung von Leben».⁹⁸ Im Neuen Testament wird der Teufel als Mörder und Lügner bezeichnet (Joh 8,44). Als Mörder ist er der Verneiner des Lebens und als Lügner der

Verhinderer von Wandlung (indem er Lebenslügen aufrecht-erhält!).

Wie können wir mit dem «absolut Bösen», mit dem «archetypischen Schatten» umgehen? Helmut Barz schreibt dazu: «Diesem archetypischen Schatten gegenüber ist nun jeder Bewusstseinsoptimismus fehl am Platz. Wir müssen seine Existenz anerkennen – ja, das ist überaus wichtig, aber es ist zugleich auch alles, was wir ihm gegenüber tun können. Vom Versuch, sich diesen Archetypus möglichst bewusst zu machen, ist aufs Dringendste abzuraten, und der Begriff ›Integration‹ wäre ihm gegenüber Blasphemie. Vor dem Archetypus des Schattens kann man nur fliehen und man sollte es mit offenen Augen tun, aber ohne sich dabei umzuschauen. So gefährlich es ist, seine Existenz zu leugnen, so verderblich wäre es, ihn zu beschnüffeln.»⁹⁹

Dieser Archetyp des Schattens ist in der christlichen Tradition in der Gestalt des Teufels symbolisiert. So schreibt C. G. Jung: «Der Teufel ist eine Variante des Archetypus ›Schatten‹, d. h. des gefährlichen Archetyps der nicht anerkannten Hälfte des Menschen.»¹⁰⁰

Der Mensch, für den der Teufel eine lebendige Symbolfigur des absolut Bösen ist (und nicht eine Verteufelung des bocksbeinigen Pan, der auch positive Seiten hat!), «entgeht der Notwendigkeit, andere Menschen zu Teufeln zu machen».¹⁰¹ Kein Mensch ist identisch mit dem absolut Bösen!

«So wenig wie irgendeine Mutter die Summe aller Aspekte des Mütterlichen enthalten, also mit dem Mutterarchetypus identisch sein kann, so wenig kann irgendein Mensch mit dem Archetypus des Schattens identisch sein. Man sollte sich hüten, den Schattenarchetypus irgendwo anders hinzuprojizieren als auf ein dem Teufel entsprechendes übermenschliches Symbol, und man sollte seine Auswirkungen bei niemand anders konsstatieren, als allenfalls bei sich selbst.»¹⁰²

Und wie können wir von der Macht des «absolut Bösen» erlöst werden? Hierzu noch einmal Helmut Barz: «Der Psychotherapeut wird seine Waffen vor dem archetypischen Schatten strecken und mit einem Stossgebet das Heil seines Patienten sowie sein eigenes der Führung jenes Psychopompos anempfehlen, der die Seele der Menschen in übermenschlicher Weise zu geleiten vermag.»¹⁰³

Erlösung vom Bösen im Licht des Swadhisthana-Chakra

Das Swadhisthana-Chakra liegt unmittelbar über dem Muladhara-Chakra. Während die Kundalini-Schlange im Muladhara-Chakra schläft, ist sie im Swadhisthana-Chakra erwacht. Das Swadhisthana-Chakra ist somit der Beginn des Aufstiegs der Kundalini-Schlange.

Was heisst das im Licht der Analytischen Psychologie? Was im östlichen Denken Aufstieg ist, ist für westliches Denken Abstieg. Nämlich der Abstieg in den Bereich des Unbewussten. Wenn wir den Bereich des Swadhisthana betreten, betreten wir den Bereich des Unbewussten. Wir steigen in das «Wasser» hinab.¹⁰⁴ Das ist die typische Situation beim Beginn einer Analyse. Es begegnen uns deshalb bei Analyse-Beginn immer wieder Träume, die von einem Ins-Wasser-Gehen handeln.¹⁰⁵

Auch in den Mysterienkulten beginnt die Initiation mit dem Gang ins Wasser.¹⁰⁶ Das erinnert an die christliche Taufe: «Das Wasser im Swadhisthana ist das Wasser der Taufe.»¹⁰⁷ Hinter den verschiedenen Wasser- und Tauf-Riten steht der Sonnenmythos: «Die alte Sonne ertrinkt im Westmeer, macht ihre Nachtmeerfahrt und wird am Morgen im Osten wiedergeboren.»¹⁰⁸ Das Orange-Rot des Swadhisthana-Chakra erinnert an die im Westmeer untertauchende Sonne.

Was geschieht nun beim Abstieg in das Wasser des Unbewussten? Dieser Abstieg bedeutet zunächst ein Sterben (vgl. Röm 6,3 ff.). Im Unbewussten begegnen wir unserem Schatten, unserer gegengeschlechtlichen Seite und den archetypischen guten und bösen Mächten. Wir erleben uns in unserer Zwiespältigkeit, wir erleben die Spannung der Gegensätze und der Polaritäten in uns.

Das Swadhisthana-Chakra ist das zweite Chakra. Es hat Anteil an der Symbolik der *Zwei* und wird deshalb Polaritäts-Chakra genannt. Es hat mit der Gegensatzspannung im Menschen zu tun.

Swadhisthana bedeutet in der *Geschichte Israels* der Auszug aus Ägypten und der Durchzug durchs Rote Meer. Das, was im Muladhara zusammen war, ist jetzt getrennt: hier die Israeliten, dort die Ägypter – hier das Gottesvolk, dort die Götzendiener – hier die Freiheit, dort die Sklaverei.¹⁰⁹

Im *Leben Jesu* bedeutet Swadhisthana die Taufe (Mk 1,9 ff.). Damit ist die Muladhara-Zeit, d. h. die Kinder- und Jugendzeit, zu Ende. Jetzt beginnt die Polarität. Als Jesus aus dem Wasser herausstieg, spaltete sich der Himmel und der Geist Gottes ergriff Jesus in zwiespältiger Gestalt. Einerseits ist der Geist mit der Stimme Gottes verbunden, die sagt: «Du bist mein lieber Sohn, an dem ich Wohlgefallen habe» (Mk 1,11), andererseits treibt dieser Geist Jesus in die Wüste, damit er vom Teufel versucht werde (Mk 1,12 f.).

Im *Märchen* begegnet uns diese Polarität vor allem in den Motiven der dunklen und hellen Schwestern¹¹⁰, Brüder¹¹¹ und Weggefährten¹¹². Swadhisthana bedeutet Polarität.

Im Licht der *Analytischen Psychologie* bedeutet der «Aufstieg» zum Swadhisthana den «Abstieg» in das Unbewusste, in das Wasser, in dem der zwiespältige Leviathan sein Unwesen treibt.¹¹³

In Bezug auf Gut und Böse bedeutet der Abstieg ins Unbewusste das notwendige Erleiden dieser Spaltung als Impuls für die Weiterentwicklung. Als Trennung von etwas, was eigentlich zusammengehört, ist die Spaltung «böse», als Impuls für die Weiterentwicklung ist sie «gut».

Erlösung vom Bösen im Licht des Swadhisthana-Chakra bedeutet somit: Erlösung von der Gespaltenheit.

Meditation

Wir leben in einer gespaltenen Welt.

Wir unterscheiden zwischen Ost und West, zwischen Nord und Süd, zwischen schwarz und weiss, zwischen Mann und Frau, zwischen gut und böse.

Wir wissen, dass diese Unterscheidungen böse sind, und sehnen uns nach der Erlösung aus dieser Gespaltenheit.

Wir sehnen uns nach Ganzheit.

Wir stellen uns vor, dass sich das Polaritäts-Chakra wie eine Blüte öffnet und dass eine orange-rote Farbe einströmt.

Wir bitten dabei Gott: «Erlöse uns von dem Bösen.»

3. Führe uns nicht in Versuchung

Versuchung im Licht der Analytischen Psychologie

Ausgangspunkt unserer Betrachtungen zum Vaterunser war der Zustand des Amen, in dem alles in einer grossen Symbiose ungetrennt enthalten ist. Mit der Unterscheidung von gut und böse wird diese Ureinheit zerbrochen und in Polaritäten aufgespalten. «Versuchung» bedeutet von diesem Ansatz her entweder die Versuchung zur Rückkehr in die Symbiose oder die Versuchung zum Verharren in der Einseitigkeit.

Für das Volk Israel ist die grosse Versuchszeit die Zeit der Wüstenwanderung mit ihrer ständigen Versuchung zur Rückkehr nach Ägypten in die Symbiose. Jesus wurde ebenfalls in der Wüste versucht. Für ihn bestand die Versuchung im Verharren in der Einseitigkeit. Sowohl für Israel als auch für Jesus folgte nach dem Wasser des Swadhisthana (Durchzug durchs Rote Meer, Taufe im Jordan) das Feuer des Manipura (Hitze der Wüste). Bei seiner Wüstenwanderung stand Israel ständig in der Versuchung, zu den «Fleischtöpfen Ägyptens» (2 Mose 16,3; vgl. 4 Mose 14,3–4) und zum Stierkult Ägyptens (2 Mose 32,1 ff.; vgl. 1 Kö 2,28; Hos 10,5) zurückzukehren.

Vielleicht erscheint uns das seltsam, weil wir doch wissen, dass es Israel in Ägypten gar nicht sonderlich gut gegangen ist. Und doch ist diese Versuchung zur Rückkehr in die Symbiose psychologisch betrachtet nur allzu verständlich, denn die Regression in einen schlechten, aber bekannten Zustand ist weniger bedrohlich als die Progression in einen besseren, aber unbekannten Zustand.

Viele Menschen lösen sich nur sehr schwer (oder auch gar nicht!) von ihrem Elternhaus oder von sonstigen vertrauten Beziehungen – obwohl durch das Verharren in einer solchen Symbiose ihre eigene Entwicklung blockiert oder gar verunmöglicht

wird. Sie bleiben lieber im bekannten, vertrauten Zustand der Unbewusstheit, als dass sie sich aufmachen würden, um den unbekannten Weg zur Bewusstwerdung in Angriff zu nehmen. So haben auch nur wenige Israeliten die Versuchszeit der Wüstenwanderung durchgestanden. Nur wenige sind in das verheissene Land eingegangen (4 Mose 14, 29 ff.).

Bei der Versuchung Jesu ging es nicht um die Versuchung zur Rückkehr in die Symbiose, sondern um die Versuchung zum Verharren in der Einseitigkeit.

Die Evangelien zeichnen Jesus als einen Armen, der auf allen äusseren Reichtum verzichtet. Er lebt in grosser Bescheidenheit und sagt von sich selber: «Die Füchse haben Gruben und die Vögel unter dem Himmel haben Nester, aber der Menschensohn hat nichts, wo er sein Haupt hinlegt.» (Lk 9, 51 ff.) Jesus verzichtet weiterhin auf jede äussere Machtentfaltung. So lehnte er es z. B. ab, Menschen mit «Feuer vom Himmel» zu bestrafen (Lk 9, 54), sich zum König ausrufen zu lassen (Joh 6, 15) oder sein Leben durch das Aufgebot einer himmlischen Heeresmacht zu schützen (Mt 26, 53). Jesus wehrte ausserdem ab, sich durch Schauwunder zu legitimieren (Mt 12, 38 ff.). Selbst seinem Landesvater, dem König Herodes, verweigerte er das erbetene Wunderzeichen (Lk 23, 8 ff.).

Jesus lebte also in Armut und Bescheidenheit, er verzichtete auf äussere Machtpositionen und er lehnte jede Show ab. Genau an diesen drei Punkten ist Jesus von der Versuchung bedroht. Als Gegenpol zu seiner äusseren Armut (die nach vierzigstäglichem Fasten einen Höhepunkt erreicht hat) tritt die Versuchung an ihn heran, aus Steinen Brot zu machen (Lk 4, 2 ff.). Als Gegenpol zu seinem Machtverzicht tritt die Versuchung an ihn heran, Herrscher über die ganze Welt zu werden (Lk 4, 5 ff.). Und als Gegenpol zu seinem Verzicht auf jede Show wird in ihm die Versuchung wach, ein Show-Wunder zu vollbringen (Lk 4, 9 ff.).

Die Versuchungsgeschichte Jesu macht deutlich, dass die Versuchung von unseren ungelebten Seiten ausgeht. Dem Versucher geht es also nicht um Ganzheit, nicht um einen Ausgleich der Gegensätze, sondern um ein Verharren in der bisherigen Einseitigkeit oder um ein Überwechseln von einem Extrem ins andere. Der Versuchung zu widerstehen heisst deshalb, die beiden Gegenpole zu integrieren, damit dadurch eine dynamische Ganzheit entsteht.

Und wie ist das bei uns? Auch für uns hat die Versuchung diese doppelte Gestalt. Sie ist entweder eine Versuchung zur Regression in die Symbiose oder eine Versuchung zum Verharren in der Einseitigkeit. Immer dann, wenn ein neuer Entwicklungsschritt gefordert wird, kommt die Versuchung zur Regression auf uns zu, die Versuchung zur Rückkehr in einen früheren, bereits überwundenen Zustand, der uns vertraut ist und der uns so eine Zuflucht zu bieten scheint gegenüber der unbekannten Progression.

Der Versuchung widerstehen heisst, mutig den jetzt geforderten Entwicklungsschritt wagen, der Stimme unseres wahren Selbst folgen, auf den «Jordan» zumarschieren (Jos 3, 14 ff.) – auch wenn keine Garantie besteht, dass das Wagnis gelingt.

Der Versuchung zur Einseitigkeit erliegen heisst, dass wir einem der beiden Extreme verfallen: der Armut oder dem Reichtum, der Gesetzlichkeit oder der Gesetzlosigkeit usw.

Martin Luther redet in Anlehnung an Psalm 91, 7 («Wenn Tausend fallen zu deiner linken Seite und Zehntausend zu deiner rechten») von einer Versuchung von «rechts» und «links»,¹¹⁴ d. h. von einer Versuchung, die durch eine Position der Stärke, und von einer Versuchung, die durch eine Position der Schwäche hervorgerufen wird. Von einer ähnlichen zweifachen Versuchung ist auch im Buch der Sprüche Salomonis die Rede: «Armut und Reichtum gib mir nicht (...) wenn ich zu satt würde,

könnte ich Gott verleugnen (...) wenn ich zu arm würde, könnte ich zum Dieb werden.» (Spr 30, 8f.)

Vor der Versuchung von rechts wird im Neuen Testament an vielen Stellen gewarnt. So z.B. in der Geschichte vom reichen Kornbauern (Lk 12, 16 ff.), der nur an seinen äusseren und nicht an seinen inneren Menschen denkt, oder im Jakobusbrief (Jak 5, 1 ff.), wo mit den Reichen hart ins Gericht gegangen wird, weil sie den Armen unterdrücken, oder im Gleichnis Jesu von dem Reichen, der seinen Nächsten, der vor seiner Tür liegt, überhaupt nicht beachtet (Lk 16, 19 ff.). Jesus warnt deshalb immer wieder vor den Gefahren des Reichtums, so z.B. in der Bergpredigt, wenn er sagt: «Sammelt euch nicht Schätze hier auf der Erde, wo Motten und Rost sie vernichten und wo Diebe einbrechen und stehlen, sammelt euch vielmehr Schätze im Himmel, wo weder Motten noch Rost sie vernichten und wo keine Diebe einbrechen und stehlen, denn wo dein Schatz ist, da ist auch dein Herz.» (Mt 6, 19–21) Oder drastisch: «Es ist leichter, dass ein Kamel durch ein Nadelöhr geht, als dass ein Reicher in den Himmel kommt.» (Mt 19, 24)

Im Licht der *Analytischen Psychologie* besteht die Versuchung durch den Reichtum vor allem darin, dass der «Reiche» sich nicht auf den Weg der Individuation begibt. Er ist zufrieden mit seiner Situation. Es fehlt der Leidensdruck, der zur Veränderung und zum Vorwärtsschreiten treibt. Er hält am Alten, Liebgewordenen aber Überholten fest. Darüber hinaus besteht beim Reichen die Gefahr, dass er, statt den Weg in die Tiefe zu gehen, den Weg in die «Höhe» geht, d.h. immer mehr haben und immer mehr werden will.

Im *Märchen* besteht die Versuchung von rechts z. B. darin, dass der Prinz zum goldenen Vogel auch noch den goldenen Käfig und zum goldenen Pferd auch noch den goldenen Sattel haben will.¹¹⁵ Dies bedeutet eine starke Einseitigkeit.

Die Versuchung von rechts scheint die gefährlichere Versuchung zu sein, ihr fallen «zehntausend» zum Opfer, während der Versuchung von links nur «tausend» erliegen (Ps 91,7).

Und worin besteht die Versuchung von links? Sie besteht entweder darin, dass wir in der Armut verharren und mit unserem «Nichtshaben», «Nichtskönnen», «Nichtswissen» und «Nichtsein» kokettieren und dadurch das uns anvertraute Talent vergraben (Mt 25,25); oder sie besteht darin, dass wir in das Gegenteil umkippen und unter allen Umständen das uns bisher entgangene «Glück» erraffen wollen, wie dies z. B. im Märchen «Vom Fischer und syner Fru»¹¹⁶ anschaulich geschildert wird. Während der Fischer in seiner Armut («im Pisspott») verharrt und die Chancen zu einer Veränderung nicht wahrnimmt, fällt seine Frau in das andere Extrem und will gleich alles haben (sie will sogar der liebe Gott sein!).

Doch *wer* versucht? Die Bibel gibt darauf verschiedene Antworten. Sie berichtet zunächst, dass der *Mensch* der Versucher ist. So versucht der Mensch Gott (z. B. 2 Mose 17,3; Apg 5,9), seine Mitmenschen (z. B. 1 Mose 39,7 ff.) und sich selber (Jak 1,13 ff.).

Die Bibel bezeichnet weiterhin den Satan als den Versucher. So z. B. in der Geschichte vom Sündenfall (1 Mose 3 ff.; vgl. Offb 12,9 und 20,2) oder auch in der Versuchung Jesu. Dem Petrus sagt Jesus, dass der Satan ihn sieben will (Lk 22,31), und Paulus sagt im Epheserbrief, dass wir uns gegen die Versuchungen des Teufels und seiner Boten wappnen sollen (Eph 6,11).

Und schliesslich vertritt die Bibel die Meinung, dass Gott die Menschen versucht. Manchmal tut dies Gott in Verbindung mit dem Satan, so z. B. im Buch Hiob, wo Gott dem Satan gestattet, dass er den Hiob quält, oder im Markus-Evangelium, wo der Gottesgeist Jesus in die Wüste treibt, damit er vom Teufel versucht würde (Hiob 1,12 und 2,6; Mk 1,12 ff.), manchmal aber

auch direkt. So stachelt Gott z.B. den David zu einer «bösen» Tat auf und bestraft ihn anschliessend.¹¹⁷

Wenn wir im Vaterunser beten «Führe uns nicht in Versuchung», dann geht es dabei um die Versuchung durch Gott – unabhängig davon, ob Gott uns direkt versucht oder durch Satan oder durch Menschen und Umstände oder durch unsere eigene Lust.

Jesus weiss aus eigener Anschauung (z.B. Mk 1, 12f.; Joh 18, 11; Mt 27, 46), dass letztlich alle Fäden bei Gott zusammenlaufen und dass Gott eben auch eine «dunkle» Seite hat.¹¹⁸

C.G. Jung schreibt: «Gott ist Licht und Dunkelheit, der *auctor rerum* ist Liebe und Zorn. Immer noch beten wir: Führe uns nicht in Versuchung.»¹¹⁹

Versuchung im Licht des Manipura-Chakra

Das Manipura-Chakra ist das Feuerzentrum unter den Chakren. Die Farbe des Manipura ist die feurig-gelbe Sonnenfarbe. Manipura ist der alchemistische Ofen. «Im Manipura brechen Leidenschaften, Sexualität, Machtwillen und alle emotionalen Teufel los.»¹²⁰ Nach der Wassertaufe des Swadhisthana kommt die Feuertaufe des Manipura (vgl. Lk 3, 16). Es ist das Feuer des heiligen Geistes, das auf die mit Wasser Getauften herabfällt (Apg 2, 3f.; 3, 28). Mit dem Geistempfang beginnt der Kampf des Geistes gegen das Fleisch. So heisst es im Galater-Brief (5, 17): «Das Fleisch gelüstet wider den Geist und den Geist wider das Fleisch. Diese beiden sind widereinander, so dass ihr nicht tut, was ihr wollt.»¹²¹

Auch für Jesus brach nach seiner Taufe die Hölle los. Er begegnete in der Wüste den Tieren, den Engeln und dem Teufel (eine eindrückliche Zusammenfassung der Gestalten des Un-

bewussten!). Manipura heisst «Juwelenfülle». «Die Hölle ist die Juwelenfülle. Ein schreckliches Paradoxon! Aber was ist der Mensch, der nicht im Feuer steht? Wo kein Feuer ist, da ist auch kein Licht. Es ist schmerzhaft, es brennt, es ist sogar Zeitverlust – aber es ist auch ein Quell der Kraft.»¹²²

Wozu *dient* die Versuchung? Darauf antwortet die Bibel: Sie dient der Läuterung. Durch die Versuchung sollen wir gesiebt werden wie der Weizen oder geläutert wie das Gold, das im Feuer geläutert wird (vgl. Lk 22,31; Mal 3,3; 1 Petr 1,6f.). Die Versuchung hat also letztlich eine positive Funktion: Sie soll reinigen und läutern. Sie ist somit ein gewaltiger alchemistischer Prozess, bei dem Gott die Seinen «kocht», um sie so zuzubereiten für die himmlische Hochzeit, für die Vereinigung mit Gott.

Martin Luther hat dies einmal so ausgedrückt: «Gott kocht die Seinen, und wenn er es gut mit ihnen meint, dann legt er noch den Deckel drauf, dass sie so recht im Gebrodel drin stehen.»

Die Versuchung besteht darin, diesem Läuterungsprozess auszuweichen und ungeläutert zur himmlischen Hochzeit zu kommen (vgl. Mt 22,11). Wir bitten Gott, dass er uns vor dieser Versuchung bewahrt.¹²³

Zur «Läuterung» gehört auch, dass wir Schattenaspekte, die wir auf andere Menschen projiziert haben (vgl. Mt 7,1 ff.; Röm 2,1 u. a.), zurücknehmen und sie als unsere eigenen Persönlichkeitsanteile erkennen und integrieren.

So berichtet eine 47-jährige Frau: «Nachdem ich in letzter Zeit wieder diese altvertrauten Seelenschmerzen hatte, verspürte ich gestern in der Magengegend einen starken Schmerz, so als ob ein Feuer brennen würde. Ich war auf dem Weg zu einer Teamsitzung und den Frauen des Teams gegenüber sehr empfindlich. Ich dachte, Hanna und Beate haben sich gegen

mich verbündet. Erna ist zurückhaltend und unklar. Dies empfinde ich als gegen mich gerichtet. Ich denke, sie hat etwas gegen mich. Frau C. rechtfertigt sich, was ich als Angriff gegen mich verstehe. Ich denke auch: Lore wird mir sicherlich nicht bei der Vorbereitung helfen. Ich habe auch die Phantasie, dass alle denken, dass ich bestimmt nicht zum Vereinsabend kommen werde. Alle sind gegen mich, auch Berta und Susanne reden gegen mich.

Das Feuer in mir wurde jetzt so stark, dass ich es bildhaft vor mir sah. Ich sah auch, dass ein goldgelber Kupferkessel über dem Feuer hing. In diesem Kessel sind all die Gestalten, von denen ich mich in der Aussenwelt angegriffen fühle. Sie



sind im Kessel über dem Feuer. Ich erkenne: Es sind meine inneren Gestalten, die gekocht werden: Frau C., die sich rechtfertigt; Erna, die sich so rar macht und immer gekränkt ist; Beate, die Dinge behauptet, die sie gar nicht richtig weiss; Hanna, die sich mit ihr backfischhaft verbündet; Berta und Susanne, die so viel schimpfen. Ja, das sind Gestalten in mir, die ich selber gut kenne ...» Jene Frau hat diese Vision anschliessend gezeichnet (siehe Seite 55).

Das *Tier* des Manipura ist der Widder. Er ist in Indien dem Feuergott Agni zugeordnet. In der Astrologie gehört der Widder zum Kriegsgott Mars.¹²⁴ Manipura bedeutet Kampf (vgl. Eph 6, 11 ff.). Dieser Kampf und dieses Gekochtwerden dienen dazu, dass wir nicht in die Symbiose zurückfallen, sondern vorwärtsschreiten und nicht bei den Extremen und bei der Einseitigkeit stehen bleiben, sondern zu einer rechten Mitte finden.

In der *Geschichte Israels* wird die Überwindung der Versuchung zur Symbiose folgendermassen geschildert:

Kundschafter berichten über das verheissene Land. Sie erzählen einerseits von der Schönheit und Fruchtbarkeit des Landes, andererseits von der Schwierigkeit, es zu erobern.¹²⁵ Während die meisten Kundschafter eher verzagt sind, fordert Kaleb, einer der Kundschafter, das Volk auf: «Lasst uns hinaufziehen und das Land in Besitz nehmen.» (4 Mose 13,30) Kaleb fordert also das Volk dazu auf, den jetzt vorgezeichneten Entwicklungsschritt mutig zu wagen. Die Mehrzahl des Volks erliegt jedoch der Versuchung zur Symbiose. Einer sagt zum anderen: «Ist es nicht das Beste für uns, wir kehren nach Ägypten zurück? (...) Wir wollen uns einen Anführer wählen und nach Ägypten zurückkehren.» (4 Mose 14,3 f.)

Zwei der Kundschafter jedoch, Josua und Kaleb, rufen dem verzagten Volk zu: «Empört euch nicht gegen Gott und fürch-

tet euch nicht vor den Bewohnern des Landes! Denn wie einen Bissen Brot werden wir sie verspeisen. Der Schutz ihrer Götter ist von ihnen gewichen, aber mit uns ist Gott.» (4 Mose 14,9)

Wer der Versuchung zur Symbiose erliegt und den von Gott vorgezeichneten Entwicklungsschritt nicht wagt, kann nicht in das verheissene Land gelangen. Josua dagegen führt diejenigen, die der Versuchung zur Symbiose nicht erliegen und den Schritt nach vorn wagen, ins verheissene Land.

Während die Versuchung Israels in der Wüste uns als eine Versuchung zur Rückkehr in die Symbiose vor Augen gemalt wird, ist die *Versuchung Jesu* in der Wüste eine Versuchung, in der Einseitigkeit zu verharren.

Und wie hat Jesus die Versuchung zur Einseitigkeit überwunden? Statt in der Armut zu verharren oder in den vom Versucher angebotenen Überfluss überzuwechseln, hat Jesus die rechte Mitte gefunden, die darin besteht, dass er, wie später sein Schüler Paulus,¹²⁶ «in beides eingeweiht» ist: Er kann auf Nahrung verzichten (Joh 4,31 ff.) oder Überfluss haben (Joh 2,6 ff.; 6,11 ff.) – je nachdem, wie es die jeweilige Situation erfordert.

Das gilt auch von den beiden anderen Versuchungen: Jesus geht seinen Weg der Gewaltlosigkeit, weiss aber, dass er «dennoch ein König» ist (Joh 18,37). Sein Reich ist jedoch nicht ein Reich «dieser Welt» (Joh 18,36), d. h. nicht ein einseitig irdisches Reich, sondern ein ganzheitliches Reich, das Himmel und Erde umfasst. Jesus geht schliesslich seinen Weg in Bescheidenheit, ohne jede Show, vollbringt aber auch immer wieder erstaunliche Wunder (z. B. Joh 11,39 ff.), die helfende und heilende Funktionen haben.

Und wie sieht die Überwindung der Versuchung in den *Märchen* aus? Manche Märchen zeigen die Überwindung der Ver-

suchung, bei anderen Märchen müssen wir sie selber finden. Was wäre z.B. die rechte Lösung im Märchen «Vom Fischer und syner Fru» gewesen? Nun, die rechte Lösung ist immer die rechte Mitte. Für den Fischer und seine Frau wäre vermutlich ein schönes, gediegenes Wohnhaus die rechte Mitte gewesen. Der Prinz in «Der goldene Vogel» dagegen muss lernen, dass zum Reichtum die Bescheidenheit gehört. Das Kostbare und das Schlichte gehören zusammen. Zum goldenen Vogel gehört deshalb der hölzerne Käfig und zum goldenen Pferd der hölzerne Sattel.

Das Geistige und das Erdhafte müssen zu einer dynamischen Einheit verbunden werden. So schreibt der Apostel Paulus im 2. Korintherbrief, dass wir den himmlischen Schatz in irdenen Gefäßen haben (2 Kor 4,7) und dass zu der himmlischen Offenbarung der Stachel für das Fleisch gehört, der den Offenbarungsträger am Boden festhält (2 Kor 11,7).

Was heisst nun Überwindung der Versuchung im Leben eines Christen? Wie die Überwindung der Versuchung zur Einseitigkeit aussehen und wie die rechte Mitte zwischen zwei Extremen gefunden werden kann, das macht Jesus z.B. in seiner Bergpredigt deutlich. Zur Veranschaulichung möchte ich einen Vers aus den Seligpreisungen Jesu herausgreifen: «Glückselig sind die Sanftmütigen.»¹²⁷ (Mt 5,5)

Das deutsche Wort «sanftmütig» hat einen Bedeutungswandel durchgemacht. Wir müssen deshalb nach seiner ursprünglichen Bedeutung fragen. Das Wort «sanft» kommt vom selben Wortstamm wie «gesamt» und «zusammen». Es hat also etwas mit «sich sammeln» und «Gesamtheit» zu tun. Die Endsilbe «mütig» kommt vom selben Wortstamm wie «sich Mühe geben», «sich bemühen». Wir könnten also die ursprüngliche Bedeutung des Wortes «sanftmütig» umschreiben mit «sich bemühen, etwas zusammenzubringen».

Und was soll zusammengebracht werden? Nun, die Extreme, die Einseitigkeiten! Wenn man z. B. Feigheit und Tollkühnheit zusammenbringt, dann ergibt sich daraus die Tapferkeit. Während ein Feiger der Gefahr ausweicht und ein Tollkühner sich unüberlegt in die Gefahr stürzt, wird ein Tapferer seine Angst eingestehen, aber – wenn es nötig ist – trotzdem das tun, wovor er sich fürchtet. Die beiden Elemente sind damit zusammengebracht, und aus den beiden Untugenden entsteht eine Tugend, nämlich die Tapferkeit. Oder: Wenn man Geiz und Verschwendung zusammenbringt, dann entsteht daraus der rechte Umgang mit Geld.

So ist auch das griechische Wort *praiis*, das wir mit «sanftmütig» übersetzen, ein solcher Mittelbegriff, und zwar zwischen Jähzorn und Gleichgültigkeit. Ein Sanftmütiger ist also einer, der weder jähzornig noch gleichgültig ist, sondern zur rechten Zeit zornig wird. Das heisst, er gerät z. B. in Zorn, wenn andere Menschen geschädigt werden, und nicht, wenn er selber geschädigt wird. In der Sprache der Psychologie nennt man eine solche Fähigkeit «kontrollierte Aggression».

In der Bibel werden zwei Gestalten als besonders «sanftmütig» gezeichnet: Mose und Jesus. Von Mose heisst es in 4 Mose 12,3: «Mose war ein überaus sanftmütiger Mann, sanftmütiger als irgendein anderer Mensch auf Erden.» Und Jesus sagt von sich selbst: «Nehmet auf euch mein Joch und lernet von mir, denn ich bin sanftmütig.» (Mt 11,29)

Mose konnte einerseits erfüllt sein von einem heiligen Zorn, andererseits konnte er fürbittend für Menschen eintreten, die ihn persönlich beleidigt und gekränkt hatten (4 Mose 12,13).

Ähnlich ist das bei Jesus. Er konnte in heiligen Zorn geraten, wenn er merkte, dass andere Menschen in die Irre geführt wurden. So vertrieb er z. B. voller Zorn die Händler aus dem Tempel, weil sie den Gottesdienst verfälschten. Auf der anderen Sei-

te bat Jesus selbst am Kreuz, wo er Schreckliches von Menschen erduldet hatte, für seine Peiniger.

Sanftmut ist somit weder Jähzorn noch Gleichgültigkeit, sondern die «Mitte» von beidem, nämlich die kontrollierte Aggression: das rechte, notwendige und besonnene Handeln im rechten Augenblick.

So viel zur Überwindung der Versuchung zur Einseitigkeit. Doch wie kann die Versuchung zur Symbiose überwunden werden?

Kehren wir zurück zum Manipura-Chakra. Die Versuchung des Manipura besteht darin, dass wir der Verwandlung entgehen, am Alten festhalten wollen. Die Versuchung des Manipura ist die Versuchung, dem «Fleisch» (d.h. dem Ich) nachzugeben, statt dem «Geist» (d.h. der Stimme des Selbst) zu folgen.

Die Zahl des Manipura ist die *Drei*, sie erinnert an die indische Trias Brahma–Vishnu–Shiva, an den Schöpfer–Erhalter–Zerstörer. Im Manipura leben heisst, diese Trias zu «erfahren». Es heisst erfahren, dass Neues entsteht, eine Zeit lang erhalten wird und dann dem Tod verfällt.

Die Versuchung des Manipura besteht darin, dass wir das Liebgewordene und Vertraute festhalten wollen und damit die Wandlung und das Neuwerden verhindern. Jesus, der dieser Versuchung widerstanden hat, sagt deshalb: «Wer zu mir kommt und nicht hasst seinen Vater und seine Mutter und dazu sein eigenes Leben, der kann nicht mein Jünger sein.» (Lk 14,26) «Der Hass bedeutet (...) die Notwendigkeit der Trennung. Er ist die Kraft, welche sondern und die *participation mystique* beenden kann.»¹²⁸

Vor der Versuchung zur Rückkehr in die Symbiose warnt Jesus seine Nachfolger z.B. mit dem Wort: «Wer die Hand an den Pflug legt und dann noch rückwärts blickt, ist für das Reich Gottes nicht tauglich.» (Lk 9,62) In der Geschichte vom rei-

chen Jüngling, der seine vielen Güter nicht verlassen will, erzählt uns das Neue Testament von einem Menschen, der den Aufbruch nicht wagt und deshalb darüber tief traurig wird (Mk 10, 22). Die Jünger Jesu dagegen und viele andere haben den Aufbruch gewagt, sie haben alles verlassen und sind Jesus nachgefolgt. Für viele «reiche» Menschen ist dabei durch die Jahrhunderte hindurch die Geschichte vom reichen Jüngling zum Anstoss geworden, den geforderten Entwicklungsschritt zu wagen.¹²⁹

Meditation

***Sich dem Geist Gottes öffnen heisst:
Ja sagen zur Veränderung.***

Immer wieder stehen wir in der Versuchung, an der Einseitigkeit festzuhalten, statt die rechte Mitte zu finden; oder festzuhalten am Alten, Liebgewordenen, aber Überholten, statt es in den Tod zu geben, damit Neues entsteht.

Wir stellen uns vor, dass sich das Sonnenflechts-Chakra wie eine Blüte öffnet und dass die gelbe Sonnenfarbe einströmt.

Wir bitten dabei Gott: «Führe uns nicht in Versuchung.»

4. Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern

Sündenvergebung im Licht der Analytischen Psychologie

Die hebräische Sprache kennt eine Fülle von Ausdrücken, die im Deutschen mit «Sünde» oder mit «Schuld» übersetzt werden. Alle hebräischen Begriffe bezeichnen jedoch konkrete Taten. Es konnte sich deshalb kein Begriff zur Bezeichnung für «Sünde» oder «Schuld» im allgemeinen durchsetzen.¹³⁰ Es verwundert deshalb nicht, dass die griechischen Übersetzungen variieren: Matthäus redet von «Schulden»,¹³¹ Lukas von «Sünden»¹³² und die Didache von «Schuld»¹³³.

Im Hebräischen wird zwischen der Tat, dem ihr folgenden Zustand der Schuld und der Endstrafe grundsätzlich nicht unterschieden, weil diese – von uns als drei verschiedene Stadien festgehaltenen – Sachverhalte für den alttestamentlichen Menschen lediglich Brennpunkte innerhalb eines einzigen, geschlossenen, unauflöslichen Geschehens sind.¹³⁴ Nur Gott kann diesen Geschehensablauf durchbrechen, indem er Sünden vergibt (vgl. Mk 2, 7).

Das griechische Wort *hamartia*, das im Deutschen mit «Sünde» übersetzt wird, steht dem hebräischen Verständnis von Sünde als konkreter Tat näher als das Wort «Schuld», das sowohl im Griechischen als auch im Deutschen den auf die Sünde folgenden Zustand bezeichnet.

Auch bei der Vergebung der «Schuld» kann es sich ja nicht um das Wegnehmen eines Folge-Zustands oder eines Schuld-«Gefühls» handeln, sondern nur um eine «Heilung» des Fehlverhaltens, das den Tatbestand der Schuld verursacht hat. Es ist also in den nachfolgenden Ausführungen von dem der «Schuld» zugrundeliegenden Tatbestand der «Sünde» zu reden.

Dies gilt auch für die «Schuldigen», denen wir vergeben. Wenn Lukas schreibt: «Vergib uns unsere Sünden, denn auch wir vergeben jedem, der (an) uns schuldig (geworden) ist», und Matthäus: «... wie auch wir vergeben unsern Schuldigern», dann ist dies so zu verstehen, dass die «Schuld» unserer Schuldigen darin besteht, dass sie sich uns gegenüber falsch verhalten, also «gesündigt» haben. Es geht demnach auch hier um die Vergabe der «Sünden».

Das griechische Wort *hamartia* (= Sünde) bedeutet Zielverfehlung.¹³⁵ Wenn ein Schütze eine Zielscheibe treffen soll und er schießt daneben, dann «sündigt» er, d.h. er verfehlt das Ziel.

Welches Ziel sollen wir erreichen? Wir sollen zu einem bestimmten, einmaligen, unverwechselbaren Menschen heranreifen, in dem alles enthalten, entfaltet und zusammengefasst ist, was potenziell in ihm ist. Es ist das, was Plato als «Annäherung des Abbilds an das Urbild» und Aristoteles als «Entelechie» (auf das Ziel gerichteter Entwicklungstrieb) beschreibt. Im Neuen Testament wird dieser Prozess als ein Umgestaltet-Werden in das Bild Christi bezeichnet (2 Kor 3, 18), und C. G. Jung nennt diesen Vorgang Individuation. «Psychologische Individuation bedeutet Bewusstheit jener Individualität, die jedes Wesen besitzt – ohne es zu wissen.»¹³⁶ Diese Individualität ist der ganze Mensch mit dem, was ihm bewusst und was ihm nicht bewusst ist. «Der Drang nach Individuation stellt die Notwendigkeit dar, die wahre Wirklichkeit zu finden, die sich hinter unserer Oberfläche verbirgt und die andere manchmal deutlicher in uns sehen, als wir selbst.»¹³⁷

Wir «sündigen», wenn wir diesem Drang nach Individuation nicht nachgeben, sondern in der Unbewusstheit verharren. Der Weg der Individuation ist also das Ziel. Sündigen heisst, dass wir diesen Weg nicht gehen und damit am Ziel unseres Lebens vorbeileben. Als der französische Filmregisseur Henri-Georges

Clouzot zum Glauben an Gott fand, sagte er: «J'ai été a côté de moi-même longtemps. Je me suis enfin rejoint.»¹³⁸

Das Neben-sich-her-Leben und das An-sich-vorbei-Leben ist die grosse Versuchung, von der wir im vorigen Kapitel gesprochen haben. Es ist das «Fleisch», das immer wieder den Impulsen des Geistes, d. h. unseres Selbst, widerstreitet (vgl. Gal 5, 17 und Röm 7, 14 ff.). Überall, wo wir nicht auf dem Weg zur «Ganzheit» sind, d. h. wo wir uns selber nicht treu sind, verfehlen wir das Ziel – wir «sündigen». Alle Einseitigkeit ist «Zielverfehlung». Wer nur mit dem Verstand urteilt und nicht auch mit dem Gefühl (und umgekehrt), der «sündigt». Wer nur die äussere Welt wahrnimmt und nicht auch die innere (und umgekehrt), der «sündigt». Wer nur auf materielle Werte ausgerichtet ist und nicht auch auf geistige (und umgekehrt), der verfehlt das Ziel – er «sündigt». Ganzwerden heisst also, das ergänzen, was einseitig ist. Sünde heisst, die Ganzheit verfehlen.

Im Neuen Testament wird das Wollen des Geistes näher gekennzeichnet als eine Verwirklichung der Liebe, und zwar in ihrer dreifachen Gestalt als Selbstliebe, Nächstenliebe und Gottesliebe.¹³⁹ Wenn wir die Liebe verfehlen, dann sündigen wir.

Und wie steht es mit den Geboten? Heisst «sündigen» nicht auch, die Gebote übertreten? – Gebote sind nützlich und gut, soweit sie der Erhaltung und Entfaltung des Lebens dienen. Wenn sie jedoch lebensfeindlich werden, dann werden sie schädlich.

Ein durchgezogener Strich auf der Strasse hat eine wichtige Funktion. Er hilft, Leben zu erhalten. Wer ihn überfährt, der «sündigt». Wenn mir aber ein Kind in die Fahrbahn läuft, dann muss ich den durchgezogenen Strich überfahren. Ich «sündige», wenn ich statt des Strichs das Kind überfahre. Verkehrsregeln sind dazu da, Leben zu erhalten und nicht Leben zu zerstören.¹⁴⁰

Wo uns Gebote wichtiger sind als das Leben und wo wir um eines Gebots willen Leben zerstören, «sündigen» wir. Wer keine Ehrfurcht vor dem Leben hat, der verfehlt das Ziel: Er «sündigt». Verfehlung des Ziels heisst also Verfehlung des Wegs.

Was heisst nun «Vergebung der Sünden»? Im griechischen Urtext des Neuen Testaments wird hier ein sehr einfaches und klares Wort gebraucht, das überhaupt nicht religiös oder «fromm» ist. Das Wort, das im Neuen Testament mit «Vergebung» übersetzt wird, heisst wörtlich «fortschicken».¹⁴¹

Die Bitte des Vaterunsers «Vergib uns unsere Sünden» müsste man also wörtlich übersetzen mit: «Schicke unsere Zielverfehlungen fort.» Dieses Fortschicken von Zielverfehlungen erinnert an den Sündenbock, von dem im 3. Buch Mose (16, 20–22) die Rede ist. Auf diesen Sündenbock werden die Sünden des Volkes gelegt und er wird anschliessend in die Wüste «fortgeschickt», von wo er niemals wieder zurückkehrt. Dass Sünde fortgeschickt wird, kommt auch in einer anderen Aussage des Alten Testaments zum Ausdruck (Ps 103, 12), wo es heisst: «So fern der Morgen ist vom Abend, sollen eure Sünden von euch sein.» Durch diese Aussagen des Alten Testaments wird zum Ausdruck gebracht, dass das, was fortgeschickt ist, nicht mehr vorhanden ist.

Wie geschieht nun dieses Fortschicken, diese «Vergebung» praktisch? Wir kennen die Antwort des Neuen Testaments und der christlichen Kirche: «Jesus Christus ist für unsere Sünden am Kreuz gestorben. Er hat unsere Sünden am Kreuz getilgt.» Im gekreuzigten Christus wird auf eindrückliche Weise deutlich, was es heisst, dass Sünde fortgeschickt und getilgt wird, dass sie nicht mehr da ist, dass sie aufhört, als Zielverfehlung zu existieren. Und wie wird dies deutlich? Das Kreuz ist ein Symbol der Ganzheit. Im Kreuz sind die beiden Grundrichtun-

gen zu einer spannungsvollen Einheit verbunden. Die *Waagrechte* stellt das ruhende, beharrende Prinzip dar. Sie ist Symbol des Weiblichen. Sie ist das alles umschliessende Element. Wird die Waagrechte ins Unendliche verlängert weitergedacht, dann umschliesst sie die ganze Welt. Die *Senkrechte* dagegen ist das dynamisch-wirkende und zielgerichtete Element. Sie ist Symbol des Männlichen. Die Senkrechte strebt in die Höhe und dringt in die Tiefe. Die *Kreuzmitte* hält beide Linien zusammen. Sie ist deshalb das Symbol Gottes, in dem die Gegensätze vereinigt sind.

Als Ureinheit ist Gott männlich und weiblich zugleich. Er ist der dynamisch Wirkende und der Ruhende. In ihm ist unten und oben, links und rechts (d. h. Dunkles und Helles) zu einer dynamischen Ganzheit vereinigt. Die Polarität zwischen dem «lieben» Gott und dem «bösen» Satan ist im Kreuz aufgehoben. Im Blick auf das Kreuz von Golgatha hat Karl Barth einmal gesagt: «Der Wille Gottes geschah, indem der Wille Satans geschah. Die Antwort Gottes war identisch mit dem Tatwort Satans.»¹⁴² Das Kreuz Golgathas offenbart somit das «Zusammenfallen des göttlichen und des satanischen Willens».¹⁴³

Und eben dieses Zusammenfallen der Gegenpole bedeutet «Heil», d. h. Ganzheit. In diesem «Heil» ist auch der Gegensatz zwischen Gott und Mensch aufgehoben. Indem Christus als der «Urmensch» (1 Kor 15, 45) und als Abbild Gottes (Kol 1, 15; 2 Kor 4, 4) am Kreuz leidet, leidet Gott selber am Kreuz.

Der Psychoanalytiker Viktor Frankl hat dies einmal so ausgedrückt: «Mit seinem schauerlichen Schrei am Kreuz (<mein Gott, mein Gott, warum hast du mich verlassen>) war Jesus so hundertprozentig, so tausendpromillig Mensch, dass man ihn mit Recht als Gott bezeichnen kann.»¹⁴⁴

Und was bedeutet dies alles für das «Fortschicken» unserer «Zielverfehlungen»? Indem unsere «Zielverfehlungen» im

Kreuz integriert sind, sind sie in das Ganze eingebunden und hören damit auf, «Zielverfehlungen» zu sein. Sie sind Bausteine für unsere Ganzheit. Das «böse» Tun Satans offenbart sich als ein Tun, das «das Gute schafft»,¹⁴⁶ so wie z. B. Gott aus dem bösen Tun der Jakobssöhne Gutes schafft (1 Mose 50,20). Der Längsbalken des Kreuzes ist Symbol dieser Verbindung zwischen der hellen und der dunklen Seite Gottes.

Und wie ist das mit dem Querbalken des Kreuzes? Auf der einen Seite von Jesus hängt ein Mitgekreuzigter, der sich Jesus zuwendet, der Ja zu Jesus sagt; auf der anderen Seite ein Mitgekreuzigter, der sich von Jesus abwendet und Nein zu ihm sagt (Lk 23,42; 39). Jesus in der Mitte streckt seine Hände zu beiden aus, zu dem, der Ja sagt, und zu dem, der Nein sagt.

Die am Querbalken des Kreuzes festgenagelten Hände Jesu sind somit mit beiden verbunden, und wir gehören zu beiden: Wenn wir sündigen und damit das Ziel verfehlen, gehören wir zu dem, der Nein zu Jesus (= zum *Selbst*) sagt. Und wenn wir uns Jesus zuwenden, dann gehören wir zu dem, der Ja zu Jesus sagt. Der Seite, die Ja zu Jesus sagt, wird das Paradies, d. h. die Ganzheit versprochen, aber auch die andere Seite, die, die Nein zu Jesus sagt, ist in den göttlichen Heilsplan miteinbezogen.

Der Neinsager sagt zu Jesus: «Hilf dir selbst und uns.» Am Kreuz hilft Christus tatsächlich sich selbst und uns. Sicherlich nicht so, wie der Neinsager vordergründig meint, aber letztlich doch: Im Kreuz erreicht Jesus seine eigentliche Ganzheit, indem er Gott und Teufel vereint, und er erlöst uns, indem er auch unser Nein in die Ganzheit miteinbezieht. Das Kreuz umfasst somit als Symbol den Himmel und die Hölle, das Ja und das Nein. Deshalb gibt es ausserhalb des Kreuzes kein «Heil», d. h. keine Ganzheit.

Die Vergebung oder das Fortschicken der Sünde besteht also objektiv gesehen darin, dass unsere Zielverfehlungen, wenn sie

mit dem gekreuzigten Christus in Verbindung gebracht werden, zu einem Bestandteil des göttlichen Heilsplans werden und damit ihren Charakter als Zielverfehlungen verlieren. Die Zielverfehlung ist also «fortgeschickt».

Was aber bedeutet dieses Fortschicken *subjektiv*? Wie wird die Sündenvergebung in unserem Leben zu einer erfahrbaren Wirklichkeit?

Es geht zunächst darum, die Zielverfehlungen konkret zu erkennen. Es nützt gar nichts, wenn ich sage: «Ja, ich weiss, in mir wohnt nichts Gutes – wir sind allzumal Sünder!», sondern es geht darum, dass ich den Sadisten und den Masochisten in mir erkenne, d.h. den, der sich selber und andere quält; dass ich den «Pharisäer» in mir erkenne, d.h. den, der sich besser dünkt als andere; den Lügner, der sich um die Wahrheit herum-mogelt; den Mörder, der sich selbst und anderen Lebensmöglichkeiten abschneidet; den fiesen Typ und den Feigling und alle Gestalten in mir, die böse sind und Spaltung bewirken.

Alle diese Gestalten sind in uns – aber oft erkennen wir sie nur bei den anderen.¹⁴⁶ Aber das ist auch eine Chance: Indem wir sie bei anderen entdecken, werden die anderen zu einem Spiegel für uns. Denn wir können nichts bei anderen erkennen, was nicht auch in uns selber ist. So sagt Jesus: «Was siehst du den Splitter in deines Bruders Auge und erkennst nicht den Balken in deinem eigenen Auge?» (Mt 7,2 ff.; vgl. auch Röm 2, 1). Holz erkennt Holz! Weil der Balken in unserem Auge aus dem gleichen Holz ist wie der Splitter im Auge unserer Mitmenschen, erkennen wir überhaupt erst diesen Splitter.

Aber diese Entdeckungsarbeit ist ein schwieriger Prozess. Die meisten Menschen können diese Entdeckungsarbeit alleine nicht leisten, sondern sie brauchen dazu einen anderen Menschen, der ihnen hilft, diese dunklen Gestalten und Haltungen in sich selber zu entdecken und sie als zu sich gehörig zu er-

kennen. Dass so wenige Menschen wirklich Befreiung erfahren durch Sündenvergebung, hängt damit zusammen, dass nur wenige wirklich ehrlich sich selber gegenüber sind und es wagen, ihren «Sünden» in die Augen zu schauen.

Neben dem, was uns an anderen negativ aufstösst, gibt es noch eine zweite Möglichkeit, die eigene Sünde zu erkennen: wenn wir Mühe haben, uns etwas zu verzeihen. Wir haben z.B. etwas getan, das gar nicht zu dem Bild passt, das wir von uns haben, und sagen: «Das kann ich mir nie verzeihen!» Was wir uns nicht verzeihen können, das betrachten wir im Grunde genommen auch nicht als zu uns gehörig, sondern haben es von uns abgespaltet. Ich kenne Menschen, die Familienangehörige oder Verwandte, derer sie sich schämen, verstecken. Sie tun so, als würden die nicht zu ihnen gehören. Sie gehören aber trotzdem zu ihnen.

So ist das auch mit unseren Sünden. Dieses Versteckspiel ist eine törichte Sache, denn die anderen wissen sowieso Bescheid und wir mogeln uns dadurch nur in eine innere Unfreiheit hinein. All die vielfältigen Verstösse gegen uns selber, gegen den Nächsten und gegen Gott gehören zu uns und wir können sie alle zum «Kreuz» bringen.

Das Erkennen unserer Zielverfehlungen und das Erkennen der Tatsache, dass sie aufhören, Zielverfehlungen zu sein, wenn wir sie zum «Kreuz» bringen, hat weitreichende Konsequenzen: Was wir *uns* verzeihen können, das können wir auch dem Nächsten verzeihen. Wenn wir wissen, dass wir auch nicht besser sind als unsere Mitmenschen, haben wir keinen Anlass und kein Verlangen mehr, andere anzuklagen.

Wenn unsere eigenen Zielverfehlungen zu einem Teil des göttlichen Heilsplans werden können, dann können es auch die-

jenigen der anderen. Wer also Vergebung der Sünden in diesem Sinn erfährt, leistet einen wesentlichen Beitrag zur Gesundung der Gesellschaft.

Wie können «Zielverfehlungen», durch die *andere* in unserem Leben bewusst oder unbewusst Schaden angerichtet haben, von uns «fortgeschickt» werden? Ich möchte dazu das Erlebnis einer 42-jährigen Engländerin erzählen, die ich bei einer Konferenz in den USA kennengelernt habe.

Mary, so hiess jene Engländerin, hat ihre Mutter nur als kranke Frau erlebt, die unfähig war, ihr Liebe, Geborgenheit und Anerkennung zu geben. Jene Mutter ist also ihrer Tochter gegenüber «schuldig» geworden – sie hat das «Ziel» der mütterlichen Fürsorge «verfehlt». Mary war deshalb zeitlebens auf der Suche nach der Mutter. Sie suchte sie in christlichen Gruppen und Kreisen, in Selbsterfahrungsgruppen, in Ausbildungsstätten und in vielerlei Aktivitäten. Schliesslich wurde sie Musiktherapeutin in einer Psychiatrischen Klinik in England. Auch dort suchte sie im Kreis der Patienten, Pfleger und Ärzte mütterliche Geborgenheit und Anerkennung.

Doch dann geschah etwas, was Marys Leben veränderte: An einem Sonntagnachmittag fühlte sie den starken Drang, mit ihrem Auto in die Klinik zu fahren, obwohl sie dort sonntags keinen Dienst hatte. Sie berichtete: «Ich spüre deutlich, dass es mich in die Klinik zieht, und so fahre ich los. Im Klinikgelände angekommen, sehe ich den grossen Park mit den schönen alten Bäumen und darin das graue Klinikgebäude. Ein Gefühl der Freude durchströmt mich, mein Herz schlägt schneller und ich nehme dankbar wahr, wie sehr ich meinen Beruf als Musiktherapeutin liebe. Ich umfahre den grossen Klinikpark, so dass ich das Gebäude immer wieder von einer anderen Seite sehen kann. Da ist es mir plötzlich, als läge die Klinik wie eine grosse, kranke Mutter in ihrem Garten. Und jetzt arbeite ich in dieser

grossen, kranken Mutter! Klänge, Töne, Lieder und Rhythmen erklingen in ihr. Diese grosse Mutter braucht mich. Durch mein musiktherapeutisches Arbeiten bin ich immer wieder neu mit ihr verbunden. Als ich dann bewegt und von starken Energien erfüllt nach Hause zurück fahre, habe ich den starken Eindruck, als sei mir meine längst verstorbene Mutter begegnet.

Einige Monate später gehe ich wieder einmal – wie so oft – durch die langen, grauen Gänge im Keller der Psychiatrischen Klinik, um auf einer Abteilung einige Patienten zu holen. Ich habe diese Kellergänge gern und gehe gern in ihnen, obwohl sie grau und manchmal etwas unheimlich sind. Während ich so dahin gehe, wird mir plötzlich wieder deutlich, dass ich durch die kranke, grosse Mutter hindurchgehe und Licht, Schwingungen, Töne, Wärme und Liebe in sie bringe. Jetzt nehme ich unmittelbar neben mir deutlich spürbare Schwingungen wahr. Ich spüre, dass meine Mutter mir nah ist und zu mir sagt: «Du bist ok, es ist gut, was du tust. Es ist super, wie du dein Leben lebst!» Ich spüre diese Anerkennung meiner Mutter wie einen warmen Strom, und ich weiss: Jetzt ist es gut.»

Unseren Schuldigern «vergeben» können wir letztlich nur, wenn wir die Funktion erkennen, die ihre «Schuld» in unserem Leben hat.

Als die indische Heilige Amritanandamayi einmal gefragt wurde, wie sie Menschen vergeben könne, die ihr so viel Böses zugefügt hätten, deutete sie auf einen blühenden Rosenstock und sagte: «Seht diese wunderschönen Rosen! Was haben sie für einen feinen Duft! Und was haben wir ihnen gegeben, damit sie so schön gewachsen sind? Jauche!»

Welch ein Unterschied zwischen der übelriechenden Jauche und den köstlich duftenden Rosen! So ist auch all das Schlimme, was uns andere antun, Dünger für unser geistliches Wachstum. Es gehört zur Natur der Unwissenden, dass sie Böses tun.

Aufgabe der Wissenden dagegen ist es, den Unwissenden zu vergeben und Gott zu bitten, dass er ihnen die Augen öffne und sie auf den rechten Weg führe.¹⁴⁷

Sündenvergebung im Licht des Anahata-Chakra

Das Anahata-Chakra ist das *Herz-Chakra*. Es ist die Mitte der sieben Chakren. Die Farbe des Anahata ist grün. Grün ist die Mittelfarbe zwischen dem warmen Gelb und dem kühlen Blau.¹⁴⁸ Grün ist aber auch die Farbe des Wachstums und kennzeichnet den Neubeginn. Der Erfahrung des Bösen (Swadhisthana) und der Versuchung durch die Mächte des Unbewussten (Manipura) folgt die Tilgung der Zielverfehlungen (Anahata).

Wir haben unsere Projektionen zurückgenommen. Wir haben den integrierbaren Teil unserer gegengeschlechtlichen Seite integriert, Frieden ist eingekehrt und wir betrachten die Emotionen, von denen wir vorher gebeutelt worden sind, von einer höheren Warte aus – *au dessus de la mêlée*.¹⁴⁹ Wir stehen gleichsam auf einem Berg über dem Talgewitter. Gewiss, das Gewitter tobt weiterhin im Tal, aber wir stehen darüber und können es ohne Furcht anschauen.¹⁵⁰ Die Hauptschlacht ist geschlagen. Es geht jetzt darum, das Feuer am Brennen zu halten¹⁵¹ oder – in einem anderen Bild ausgedrückt – einen edlen vergorenen Wein in der Flasche reifen zu lassen.¹⁵²

Im Anahata erleben wir «das erste Aufblitzen des Selbst».¹⁵³ Mit Anahata beginnt der Weg der Individuation, denn «das Bewusstwerden der unpersönlichen Seite ist der Anfang der Individuation. Individuation hat nichts mit dem Ich zu tun, denn das Ich bleibt für immer unten im Muladhara».¹⁵⁴

«Das Selbst ist etwas ausserordentlich Unpersönliches, Objektives, und wenn man es erblickt, wird man dadurch auch

ganz unpersönlich. Es ist, als ob man sich selbst gegenüber fremd würde. Paulus hat das schon ausgesprochen, als er sagte: «Nicht ich, sondern Christus lebt in mir.»¹⁵⁵

Das Element des Anahata ist die *Luft*. Die Erde des Muladhara ist die *prima materia*. Der Abstieg ins Wasser des Swadhisthana bedeutet Abstieg ins Unbewusste und die Erfahrung des Bösen. Im Feuer des Manipura werden wir versucht und zubereitet für den Frieden des Anahata. Im Anahata sein bedeutet, in der «Luft», d.h. im Geist sein, der uns «über die Welt der Emotionen und Leidenschaften»¹⁵⁶ erhebt.

Das dem Anahata zugeordnete Tier ist die *Gazelle*. «Sie ist ein treffendes Symbol für die Leichtigkeit, Kraft und Wirksamkeit des psychischen Wesens von Gedanken und Gefühl.»¹⁵⁷ Im Anahata manifestiert sich das Psychische wie eine Gazelle. «Es äussert sich spukhaft ungreifbar – wie Kobolde, Elfen, Zwerge – und entschlüpft immer wieder.»¹⁵⁸

Die Zahl des Anahata ist die *Vier*, die in den vier Richtungen des Kreuzes symbolischen Ausdruck findet. Das Kreuz ist Symbol der Integration von Himmel und Erde, von rechts und von links,¹⁵⁹ «Sünde» wird «vergeben», indem sie in das Ganze integriert wird und einen sinnvollen Anteil am Ganzen erhält. Sie hört dadurch auf, «Zielverfehlung» zu sein.

Indem die «Sünde» mit dem Kreuz, d.h. mit dem Symbol der Ganzheit verbunden wird, ist sie keine Zielverfehlung mehr, sondern sie «trifft» das Ziel.

Dieser Tatbestand wird z.B. im persischen *Märchen* «Das Bad Badgerd» veranschaulicht,¹⁶⁰ wo der Märchenheld Hatim zweimal das Ziel verfehlt und deswegen bis zum Nabel versteinert wird und dann weinend ausruft: «Möge niemand das Ziel seines Lebens verfehlen, wie ich es tat!» Doch beim dritten Mal trifft er – und zwar mit geschlossenen Augen, d.h. er

trifft nicht durch erlernte Geschicklichkeit (durch die er vorher das Ziel verfehlte!), sondern dadurch, dass er das Unbewusste miteinbezieht. Indem Hatim das Ziel trifft, findet er einen kostbaren Diamanten, ein Symbol des Selbst. Seine Versteinerung verschwindet und auch die anderen versteinerten Menschen werden wieder lebendig! Dadurch, dass Hatim beim dritten Mal das Ziel trifft, werden seine vorherigen Zielverfehlungen getilgt. Mehr noch: Sie werden zu wesentlichen Stationen auf dem Weg zur Ganzheit. Ähnliches begegnet uns im Parzival-Mythos.

Auch Parzival verfehlt zunächst das Ziel. «Vergebung» dieser Zielverfehlung besteht darin, dass er nach der Suchwanderung das Ziel erreicht und auch noch seinen Bruder Feirefiss mitbringt.

Der durch die Zielverfehlung eingeleitete Leidensprozess hat also sowohl bei Hatim als auch bei Parzival eine Funktion. Die Tiefenerfahrung der Versteinerung und die Leiden der Suchwanderung werden ins Ganze miteingebracht. Durch das Erreichen des Ziels werden sowohl bei Hatim als auch bei Parzival die anderen erlöst, die das Ziel nicht erreicht haben.¹⁶¹

Für das *Volk Israel* bedeutet Anahata der Einzug ins gelobte Land. Die Wüstenzeit ist vergangen. Israel hat Erfahrungen mit Gott gemacht. Es hat erlebt, wie es ist, wenn man Gott vertraut, und wie es ist, wenn man ihm nicht vertraut. Das war die Grundlektion der Wüstenzeit, und das ist die Basis für die gesamte folgende Zeit. Muladhara und Swadhisthana und Manipura, das ist der Inhalt der fünf Bücher Mose, die bis heute die heiligen Bücher Israels sind.

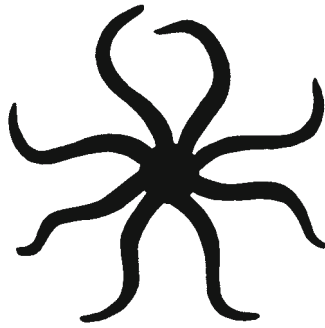
Einzug ins gelobte Land heisst Rückschau halten. Es ist, wie wenn die Schulzeit abgeschlossen ist und das Berufsleben beginnt. Mit Anahata beginnt der eigentliche Individuationsprozess. Alles andere ist Vorbereitung.

Im *Leben Jesu* wird Anahata deutlich in den Erzählungen, in denen er Sünden vergibt und heilt. Er vergibt dem Gelähmten (Mk 2,5–7) und zeigt beispielhaft, dass dadurch Heilung geschieht (Mk 2,10–22). Er vergibt der Ehebrecherin und schreibt dabei mit dem Finger in die Erde (Joh 8,5). Er zeigt dadurch, wohin die Frau gehört: zur Mutter Erde und nicht zu den anklagenden Männern. Wenn sie aus dem Wurzelboden der Erde statt vom Gesetz (Joh 8,5) ihre Weisungen holt, dann «sündigt» sie nicht. Und er vergibt der grossen Sünderin (Lk 7,27), «weil» sie viel geliebt hat. Liebe bedeutet Ganzheit. In ihr gibt es keine Zielverfehlungen: «Die Liebe tilgt die Menge der Sünden» (1 Petr 4,8).

Sündenvergebung im Licht des Anahata-Chakra bedeutet also, dass «Zielverfehlung» durch Interpretation in das Ganzheits-symbol des Kreuzes zu einem Teil des Ganzen wird und dadurch aufhört, Zielverfehlung zu sein. Dadurch werden auch die Zielverfehlungen der anderen getilgt.

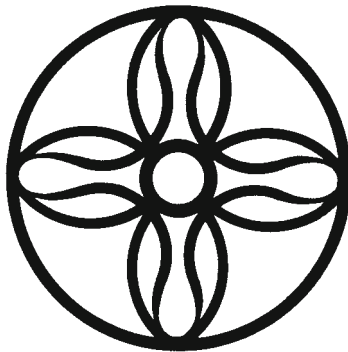
Ein Neuanfang (grün!), der Beginn des eigentlichen Individuationsprozesses, wird dadurch ermöglicht. Es beginnt der Umgestaltungsprozess in das Bild Christi, d.h. in das Bild des wahren Selbst. Hierzu ein Beispiel: Ein 59-jähriger, im öffentlichen Leben stehender Mann wurde von zahlreichen Menschen angefeindet und verleumdet. In dieser Situation hatte er folgenden Traum, den ich hier in seinen eigenen Worten wiedergebe:

«Ich schwimme im Meer, nicht sehr weit von der Küste entfernt. Plötzlich sehe ich vor mir ein etwa 50 cm grosses, schwarzes Tier, das mit seinen langen Fangarmen auf mich zu schwimmt und nach mir greift: Erschreckt rufe ich: «Huu, ein Tintenfisch!» Ich versuche, dem Tier zu entkommen, indem ich rückwärts davonschwimme und gleichzeitig mit dem Handrücken Wellenbewegungen gegen das Tier zu mache, um es zu vertreiben.



Einige Sekunden später schaue ich wieder auf und sehe zu meinem Erstaunen, dass es gar kein Tintenfisch ist, sondern ein (gleich grosses) schwarzes Mandala, das im Wasser ganz ruhig und langsam, fast feierlich, auf mich zuschwimmt.

Ein freudiges Erstaunen, verbunden mit einem numinosen Gefühl durchdringt mich. Die Gestalt des Mandalas ist so klar, dass ich sie während des Aufwachens noch vor mir sehe und genau nachzeichnen kann:



Als ich anschliessend über den Traum nachdachte, wurde mir deutlich, dass in den Anfeindungen und Verleumdungen meiner Gegner und in sonstigen Widerwärtigkeiten Gott selber und mit ihm mein wahres Selbst nach mir greift und auf mich zukommt.»

Wir denken jetzt an Situationen, in denen wir das Ziel unseres Lebens verfehlt haben, wo wir den Versuchungen erlegen sind, wo wir uns selbst nicht treu waren, wo wir Nein gesagt haben zu den Impulsen unseres wahren Selbst.

Wir bringen diese Zielverfehlungen zum Kreuz Christi.

Das Kreuz ist ein Symbol der Ganzheit.

Im Kreuz sind Gott und Satan, das Ja und das Nein zu einem Ganzen geworden.

Im Kreuz sind deshalb alle Zielverfehlungen aufgehoben, unsere eigenen und die unserer Mitmenschen.

Wir stellen uns vor, dass sich das Herz-Chakra wie eine Blüte öffnet und dass eine grüne Farbe einströmt.

Wir bitten dabei Gott: «Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.»

5. Unser tägliches Brot gib uns heute

Die Bitte um Brot im Licht der Analytischen Psychologie

Brot kommt in der Bibel in einer dreifachen Weise vor:

1. als Frucht menschlicher Arbeit,
2. als Gabe Gottes und
3. als himmlisches Brot.

Von der Frucht menschlicher Arbeit ist in 1 Mose 3,19 die Rede: «Im Schweisse deines Angesichts sollst du dein Brot essen, bis du wieder zur Erde zurückkehrst, von der du genommen bist. Denn Erde bist du und zur Erde musst du zurück.»

Hier ist vom Brot die Rede, vom Schweiß und von der Erde. Wir werden daran erinnert, dass wir von der Erde abstammen und wieder zu Erde werden. Auch das Brot kommt von der Erde und wird wieder zu Erde. Wir sind also mit dem Brot verwandt. Wir stammen beide von der «Mutter Erde» ab. Eine solche Erinnerung könnte weitreichende Konsequenzen für unseren Umgang mit der Erde haben!

Nun heisst es ausserdem, dass wir uns um das Brot mühen sollen «im Schweisse deines Angesichts». Auch an anderen Stellen der Bibel ist davon die Rede, dass man sein Brot erarbeiten soll. So z.B. im Buch der Sprüche: «Geh hin zur Ameise, du Fauler, sieh an ihr Tun und lerne von ihr! (...) Sie bereitet ihr Brot im Sommer und sammelt ihre Speise in der Ernte.» (Spr 6,6.8) Und im Neuen Testament lesen wir: «Wer nicht arbeiten will, der soll auch nicht essen.» (2 Thess 3,10) Das ist also die Meinung der Bibel: Zum Brot gehören die Erde *und* die Arbeit.

Im Licht der Analytischen Psychologie besehen, weist die Brot-Bitte auf die Realität hin, in der wir leben. Wir bleiben – auch

wenn wir jetzt in den Bereich der oberen Chakren eintreten – immer in der Realität, in der Erde verwurzelt.

Zu dieser Realität gehört all das, was Martin Luther in seinem Kleinen Katechismus unter «Brot» subsumiert: Essen, Trinken, Kleider, Schuhe, Haus, Hof, Acker, Vieh, Geld, Gut, Oberherren, Regiment, Wetter, Friede, Gesundheit, Zucht, Ehre, Freunde, Nachbarn ...¹⁶²

Die Brot-Bitte erinnert uns daran, dass auch die Materie Gottes Schöpfung ist. Und so spricht Leonhardt Ragaz von einem «heiligen Materialismus».¹⁶³ Brot erinnert uns an unsere Verbundenheit mit der Materie und an unsere Verantwortung für die Materie, für unsere «Mutter Erde», für alles, was auf ihr wächst und lebt, und für das, was in ihr ist.

Brot begegnet uns in der Bibel weiterhin als Gabe Gottes. So z.B. in 2 Mose 16,4, wo Gott sagt: «Siehe, ich will euch Brot vom Himmel regnen lassen.» Für die Bibel ist die Arbeit nicht alles, sondern neben und über der menschlichen Arbeit steht das göttliche Schenken – wie es im Lied heisst: «Wir pflügen und wir streuen den Samen auf das Land, doch Wachstum und Gedeihen steht in des Höchsten Hand.»

Alle unsere Arbeit wäre vergeblich, wenn nicht das Geben Gottes hinzu käme. Das göttliche Geben wird uns im Alten Testament in der Erzählung vom Manna-Wunder vor Augen gemalt. Dort heisst es: Gott wird euch «Brot in Fülle» zu essen geben (2 Mose 16,8). Im Geschenk des Manna schenkt Gott Brot ohne menschliche Arbeit.

Ähnliches wird uns dann im Neuen Testament in den Geschichten von der Brotvermehrung berichtet (z.B. Mt 14,13–21). Dort heisst es, dass Jesus fünf Brote so vermehrte, dass Tausende satt wurden. Er gab das vermehrte Brot seinen Jüngern, und die gaben es weiter an das Volk. Das auf wunderbare Weise vermehrte Brot ist nicht aus menschlicher Arbeit hervorgebracht

worden, sondern es ist Gottes Gabe. Gewiss, das Ausgangsprodukt waren die fünf erarbeiteten Brote, aber das Brot, das wirklich satt gemacht hat, stammte direkt von Gott, es war eine Gabe Gottes (Mt 14, 19f.). Das ist also das Zweite: Neben und über der menschlichen Arbeit steht das Geben Gottes. Wir beten deshalb im Vaterunser: «Unser tägliches Brot *gib* uns.»

Im Licht der *Analytischen Psychologie* bedeutet dieses «Geben» Gottes, dass auch die beste analytische Methode nichts wirkt, wenn nicht das «Geschenk» Gottes hinzukommt.

Wir können uns zwar auf den Individuations-Weg begeben, alle unsere Träume aufschreiben und analysieren, wir können uns mit unserem Schatten, mit Anima und Animus und mit den Symbolen des Selbst befassen – wenn aber nicht die Erfahrung der Gnade hinzukommt, dann ist all unser Tun vergeblich.¹⁶⁴

In den *Märchen* wird dies immer wieder deutlich. Ein Märchenheld, der sich auf die Suchwanderung begibt, würde nie das Ziel erreichen, wenn er nicht einem Helfer begegnen würde, der ihm hilft, die Gefahren zu überwinden, mit dem Leben davonzukommen und trotz aller Schwierigkeiten das Ziel zu erreichen.

So geht es auch in unserem Bemühen um die Erhaltung der Mutter Erde und ihrer Umwelt. Die Aufgabe erscheint riesengross, die Schwierigkeiten unüberwindlich, und doch dürfen wir hoffen, dass sich auch hier «Gnade» ereignet und dass der Mutter Erde Hilfe zuteil wird. Denn auch sie ist ein lebendiger Organismus.¹⁶⁵ Und auch sie ist auf dem Weg zur Individuation – nicht zuletzt wegen der vielen Menschen, die sich für ihre Gesunderhaltung und Ganzwerdung einsetzen.¹⁶⁶

Brot begegnet uns in der Bibel schliesslich als das himmlische Brot, das ewiges Leben verleiht. So sagt Jesus in Joh 6, 35: «Ich bin das Brot des Lebens.» Das *irdische* Brot weist über sich hin-

aus auf das *himmlische* Brot. In der Versuchungsgeschichte (Mt 4, 1 ff.) zitiert Jesus aus dem Alten Testament: «Der Mensch lebt nicht vom Brot allein, sondern von einem jeglichen Wort, das aus dem Munde Gottes kommt.» (5 Mose 8, 3 in Mt 4, 4)

Was heisst das? Wir haben nicht nur einen *irdischen* Leib, sondern in unserem irdischen Leib auch einen *geistlichen* Leib. So wie unser irdischer Leib irdisches Brot braucht, um existieren zu können, so braucht unser geistlicher Leib geistliches Brot, um existieren zu können. In unserem irdischen Leib wächst ein geistlicher Leib (2 Kor 4, 16), der genauso ernährt werden muss wie unser irdischer Leib – aber nicht mit irdischem Brot, sondern mit geistlichem Brot. Wenn es vom irdischen Menschen heisst, dass er zur Erde zurückkehrt, dann heisst es vom geistlichen Menschen, dass er zum «Geist», d. h. zu Gott zurückkehrt (Pred 12, 7). So erinnert uns jedes irdische Brot, das wir essen, um unseren *äusseren* Menschen zu erhalten, an das himmlische Brot, von dem unser *innerer* Mensch lebt.

Im Licht der Analytischen Psychologie ist das «himmlische Brot», das der Ernährung des «grösseren Menschen» dient und damit Ganzheit bewirkt, ein Symbol des Selbst. Das Selbst ist das Urbild des Menschen, in das hinein wir umgestaltet werden (vgl. 2 Kor 3, 18).

Die drei Aspekte des Brotes erinnern auch an die Eucharistiefeier. Das eucharistische Brot ist zunächst irdisches Brot – Frucht unserer Arbeit. Das Abendmahlsbrot ist aber auch *gegebenes* Brot («Jesus nahm das Brot und *gab* es seinen Jüngern»). Und es ist geistliche Speise, in der sich Jesus Christus, das Brot des Lebens, uns zu eigen gibt. Darüber hinaus bedeutet jede Eucharistiefeier (genauso wie jedes Vaterunser-Gebet) im Licht der Analytischen Psychologie eine Einübung in die Ganzheit.¹⁶⁷

Ein weiterer Aspekt der Brotbitte ist der *soziale* Aspekt. Ich bitte nicht um *mein* Brot, das *mir* gegeben wird, sondern um *un-*

ser Brot, das *uns* gegeben wird. «Die Brotfrage ist eine soziale Frage», schreibt Jan Lochmann,¹⁶⁸ und Leonhardt Ragaz meint: «Wenn wir um das tägliche Brot bitten, dann bitten wir auch um Änderung der heutigen auf Ausbeutung und Profit ruhenden Gesellschaftsordnung. Wir bitten um Überwindung von Sorge und Gier; um rechte Arbeit und rechten Lohn; um Beseitigung der Arbeitslosigkeit (...) um das Verschwinden von Alkoholismus und Prostitution; um Erlösung auch der Natur von der Zerstörung durch eine im Dienste der Götzen arbeitenden Technik ...»¹⁶⁹

Im Licht der Analytischen Psychologie ist «Individuation» kein Selbstzweck, sondern hat immer auch einen sozialen Aspekt. Dieser Aspekt der Individuation findet einen symbolischen Ausdruck in der Christophoros-Legende. Indem Christophoros sich den Christus als kleines Kind auflädt, merkt er schliesslich, dass er sich die ganze Welt aufgeladen hat.¹⁷⁰

Wer den Individuationsweg geht, geht ihn nie für sich allein, sondern er wird – in dem Mass, wie der Christus in ihm Gestalt gewinnt – zum «Brot für Brüder», zum «Brot für die Welt».¹⁷¹

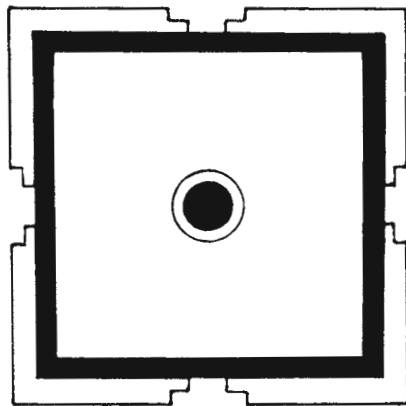
Die Bitte um Brot im Licht des Vishuddhi-Chakra

Im Vishuddhi-Chakra kostet der indische Yogi den göttlichen «Amrita» (= Nektar). Dieser Vorstellung liegt folgender Mythos zugrunde: Als aus dem kosmischen Ozean die Welt entstand, war die erste Substanz, die an die Oberfläche kam, das Gift der kosmischen Schlange. Dieses Gift kann weder von Menschen noch von Engeln und Dämonen assimiliert werden, nicht einmal von den Göttern, denn es ist die kosmische Kraft der Zerstörung. Es gibt nur ein einziges Wesen, das dieses Gift trinken kann: Das ist der «kosmische Mensch», der vor allem Sein und Ursprung allen Seins ist (auch vor den zerstörenden Kräften

des Kosmos), nämlich der Gott Shiva. Als Shiva das Gift trank, zog es ihn zusammen und seine Kehle wurde ganz blau (so ist die blaue Farbe entstanden). Das Schlangengift wurde dadurch in «Amrita» verwandelt, es wurde zum Trank des ewigen Lebens, der im Vishuddhi-Chakra in homöopathischen Dosen vom Meditierenden als heilende Speise empfangen wird.

In diesem indischen Mythos begegnet uns dieselbe Realität, die auch in Jesus durchscheinend wird. Auch Jesus ist der «kosmische Mensch», der «Menschensohn» (Dan 7, 3; Lk 21, 27; Eph 1, 20 ff. u. a.), der vor allem Sein war und der die Quelle allen Seins ist (Joh 1, 1 ff.; 17, 5 u. a.). Er ist der einzige, der das Gift der Schlange trinken und absorbieren kann. In Gethsemane hat sich Jesus in einem ungeheuerlichen Kampf dazu durchgerungen, diesen Giftkelch zu trinken. Das Trinken dieses Kelchs auf Golgatha hat das Gift der Schlange in den «Amrita» des ewigen Lebens, in die «Medizin der Unsterblichkeit»¹⁷² verwandelt, an der die Glaubenden in der Eucharistie Anteil erhalten.

Die Zahl des Vishuddhi-Chakra ist die *Fünf*. Zur menschlichen und irdischen Vier kommt die Eins als «Quintessenz» hinzu. Das Irdische erhält dadurch einen Mittelpunkt – es wird über sich selbst hinausgehoben:



Im Blick auf die Brotbitte heisst das, dass das irdische Brot Anteil hat am himmlischen Brot. Es ist ein Abbild des himmlischen Brots. Nach dem Verständnis der Ostkirche ist jedes Brot Eucharistie-Brot. Im orthodoxen Gottesdienst wird deshalb sowohl das irdische Brot als auch das ihm entnommene himmlische Brot verteilt und gegessen.¹⁷³

Die Farbe des Vishuddhi ist das *helle Blau*, die «göttliche» Farbe.¹⁷⁴ Es ist die Farbe des Himmels. Sie «kommt vom Himmel auf uns herab und weist zum Himmel hinauf»,¹⁷⁵ sie weist hin auf das Brot, das vom Himmel herabgekommen ist (Joh 6,41) und das in Jesus Christus zum «Brot des Lebens» wird (Joh 6,35).

Für das *Volk Israel* ist Vishuddhi das Leben im gelobten Land. Es ist ein Land, «darin Milch und Honig fliesst» (2 Mose 3,8), aber auch ein Land, in dem das Brot erarbeitet werden muss. Menschliche Arbeit und göttliches Geben gehören zusammen. Das muss Israel im gelobten Land ständig neu lernen. Auf die Stimme Gottes zu hören, bedeutet Brot in Fülle (5 Mose 28,3 ff.), auf die Stimme Gottes nicht zu hören, bedeutet Hunger und Darben (5 Mose 28,38 ff.).

Für *Jesus* sind irdisches und geistliches Brot eins geworden. Seine Speise ist die, dass er den Willen Gottes tut (Joh 4,32–34), und seinen Jüngern verheisst er, dass ihnen Speise und alles andere zufällt, wenn sie zuerst nach dem Willen Gottes trachten (Mt 6,25–33).

Auch in zahlreichen *Märchen* geht es um das Geheimnis der Nahrung. So bringen z.B. das «Tischlein deck dich» und der Wundertopf in «Der süsse Brei» jederzeit reichlich Speise hervor. Im Märchen «Die weisse Schlange» verleiht das Kosten der Schlange die Fähigkeit, die Sprache der Tiere zu verstehen. In «Hänsel und Gretel» dagegen bedeutet das essbare Hexenhaus eine gefährliche Falle, ebenso wie der vergiftete Apfel in

«Schneewittchen» und das Trinken des verzauberten Wassers in «Brüderchen und Schwesterchen». Märchen machen deutlich, dass Nahrung nicht einfach tote Materie ist, sondern dass sie in Verbindung mit der geistigen Welt steht.

Irdische Nahrung wird durchscheinend für geistige Nahrung – so wie das Manna in der Wüste und das Brot des Abendmahls. Die Missachtung des Zusammenhangs zwischen materieller und spiritueller Wirklichkeit bringt Schaden – nicht nur beim Abendmahl (1 Kor 11, 29), sondern auch in den Märchen.¹⁷⁶ Im Vishuddhi wird die irdische Realität transparent für die himmlische Realität – ohne jedoch ihren irdischen Realitätscharakter zu verlieren.

Dies wird zum Ausdruck gebracht durch den *Elefanten*, der das Tier sowohl des Muladhara als auch des Vishuddhi ist. Der Elefant ist Symbol der tragenden Kraft der irdischen und der himmlischen Realität. Der Elefant ist Garantie dafür, dass auch die oberen Chakren mit der Muladhara-Realität verbunden bleiben und sich nicht in reine Geistigkeit verflüchtigen. Daran erinnert auch die Brotbitte des Vaterunsers. Auch das eucharistische Brot bleibt irdisches Brot, so wie der kosmische Christus identisch bleibt mit dem in Jesus von Nazareth inkarnierten irdischen Christus.¹⁷⁷

Der Elefant des Vishuddhi verhindert das Verweilen in reiner Geistigkeit. Er veranlasst zum Handeln – freilich nicht mehr zu einem von aussen gesteuerten Handeln, sondern zu einem, das seinen Ursprung in der Stimme des Selbst hat. «Wenn es einem z.B. vorkommt, man werde auf unbezwingliche Weise zum Handeln veranlasst oder zwingend daran verhindert, dann spürt man die Macht des Elefanten im Vishuddhi.»¹⁷⁸

Dieser Elefant erinnert an das «Daimonion», das Sokrates vor falschen Wegen bewahrt,¹⁷⁹ oder an den Geist Jesu, der nicht zulässt, dass Paulus falsche Wege geht (Apg 16, 7).

Als Ergänzung zur Brot-Bitte und zum Vishuddhi-Chakra möchte ich das Erlebnis von Dora, einer ca. 40-jährigen Frau, anfügen, die an einer Vaterunser-Chakrenmeditation teilnahm.

Dora litt seit 25 Jahren an Bulimie (Ess-Brech-Sucht). Bei diesem Kurs wurden die einzelnen jeweils mit den Vaterunser-Aussagen verbundenen Chakren der Reihe nach besprochen und anschliessend meditiert. Dora stellte dabei voller Freude fest, dass sie ihren Körper, den sie bisher abgelehnt hatte, positiv spürte und das Aufsteigen der Kundalini in ihrem Körper als angenehm empfand.

Doch dann kam das Vishuddhi-Chakra, dem in der Vaterunser-Chakrenmeditation die Brot-Bitte zugeordnet ist. Dora beschreibt ihr Erleben folgendermassen: «Meine Halspartie begann sich bei der Meditation zu versteifen und der Kopf wurde vorn emporgehoben wie bei einer Schildkröte. Kinn und Kehlkopf verkrampften sich und ich konnte nicht mehr schlucken. Aus dem Hellblau wurde Schwarz, und ich begann am ganzen Körper zu zittern. (...) Der Schmerz blieb noch lange und ich hatte Mühe beim Mittagessen.» Auch bei einem erneuten Versuch, die Chakren zu meditieren, begann das Hals-Chakra wieder zu schmerzen.

Am letzten Tag des Kurses hatte Dora jedoch ein visionäres Erlebnis, das sie folgendermassen schildert: «Ich sah, wie eine kräftige Schlange vom Wurzel-Chakra her in mir aufstieg. Ich hatte dabei das Gefühl, dass ich mit einer starken Energie erfüllt würde. Als die Schlange das Hals-Chakra erreichte – ohne dass ich Schmerzen bekam –, schoss mir plötzlich die Erkenntnis durch den Kopf: ›In mir ist ein Richtungswechsel geschehen. Ich muss mich nicht mehr von oben nach unten mit Essen auffüllen, um meinen Hunger zu stillen, sondern ich werde von unten her gefüllt! Allmächtiger Gott, du hast mich umgedreht, upside down!‹ Wenn ich daran denke, wie sich mein Hals verkrampfte, dann wird mir klar, dass ich ausser dem Essen nichts

anderes mehr aufnehmen konnte – nichts anderes hatte mehr Platz. Aber jetzt habe ich eine neue Nahrungsquelle gefunden. Jetzt werde ich von der Erde her gespeist. Ich bin nicht mehr ein toter Sack, den ich von oben mit Nahrung vollstopfen muss, sondern ich kann mich von unten her auffüllen lassen und spüre dann meinen Körper lebendig und angenehm.»

Meditation

Wir alle leben vom irdischen Brot.

Wir sind dadurch verbunden mit unserer Mutter Erde und mit all ihren Kindern.

Alles irdische Brot ist Abbild des himmlischen Brotes, das unser wahres Selbst ist, das unseren inneren Menschen ernährt.

Wir stellen uns vor, dass sich das Hals-Chakra wie eine Blüte öffnet und dass eine hellblaue Farbe einströmt.

Wir bitten dabei Gott: «Unser tägliches Brot gib uns heute.»

6. Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden. Dein Reich komme.

Der Wille Gottes im Licht der Analytischen Psychologie

Was ist der «Wille» Gottes? Es ist der Entwicklungstrieb, den Gott in seine ganze Schöpfung und damit auch in jeden einzelnen Menschen hineingelegt hat. Der «Wille Gottes» hat also nichts zu tun mit dem autoritären Machtstreben eines Souveräns, der von «aussen» her Unterordnung und Unterwerfung fordert. Im Gegenteil: Der Wille Gottes geschieht dort, wo etwas von «innen» her geschieht, wo wir etwas «geschehen lassen». Und so ist in unserer Vaterunser-Bitte auch nicht vom «Tun» des göttlichen Willens die Rede, sondern vom «Geschehen-Lassen»: «Dein Wille geschehe.»

Nun steht aber in uns Menschen dem göttlichen Willen ein anderer Wille entgegen. Dem, was wir «innen» wollen, dem, was unser «Herz» sich wünscht (Ps 37,4), steht das entgegen, was wir «aussen» wollen, was unser «Kopf» sich wünscht. Und so kommt es zum Konflikt zwischen diesem einander widerstreitenden Wollen (vgl. Röm 7,21 f.).

Damit wir den Willen Gottes «geschehen» lassen können und damit uns das widerfährt, was unser «Herz» sich wünscht, ist es wichtig, dass wir nicht nur auf die «Aussenseite» unseres Lebens achten, sondern auch auf seine «Innenseite».

Die Aussenseite kennen wir, sie ist uns bewusst. Sie wird bestimmt durch den Kalender und durch die Uhr. Sie besteht aus Wachen und Schlafen, aus Terminen und Tätigkeiten. Sie ist begleitet von Freude und Ärger, von Gesundheit und Krankheit, von Widerfahrnissen, die uns beglücken, und von solchen, die uns deprimieren. Das alles gehört zur Aussenseite.

Die Innenseite dagegen kennen wir nicht, sie ist uns unbewusst. Und doch begleitet sie uns Tag für Tag, Nacht für Nacht

und bestimmt unser Leben in einem viel höheren Mass, als wir das wissen oder ahnen oder auch wahrhaben wollen. Gelegentlich zeigt sich diese Innenseite in Ahnungen oder Stimmungen, in Fehlleistungen oder Träumen, in Widerfahrnissen, die plötzlich über uns kommen und die den normalen Lebensablauf fördern oder hemmen oder einfach durcheinanderbringen. Es ist wie im Märchen: Wir machen uns auf den Weg, und plötzlich steht eine Gestalt aus einer anderen Wirklichkeit vor uns und beeinflusst unseren Weg.¹⁸⁰

Je mehr wir uns mit dieser Innenseite unseres Lebens beschäftigen, desto mehr erkennen wir, wie sehr sie die Aussenseite beeinflusst. Manchmal stimmt der äussere Weg mit dem inneren überein, manchmal auch nicht. Stimmen die beiden Wege überein, dann sind wir glücklich und zufrieden. Stimmen sie nicht überein, dann sind wir unglücklich und unzufrieden. Es ist deshalb eine wesentliche Aufgabe unseres Lebens, dafür zu sorgen, dass es immer wieder zu solcher Übereinstimmung zwischen dem äusseren und dem inneren Weg kommt. Aber wie kann das geschehen?

Der äussere Weg wird weitgehend von uns selber bestimmt: Wir planen und organisieren, wir denken und wir handeln. Den inneren Weg hingegen können wir nicht steuern und planen, sondern er ereignet sich einfach. Und doch merken wir dann und wann, dass auch ihm ein geheimer Plan und eine geheime Ordnung zugrunde liegt. Wer ist es, der diesen inneren Weg plant und ordnet? Die Christen sagen: «Das ist Gott.» Die Chinesen sagen: «Das ist das Tao.» Die Analytische Psychologie sagt: «Das ist das Selbst.»

Das Selbst ist das Ganze, das unser Bewusstsein und unser Unbewusstes umfasst. Es weiss also mehr als unser Bewusstsein, und es ist deshalb weise, auf die Stimme des Selbst zu lauschen. In Träumen und Imaginationen begegnet uns das

Selbst manchmal als der «alte Weise», der mehr weiss, als wir wissen.

Eine 49-jährige Frau hatte folgenden Traum: «Ich stieg einen mit runden Steinen gepflasterten Weg hinauf. Oben stand der alte weise Eremit vor seiner Steinhütte. Ich wusste, dass er schon lange auf mich gewartet hatte. Er war etwa 64 Jahre alt, seine Haare waren grau, aber er war noch sehr frisch, lebendig und jugendlich. Sein Wissen war so alt und so grau und so fest wie die Steine des Weges und der Hütte.»

Diese Frau meinte im Anschluss an diesen Traum: «Jedes Mal, wenn ich an diesen Traum denke, kommt eine unendliche Dankbarkeit in mir hoch.» In der Folgezeit erinnerte sie sich immer wieder an jenen Traum und führte Gespräche mit diesem alten Weisen.

Ein 55-jähriger Mann träumte folgenden Traum: «Ich wanderte allein in einer einsamen Gegend, mit kahlen Hügeln und spärlichem Gras. Plötzlich stand ich vor einem halbverfallenen Schacht. Eine Treppe führte nach unten. Ich stieg hinab, immer weiter hinab, es wurde immer dunkler, nur noch ganz wenig Licht drang von oben herein. Ich musste mich an den Felswänden festhalten, um nicht zu fallen. Plötzlich sah ich auf der linken Seite eine Öffnung. Es war ein Höhleneingang. Als ich in die Öffnung trat, sah ich links einen Steintisch, an dem ein uralter Mann mit langem, weissem Haar und langem, weissem Bart sass. Er trug ein langes, weisses Leinengewand. Ich fragte ihn nach dem Weg. Er deutete auf einen Gang, der ebenerdig wie ein Rundweg in den Berg hineinführte. Der Gang war rechts von mir. Er war erleuchtet von einem inneren Licht. An der linken Felswand, die den Gang begrenzte, waren Bilder angebracht. Ich ging in diesen Gang hinein und betrachtete die Bilder.»

Auch jener Mann kehrte in der Folgezeit immer wieder in diese Höhle zurück und unterhielt sich mit dem alten Weisen.

Er fragte ihn besonders in Entscheidungssituationen immer wieder um seinen Rat. Die Weisheit, die der alte Weise verkörpert, weiss mehr, als wir wissen. Sie kennt auch die Seiten, die wir nicht kennen. Dies wird z.B. deutlich in folgender taoistischer Geschichte:

«Einem Bauern läuft sein Pferd davon. Die Nachbarn kommen und sagen: <Welch ein Unglück!> Der Bauer sagt: <Mag sein.>

Am nächsten Tag kommt das Pferd zurück und bringt fünf Wildpferde mit. Die Nachbarn sagen: <Welch ein Glück!> Der Bauer antwortet: <Mag sein.>

Am nächsten Tag bricht der Sohn des Bauern ein Bein, als er eines der Wildpferde zureiten will. Die Nachbarn sagen: <Welch ein Unglück!> Der Bauer antwortet: <Mag sein.>

Am nächsten Tag kommen Soldaten ins Dorf und nehmen alle jungen Männer mit – ausser dem Sohn des Bauern. Den können sie nicht gebrauchen, weil er ein gebrochenes Bein hat. Und wieder kommen die Nachbarn und sagen: <Welch ein Glück!> Der Bauer antwortet: <Glück oder Unglück – mag sein.>»¹⁸¹

Jener Bauer weiss, dass hinter allen Geschehnissen eine höhere Weisheit waltet, die auch die Seite kennt, die wir nicht kennen.

Wenn wir im Vaterunser beten «dein Wille geschehe», dann geht es also nicht darum, dass wir den Willen Gottes *tun*, sondern vielmehr darum, dass wir den Willen Gottes *geschehen lassen*. Aber genau hier beginnt das Problem: Wir meinen ständig, dass wir in das Geschehen eingreifen und selber etwas tun müssten. Es geht jedoch darum, dass wir auf die Stimme unseres wahren Selbst lauschen und geschehen lassen, was von innen her geschehen will. Beim Beten geht es also nicht darum, dass wir Gott bestürmen, dass er *seinen* Willen (= das, was un-

ser Herz sich wünscht) ändert, sondern vielmehr darum, dass er *unseren* Willen ändert, damit dieser eins wird mit Gottes Wille.

Der Wille Gottes ist das, was wir zutiefst auch wollen. Es ist der Wille unseres wahren Selbst und deshalb zutiefst unser Wille. In unserem vordergründigen irdischen Verstand erkennen wir jedoch diesen verborgenen «himmlischen» Teil des Willens Gottes nicht, sondern mühen uns leidenschaftlich darum, unseren «irdischen» Willen durchzusetzen.

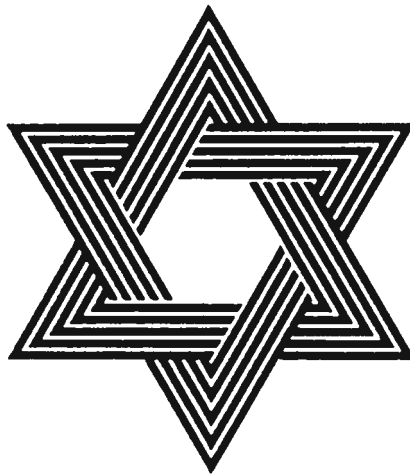
In der himmlischen Wirklichkeit, d. h. in der Wirklichkeit Gottes (oder platonisch ausgedrückt: in der Welt der Ideen), geschieht der Wille Gottes. Es geht jetzt darum, dass er auch in unserer irdischen Wirklichkeit in Erscheinung tritt, indem wir eins werden mit diesem göttlichen Willen, der der Wille unseres wahren Selbst ist. Indem wir den Willen Gottes geschehen lassen, werden wir zu unserem wahren Selbst befreit und sind dadurch in Harmonie mit dem gesamten Kosmos.

Das Geschehenlassen des göttlichen Willens hat weitreichende Konsequenzen. In dem Masse, wie der Wille Gottes «im Himmel» wie auf Erden» geschieht, tritt das Reich Gottes in Erscheinung. Was ist das Reich Gottes? Das Reich Gottes ist die Einheit zwischen Himmel und Erde. Dort, wo der Wille Gottes «im Himmel wie auf Erden» geschieht, dort ist das Reich Gottes. So konnte Jesus mit dem Hinweis auf sich selber sagen: «Das Reich Gottes ist mitten unter euch» (Lk 17, 21), und mit einem Hinweis auf seine Jünger: «Das Reich Gottes ist inwendig in euch.»¹⁸²

Der Wille Gottes im Licht der Analytischen Psychologie ist somit das, was wir «eigentlich» wollen. Es ist das, was auf das «Reich Gottes» (d. h. auf die Ganzheit) ausgerichtet ist. Den Willen Gottes «geschehen» lassen heisst, sich dem Tao, dem inneren Lebensstrom anvertrauen.

Das Ajna-Chakra ist das Stirnauge. Das Sanskrit-Wort «Ajna» bedeutet «Weisung». Durch das Stirnauge empfangen wir die Weisung des Meisters. Das Stirnauge ist das Auge der Weisheit.¹⁸³

Die Zahl des Ajna-Chakra ist die *Sechs*. Als Davidsstern ist die Sechs eine Vereinigung von zwei Dreiecken, von denen eines nach oben in den Himmel und eines nach unten auf die Erde weist:



Das Dreieck, das seine Basis oben (im «Himmel») hat, zeigt nach unten (zur «Erde»). Das Dreieck, das seine Basis unten hat (auf «Erden»), zeigt nach oben (in den «Himmel»). Der Davidsstern ist somit Ausdruck des göttlichen Willens, der wie im Himmel, so auf Erden geschieht. Als Symbol Israels weist der Davidsstern darauf hin, dass Gott sich das Volk Israel erwählt hat, damit es seinen Willen, der im Himmel geschieht, auch auf Erden verwirklicht (vgl. Jer 31, 33 f.). Soweit die Gemeinde Christi diesen Auftrag ebenfalls erfüllt, ist sie das neue «Israel» (vgl. Röm 11, 17).

Die Farbe des Ajna-Chakra ist das *Indigoblau*. Es ist die Farbe der Mystik. Das Wort «Mystik» kommt von griechisch *myein* (= die Augen schliessen). Das erinnert an das Wort des Saint-Exupéry: «Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.»¹⁸⁴

Den ganzheitlichen Willen unseres wahren Selbst können wir nicht mit dem Verstand erkennen, sondern nur mit geschlossenen Augen, d.h. mit der Intuition. So wie Hatim im Märchen «Das Bad Badgerd» das Ziel nur mit geschlossenen Augen trifft, so erkennen wir das Wesentliche nur, wenn wir unseren Blick nach innen wenden und uns nicht mehr beeinflussen lassen von dem, was von aussen so laut auf uns eindringt.

Das nach innen gewandte Auge wird in der Mythologie z.B. durch das «verlorene Auge» des germanischen Gottes Wotan zum Ausdruck gebracht. Hauer sagt dazu: «Das Bild des verlorenen Auges bedeutet, dass man dem Unbewussten ein Opfer bringen muss. Im ägyptischen Mythos ist der einäugige Horus die dem Wotan entsprechende Gestalt. Auch Jakob Böhme, der deutsche Mystiker, benützt das Symbol in seiner Schrift «Das umgewandte Auge». Ein Auge bleibt in der Tiefe oder wird nach der Tiefe gewendet. Wer die höheren Chakren wirklich erreicht hat, bleibt dort und kann gar nicht in den Anfangszustand zurückkehren, ohne dabei zu verlieren.»¹⁸⁵

«Das einmal Erreichte kann nicht wieder verloren gehen. Man kehrt also nur scheinbar wieder zurück. Wenn man das Unbewusste berührt hat, lässt man immer ein Stück seines Wesens dort, auch wenn man dies nachher vergisst oder verdrängt.»¹⁸⁶

Das Stirnauge ist das nach innen gewandte Auge, das deshalb äusserlich nicht sichtbar ist. Den Gotteswillen geschehen zu las-

sen, heisst im Licht des Ajna-Chakra, dass wir durch das Stirn-
auge das *Ganze* erkennen, sowohl das vordergründig Sichtbare
als auch das hintergründig Unsichtbare, im Wissen darum, dass
das Unsichtbare das Wesentliche und Eigentliche ist.¹⁸⁷

Dem Ajna-Chakra ist kein Tier zugeordnet. Symbolisch wird
es jedoch in der Regel mit *Flügeln* dargestellt. Das ist ein tref-
fendes Symbol für den menschlichen Geist, dem der göttliche
Geist sich bezeugt und den er antreibt, den Willen Gottes ge-
sehen zu lassen (Röm 8, 16 u. 14).

Wenn Anahata für *Israel* den rechten Umgang mit wirt-
schaftlichen Problemen im gelobten Land bedeutet, dann be-
deutet Ajna die rechte Einstellung zur Politik. Auch dort gilt
es, den Weisungen Gottes zu vertrauen, mehr als der eigenen
Stärke oder Vernunft. So wird in der sogenannten deuterono-
mistischen Geschichtsschreibung des Alten Testaments immer
wieder deutlich: Wenn Israel Gott vertraut, dann hat es poli-
tischen Erfolg. Wenn es aber auf seine eigene Stärke vertraut,
dann hat es Misserfolg. Heil für Israel geschieht «nicht durch
Heer oder Kraft», sondern durch den Geist Gottes (Sach 4, 6).
Dort, wo Gottes Geist alles durchdringt und Gottes Wille über-
all geschieht, dort ist für Israel das Reich Gottes angebrochen.

Im *Leben Jesu* spielt der Wille Gottes eine überragende Rol-
le. Ihm ist alles andere untergeordnet. Für Jesus besteht das
Ziel seines Erdenlebens darin, den Willen Gottes zu tun (Joh
6, 38). Jesus bleibt dieser Haltung bis an sein Lebensende treu
(Lk 22, 42). Deshalb ist in ihm das Reich Gottes angebrochen
(Lk 17, 21).

In den *Märchen* wird der «Wille Gottes» durch die Weisun-
gen der jenseitigen Helfer zum Ausdruck gebracht. Die Wei-
sungen jener Helfer sind die Stimme des wahren Selbst. Dabei
treten die Helfer in recht unterschiedlicher Gestalt auf¹⁸⁸ und
befreien den Märchenhelden oder die Märchenheldin immer

wieder aus zumeist selbstverschuldeten Schwierigkeiten und tragen mit dazu bei, dass sie das Ziel ihres Lebens erreichen.¹⁸⁹

Wie alle Kräfte der Tiefe haben die Helfer manchmal auch eine dunkle Seite, die es zu erkennen und zu bannen gilt (z. B. «Rumpelstilzchen» oder «Der Geist im Glas»). Es gilt deshalb, in gleicher Weise auf die Stimme der Tiefe und auf die Stimme des Verstands zu lauschen.

Meditation

*Unser Blick ist immer wieder gefangen
von der sichtbaren Wirklichkeit.*

*Wir wissen jedoch, dass das Eigentliche
für die äusseren Augen unsichtbar ist.*

*Wir öffnen deshalb unser inneres Auge,
um den Willen Gottes zu erkennen und
um sein Reich zu schauen.*

*Wir stellen uns vor, dass sich das Stirn-
auge wie eine Blüte öffnet und dass eine
indigoblaue Farbe einströmt.*

*Wir bitten dabei Gott: «Dein Wille
geschehe wie im Himmel so auf Erden.
Dein Reich komme.»*

7. Geheiligt werde dein Name. Unser Vater im Himmel

Der himmlische Vater im Licht der Analytischen Psychologie

Wer ist der Vater im Himmel? In der Bibel hat Gott viele Namen. Er ist z.B. der «Allmächtige», der «Barmherzige», er ist der «Gott der Heerscharen» und der «Gott Jakobs».¹⁹⁰ Zu diesen vielen Gottesnamen gehört auch der Name «Vater».¹⁹¹

Alle diese Namen beschreiben Erfahrungen, die Menschen mit Gott gemacht haben: So z.B. Isaak, der eine schreckliche Erfahrung mit Gott hatte, als Gott verlangte, dass er geopfert würde. Gott ist deshalb «der Schrecken Isaaks».¹⁹²

Die verschiedenen Gottesnamen der Bibel umfassen nicht das *Wesen* Gottes, sondern jeweils nur *eine Seite* seines Wesens, nämlich die Seite, die gerade erlebt wurde.¹⁹³ Wenn jedoch der «Name» geheiligt werden soll, dann geht es nicht nur um eine Seite Gottes, sondern um sein ganzes Wesen.

Was ist das Wesen Gottes? Das Neue Testament gibt darauf eine doppelte Antwort: Gott ist Geist (Joh 4,25) und Gott ist Liebe (1 Joh 4,8 u. 16).

Gott ist Geist: Diese Wesensaussage entspricht dem Namen «Jahwe», mit dem Gott sich selber geoffenbart hat. Er bedeutet: «Ich bin, der ich bin – ich werde sein, der ich sein werde.»¹⁹⁴ Dieser Name drückt die Unverfügbarkeit Gottes aus. Gott ist immer anders und wird auch immer anders sein. Man kann Gott nicht festlegen. Dieser Aspekt ist auch im «Geist» enthalten.

So schreibt Johannes: «Der Geist weht, wo er will. Du hörst sein Sausen wohl, aber du weißt nicht, woher er kommt und wohin er geht.» (Joh 3,8) Diese Nicht-Festlegbarkeit Gottes bedeutet im Zusammenhang mit dem Wort «Geist» z.B. auch, dass der Geist nicht auf ein bestimmtes Geschlecht festgelegt

werden kann. Er ist im Hebräischen die *Ruach*, im Griechischen das *Pneuma* und im Deutschen der *Geist*. Der Geist Gottes tritt sowohl als guter Geist in Erscheinung (z. B. Ps 143, 10) als auch als böser Geist (z. B. 1 Sam 16, 14 u. 23).

Wenn der Name Gottes Ausdruck seines Wesens ist, dann heisst dies im Zusammenhang mit «Geist», dass wir Gott als den Nicht-Verfügbaren ehren. Entehrt wird der Gottes-Name, wenn wir versuchen, seine Unverfügbarkeit in ein Bild oder in einen Begriff zu pressen, um ihn dadurch verfügbar zu machen.¹⁹⁵

Die zweite Wesensbezeichnung Gottes ist *Liebe*. Neben der Wesensaussage «nicht fassbar, nicht verfügbar» steht die Wesensaussage der Beziehungsfähigkeit und des Beziehungswillens. Liebe bedeutet Beziehung und Anziehung. Beziehung heisst «Gegenüber» und «Polarität».

Gott erschafft deshalb den Menschen «männlich und weiblich» (1 Mose 1, 27) und sagt, dass er als ein solcher Abbild Gottes sei. Gott ist also ebenfalls «männlich und weiblich». – Gott ist seinem Wesen nach Liebe, und Liebe heisst Beziehung. Beziehung besteht im Gegenüber, besonders in der Anziehung von weiblich und männlich.¹⁹⁶

Wenn der Name Gottes Ausdruck seines Wesens ist, dann *ehren* wir im Zusammenhang mit «Liebe» Gott als den Gott der Beziehung, der in einer Liebesbeziehung zu sich selber und zu seiner Schöpfung steht. Diese Liebe findet ihren sichtbaren Ausdruck im Sohn, in dem der liebende Gott sich der Welt schenkt (Joh 3, 16). *Entehrt* wird der Gottesname, wenn wir Gott als abstrakte, leidenschaftslose, philosophische Grösse verstehen, zu der wir keine persönliche Beziehung haben.

Indem Gott sich als Geist und als Liebe offenbart, offenbart er sich in einer doppelten Polarität, nämlich in der Gut-Böse-

Polarität des Geistes und in der männlich-weiblichen Polarität der Liebe. Damit offenbart sich Gott in der von C.G. Jung immer wieder geforderten Quaternität,¹⁹⁷ von der Murray Stein schreibt:

«Die Polaritäten weiblich-männlich und gut-böse (...) sind die beiden Gegensatzpaare, die im Gottesbild einer quaternarischen Theologie bewusst in Spannung gehalten würden. Gott würde sowohl die Polarität männlich-weiblich als auch die Polarität gut-böse umfassen; zudem wären dann alle in diesen vier Prinzipien enthaltenen Eigenschaften sowie die kosmischen Implikationen jedes einzelnen Prinzips in der zentralen theologischen Lehre von Gott verankert.»¹⁹⁸ Ich bin mit Murray Stein einverstanden – mit Ausnahme der Konditionalform: Gott «würde» nicht diese Polaritäten umfassen, sondern er *umfasst* sie!

Was bedeutet der «Vater im Himmel»? Zunächst muss betont werden, dass der Name «Vater» keine Wesensbezeichnung Gottes ist, sondern eine Anrede – und zwar die vertrauliche Anrede eines Kindes. Jesus hat Gott, den Vater, nicht als Patriarch verstanden, sondern als «Abba» (= Papa oder «Väterchen»). Damit hat er eine vertrauensvolle, liebende Beziehung zwischen Gott und seinen Kindern zum Ausdruck gebracht. Der «Abba» Jesu steht im Gegensatz zum patriarchalischen Missverständnis des Vaters.

Das wird besonders deutlich im Gleichnis vom Vater und den beiden Söhnen,¹⁹⁹ wo der Vater sich völlig «unpatriarchalisch» verhält: Er lässt seinen Sohn dessen eigenen Weg gehen, und als der Gescheiterte dann wieder zurückkommt, macht er ihm keine Vorwürfe, sondern nimmt ihn erneut ins Vaterhaus auf – als einen Menschen, der die Gegensätze in sich vereinigt und «Tod und Leben» als Ganzheitserfahrung in die Familie mit einbringt (Lk 15, 24).

In diesem Vater zeichnet sich Jesus selbst als derjenige, der die Ausgestossenen liebt, indem er ihnen auf den Strassen der Welt entgegenläuft und mit ihnen Tischgemeinschaft hält. Sowohl dem Vater-Gott des Alten Testaments (z.B. Jes 49, 15 f.) als auch dem Jesus des Neuen Testaments werden mütterliche Züge zugeschrieben (z.B. Mt 23, 37).

Man kann deshalb geradezu sagen, dass die Bezeichnung «Vater» eine Gottesbenennung ist, die sich sowohl im Alten als auch im Neuen Testament noch sucht²⁰⁰ und sich erst findet, wenn auch die Mutter in dieser Benennung integriert ist.

Nun ist es auffallend, dass Paulus die zärtliche, nach dem Mütterlichen hin tendierende Vaterbeziehung «Abba» als Wirkung des Geistes beschreibt (Gal 4, 6) und somit den Gott «Geist» und den Gott «Liebe» miteinander verbindet.

Dies erinnert mich an einen Mann, der einen überaus strengen und harten Vater hatte und deshalb niemals Gott als «Vater» anreden konnte, sondern in einer eher geschwisterlich geprägten Jesus-Frömmigkeit lebte. Dieser Mann hatte im Alter von 53 Jahren eine eindrückliche Geist-Erfahrung, bei der er ein spontanes Beten erlebte. Das erste Wort, das er bei diesem Beten aussprach, war das Wort «Abba». Im Licht der Analytischen Psychologie trat jener Mann in einer «progressiven Regression»²⁰¹ mit dem Vater-Archetyp in Verbindung und assimilierte dessen positive, mütterliche Seite.

Wenn also der «Geist» uns lehrt, «Abba, lieber Vater» als ein Gebet der «Liebe» zu beten, dann wird offenbar, dass auch die göttlichen Wesens-Polaritäten «Geist» und «Liebe » in einer ganzheitlichen Spannung zueinander stehen.

Das Sahasrara-Chakra ist das oberste der sieben Chakren. Im Hinduismus wird es auch «Tor zu Brahma» genannt. Es ist das Chakra, das den Menschen mit Gott verbindet.

Die Zahl des Sahasrara ist die *Sieben*, die Zahl der Vollen-
dung, die in der Bibel eine grosse Rolle spielt.²⁰² Die Sieben ist
Symbol der Einheit zwischen Himmel (drei) und Erde (vier).
Nach J. Jacobi symbolisiert die Sieben auch die Ganzheit des
Menschen als sterblich-unsterbliche Kreatur.²⁰³

Die Farbe des Sahasrara ist *violett* – eine Verschmelzung
des himmlischen Blau mit dem irdischen Rot.²⁰⁴ Im Violett ver-
schmelzen die beiden Enden des Farbspektrums zu einer *unio*
oppositorum (Einheit der Gegensätze).

Im Sahasrara verbindet sich die in der Erde verankerte
Kundalini-Schlange mit dem Himmel. Sie hat ihr Ziel erreicht.
Sie hat die einzelnen Chakren des Menschen zu einer Ganzheit
verbunden, die in der Vereinigung mit Gott ihren krönenden
Abschluss findet.

Für das *Volk Israel* bleibt Sahasrara eine zukünftige Schau. Sa-
hasrara bedeutet die Vereinigung des Gottesvolkes mit Gott,
so wie dies der Seher des himmlischen Jerusalem schaut (Offb
21, 10). An den Toren dieser Himmelsstadt stehen die Namen
der zwölf Stämme Israels. Der Seher sagt: «Gott wird bei ihnen
wohnen und sie werden sein Volk sein und Gott selbst wird bei
ihnen sein.» (Offb 21, 12 u. 21, 3)

Für *Jesus* findet die völlige Vereinigung mit Gott bei seiner
«Himmelfahrt» statt, bei der er von der Erde (Muladhara) zum
Himmel (Sahasrara) erhöht wurde und dadurch die «Mutter
Erde» (Sir 40, 1) mit dem «himmlischen Vater» vereinte. Mit der
Himmelfahrt Jesu beginnt ein Prozess, der die Vereinigung der
gesamten Schöpfung mit Gott zum Ziel hat (Phil 2, 11).

Symbol dieser Vereinigung sind die 24 Ältesten, von denen es in der Johannes-Offenbarung heisst, dass sie immer wieder ihre Kronen vor Gottes Thron niederwerfen (Offb 4, 9 ff.). C. W. Leadbeater schreibt dazu: «In dem hochentwickelten Menschen strahlt dieses Scheitelchakra einen Glanz und eine Glorie aus, die als wahre Krone sein Haupt umschweben. Und jene Stelle in der Heiligen Schrift bedeutet, dass er alles, was er sich erungen hat (...), immer wieder zu Füßen des Logos niederlegt, auf dass er für sein Werk gebraucht werde. Und er kann seine goldene Krone immer und immer wieder hinwerfen, denn die Kraft, die aus seinem Inneren aufquillt, bildet sich immer wieder aufs Neue.»²⁰⁵

Im *Märchen* wird Sahasrara u. a. durch goldene Haare²⁰⁶ ausgedrückt. Auch das goldene Dach in «Der treue Johannes»²⁰⁷ erinnert an Sahasrara. Das, was in der letzten Kammer des langen Ganges, d. h. im Muladhara,²⁰⁸ verborgen war, findet seine Erfüllung im goldenen Dach und führt schliesslich zu einer *unio oppositorum*, an der alle teilhaben: die Frau und der Mann, die Kinder und die Eltern, der Knecht und der Herr.

Sahasrara-Erfahrungen sind Erfahrungen der *unio mystica*. Eine solche Erfahrung erzählte mir ein indischer Yogi: «Ich meditierte auf dem Gipfel eines Berges. Meine Augen waren geöffnet und ich sah die aufgehende Sonne. Ich sah Berge und Täler und Menschen. Dann schloss ich die Augen und meditierte weiter. Ich begann zu fühlen, wie mein Körper grösser und grösser wurde und schliesslich das ganze Universum umfasste. Ich sah, dass alles, was ich vorher aussen gesehen hatte, jetzt in mir war: die ganze Schöpfung, die Berge und Täler, die gesamte Menschheit, alle Kreaturen, die Sonne, der Mond und die Sterne – alles war in mir.

Ich habe fünf Stunden lang weitermeditiert. Als ich dann in die Sinnenwelt zurückkehrte, wusste ich, dass etwas in mir ge-

schehen war. Ich war nicht mehr derselbe Mensch.» Jener Yogi nannte dieses Erlebnis eine Erfahrung des «kosmischen Bewusstseins».

Eine andersartige Erfahrung der *unio mystica* hatte ein 38-jähriger Europäer in folgendem Traum: «Ich war zusammen mit meinem 4-jährigen Sohn in unserer Neubauwohnung. Draußen heulten die Sirenen. Es war Atom-Alarm. Ich eilte mit meinem Söhnchen in den Keller, der jedoch in gar keiner Weise atombombensicher gebaut war. Dann explodierte über unserem Haus eine Atombombe. Ich wurde umflutet von einem unbeschreiblich hellen Licht. Es war heller als tausend Sonnen. Aber dann wurde es noch heller und ich spürte, dass ich nicht mehr auf Erden war.

Ich wusste, dass dieses Licht Jesus ist, der den ganzen Kosmos und alle Menschen durchflutet. Auch ich hatte keine menschliche Gestalt, sondern war einfach Licht. Ich war nicht identisch mit Jesus, sondern er war mein Gegenüber. Ich war aber auch nicht getrennt von ihm, sondern ich war dasselbe Licht, und auch mein kleiner Sohn war in diesem Licht. Wir waren je eigene Personen und klar unterschieden voneinander und von Jesus. Jeder hatte sein eigenes Bewusstsein, aber wir waren auch ungetrennt. Wir waren dasselbe Licht. Ein unbeschreibliches Glücksgefühl durchflutete mich.

Als ich in die Welt der Sinne zurückkehrte, wusste ich, dass dies kein Traum war, sondern Realität. Das Glücksgefühl begleitete mich den ganzen Tag hindurch und auch die folgenden Tage, und ich spüre es auch heute noch.»

In dir, Gott, ist alles enthalten:

Die Erde und der Himmel.

Die Mutter und der Vater.

Das Weibliche und das Männliche.

Das Böse und das Gute.

*Indem wir mit dir, Gott, verbunden sind,
haben wir Anteil an deiner Ganzheit.*

So wird dein Name geheiligt.

*Wir stellen uns vor, dass sich das Kronen-
Chakra wie eine Blüte öffnet und dass
eine violette Farbe einströmt.*

*Wir beten dabei Gott an: «Geheiligt werde
dein Name, unser Vater im Himmel.»*

IV.

Rückblick

Unsere Untersuchung hat gezeigt, dass der Weg des «von unten her» betrachteten Vaterunsers ein Weg ist, der von der Erde zum Himmel und von der Mutter zum Vater führt.²⁰⁹ Symbol dieses Weges ist die Kundalini-Schlange, die im mütterlichen Urgrund der Erde schlummert und – erweckt – die einzelnen Chakren mit psychischer Energie erfüllt und miteinander verbindet. Der Wurzelgrund der Kundalini bleibt jedoch das Muladhara. Durch die Kundalini erhalten somit alle Chakren Anteil am Muladhara und bleiben dadurch in der mütterlichen Erde verwurzelt. Der Weg der Kundalini vom Muladhara zum Sahasrara bedeutet somit die Vereinigung der Erde mit dem Himmel und der Mutter mit dem Vater.

Dieser Weg hat Zwischenstationen: die fünf «mittleren» Chakren vom Swadhisthana bis Ajna. Die Kundalini verbindet die Erfahrungen dieser Zwischenstationen ebenfalls mit dem Sahasrara. In einer indischen Darstellung (siehe Seite 106) wird dies dadurch zum Ausdruck gebracht, dass die Kundalini bei ihrer Ankunft im Sahasrara sieben Köpfe hat.²¹⁰

Die «Krone» des Sahasrara wird also durch die sieben Köpfe der Kundalini gebildet. Dadurch wird deutlich, dass das Haupt der Kundalini die Gesamtheit ihres Weges ist. Der Weg ist das Ziel.

Die Vaterunser-Chakrenmeditation verbindet ebenfalls den mütterlichen Urgrund des *Amen* samt den Erfahrungen der Mittelstationen mit dem himmlischen Vater. Eine solche Bewegung «von unten nach oben», die die Erde mit dem Himmel

und die Mutter mit dem Vater verbindet, ist heute dringend notwendig als Gegengewicht zu einem verkopften Christentum, das von einem vergeistigten Vater her denkt und kaum mehr Kontakt zur Erde hat.



Ein solches Christentum wird in einem norwegischen Märchen treffend durch ein goldenes Schloss, das in der Luft hängt, symbolisiert.²¹¹ Die Gestalt der Maria kann nur dann ein Gegengewicht zu einem solchen verkopften männlichen Christentum sein, wenn sie nicht einseitig als vergeistigte «Jungfrau» verehrt wird, sondern vor allem auch als Mutter Erde, bei der sowohl der dunkle Aspekt (vgl. die Darstellungen der «schwarzen Madonna») als auch der verschlingende Aspekt der Grossen Mutter, die ihre Kinder in den Mutterschoß zurückholt (vgl. die Darstellungen der «Pietà»), ernstgenommen werden.

Bei einer Vaterunser-Chakrenmeditation sollte deshalb das *Amen* als «Mutter Erde»-Aspekt noch stärker unterstrichen werden. So könnte z.B. das folgende «Unsere Mutter»-Gebet aus dem Essener-Evangelium²¹² als Einleitung zur Vaterunser-Chakrenmeditation gesprochen werden:

*Unsere Mutter, die du bist auf Erden,
geheiligt werde dein Name,
dein Reich komme,
dein Wille geschehe in uns wie in dir.
Da du jeden Tag deine Engel sendest,
so sende sie auch zu uns.
Vergib uns unsere Sünden,
wie wir alle Sünden gegen dich sühnen.
Und führe uns nicht in die Krankheit,
sondern erlöse uns von allem Übel,
denn dein ist die Erde, der Körper und die Gesundheit.
Amen.*

Wie stark das Bedürfnis nach einer Verwurzelung in der Mutter Erde ist, zeigt auch die sogenannte «Hexen-Bewegung»²¹³, zu der sich heute viele Frauen bekennen, die von einem männlichen, patriarchalischen, verkopften Christentum enttäuscht sind und sich deshalb den mütterlichen Gestalten der Mythologie und der Mutter Erde zuwenden, von denen sie in Verbindung mit entsprechenden Ritualen starke Kräfte empfangen.²¹⁴

Schon beim ersten Kurs der Vaterunser-Chakrenmeditation, die vom «Unsere Mutter»-Gebet ausging, haben Frauen aus dieser Bewegung mitgebetet und dadurch einen neuen Zugang zu Gott, dem Vater, und zum Vaterunser gefunden.

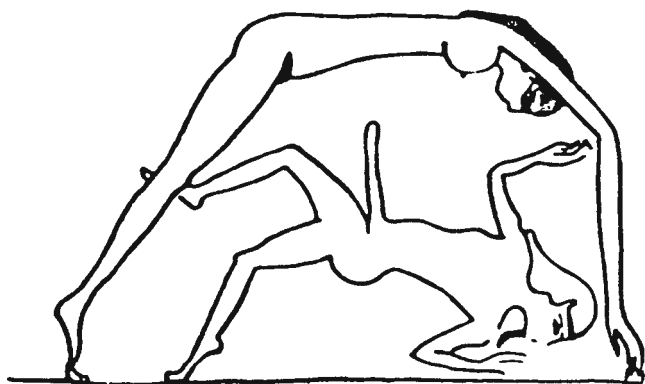
Ein Gebet, das das Weibliche mit dem Männlichen und die Erde mit dem Himmel verbindet, hat tiefe Wurzeln in der Reli-

gionsgeschichte. So wird z. B. in Indien der Aufstieg der Kundalini mit dem Aufstieg der Shakti zu Shiva gleichgesetzt:

Shakti ruht am unteren Ende der Wirbelsäule und ist bestrebt, sich mit Shiva zu vereinigen, der am entgegengesetzten Pol, nämlich am obersten Punkt des Schädels thront. Shakti strebt vom Muladhara stufenweise zum Sahasrara empor und vereinigt sich dort mit Shiva.²¹⁵

In der germanischen Mythologie vereinigt sich in jedem Frühling die Erdmutter jeweils neu mit dem Himmel. Diese Hochzeit von Himmel und Erde wird «Odins Freite» genannt.²¹⁶

In der ägyptischen Mythologie sind die Rollen der Geschlechter vertauscht, dort vereinigt sich der Erdmann Geb mit der Himmelsfrau Nut:²¹⁷



Auch C. G. Jung betonte immer wieder die Bedeutung einer metaphysischen Verankerung und personhaften Vertretung des weiblichen Elements innerhalb der Gottheit.²¹⁸

In der Bibel wird eine solche Vereinigung zwischen Himmel und Erde besonders anschaulich in Jakobs Traum von der Himmelsleiter dargestellt (1 Mose 28, 12): «Eine Leiter stand auf Erden. Sie rührte mit der Spitze an den Himmel. Und siehe, die

Engel Gottes stiegen daran auf und nieder.» Das Bild von der Himmelsleiter macht deutlich: Wenn die Erde mit dem Himmel verbunden ist, dann können die Engel Gottes auf dieser Leiter auf und nieder steigen, d.h. dann kann auch das Vaterunser wieder von oben nach unten gebetet werden:²¹⁹

*Unser Vater im Himmel.
Geheiligt werde dein Name.
Dein Reich komme.
Dein Wille geschehe, wie im Himmel so auf Erden.
Unser tägliches Brot gib uns heute.
Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unsern Schuldigern.
Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.
Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.
Amen.*

Anhang

Abkürzungen

Ch-Gh: Jean Chevalier und Alain Gheerbrant, Dictionnaire des Symboles, Paris 1982

GW: Gesammelte Werke von C. G. Jung

Hauer: Bericht über das Seminar von Prof. Dr. J.W. Hauer, 3.–8. Okt. 1932, im Psychologischen Club Zürich, herausgegeben von Linda Fierz und Toni Wolff, Zürich 1933. In der vorliegenden Arbeit sind alle «Hauer»-Zitate Gesprächsbeiträge von C. G. Jung.

KHM: Kinder- und Hausmärchen, gesammelt durch die Brüder Grimm, Kassel 1819

Anmerkungen

Zur Ergänzung ist das Literaturverzeichnis heranzuziehen.

- 1 Z. B. Briefe III, 232, 323 u. a.
- 2 Z. B. GW 11, 119 ff., 219 ff., 385 ff. u. a.
- 3 Im Neuen Testament ist das Vaterunser an zwei Stellen überliefert: Mt 6, 9–13; Lk 11, 2–4. In der vorliegenden Arbeit gebrauche ich meistens die verbreitetere (dem lateinischen Paternoster nachgebildete) katholische und lutheri-

sche Wortstellung «Vater unser» anstelle der «natürlichen», reformierten Fassung «Unser Vater», die ich persönlich bevorzuge. (Auch im englischen «Our Father» und im französischen «Notre Père» begegnen wir dieser «natürlichen» Wortstellung.) Die einzelnen Sätze des Vaterunsers zitiere ich nach dem Text der ökumenischen Fassung:

Vater unser im Himmel.

Geheiligt werde dein Name.

Dein Reich komme.

Dein Wille geschehe, wie im Himmel, so auf Erden.

Unser tägliches Brot gib uns heute.

*Und vergib uns unsere Schuld,
wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.*

*Und führe uns nicht in Versuchung,
sondern erlöse uns von dem Bösen.*

*Denn dein ist das Reich und die Kraft
und die Herrlichkeit in Ewigkeit.*

Amen.

- 4 Vgl. hierzu die Aussage des Psychoanalytikers Rudolf Affemann: «Wenn Sündenvergebung auf der Couch des Psychoanalytikers nicht nachprüfbar ist, dann hat sie sich auch nicht ereignet.» (In einem Gespräch mit dem Verfasser.)
- 5 Siehe «Abkürzungen» unter «Hauer».
- 6 Silvia Wallimann, «Umpolung», 41 f.; vgl. auch Bhagwan Shree Rajneesh, «Meditation», 89; A. Wadulla, «Symbol» u. a.
- 7 Vgl. hierzu auch M. Paramahansa, Kundalini 37; Paramahansa meint, dass nicht nur Emotionen, sondern auch «Krankheitskeime an die Oberfläche gebracht» werden könnten (a. a. O., 45).
- 8 Johannes B. Lotz, «Der siebenfache Weg – Das Herrengebet von seinem Ende her», Frankfurt 1980.
- 9 A. a. O., 9.
- 10 Anthony Bloom, «Lebendiges Beten», Freiburg 1976.
- 11 Später entdeckte ich, dass ich auch da nicht der Erste bin, denn schon Gottfried Keller erzählt, dass er das Unser Vater

gelegentlich «rückwärts betete und mit den Anfangsworten ›Vater unser‹ schloss»! (Ges. Werke, Bd. 1, 36) Unterdes-
sen habe ich weitere Überlegungen zum Thema «von un-
ten nach oben» angestellt. Dabei kam mir in den Sinn, dass
nicht nur der Osten (I Ging, Chakren etc.) das Von-unten-
nach-oben-Prinzip kennt, sondern auch der Westen, z. B. bei
der bildlichen Darstellung von Ereignissen auf Kirchenfens-
tern, bei denen biblische Geschichten, Heiligen-Legenden
u. Dgl. von unten nach oben gelesen werden. (Ein mittel-
alterliches Beispiel: die Kirchenfenster von Königsfelden im
Kanton Aargau; ein modernes Beispiel: die Chagall-Fenster
im Fraumünster in Zürich.)

Im Neuen Testament begegnet uns diese Reihenfolge z. B.
im 1. Korintherbrief: «Der erste Mensch ist aus Erde – er ist
erdig, der zweite Mensch ist vom Himmel (...) und wie wir
getragen haben das Abbild des Erdigen, so werden wir auch
das Abbild des Himmlischen tragen.» (1 Kor 15, 47.49)

In der Musik erklingen die Obertöne von unten nach oben
und die meisten Pflanzen wachsen von unten nach oben.

- 12 Vgl. hierzu die verschiedenen Tafeln bei C.W. Leadbeater,
«Die Chakras», 43, 44, 72.

- 13 Vgl. die Abbildungen der Chakren bei C.W. Leadbeater,
a. a. O., z. B. auf dem Deckblatt und nach S. 24, nach S. 32
usw.

Vgl. auch den Bildanhang von S. Wallimann, «Umpolung».
A. Wadulla schreibt: «Man kann nicht eine Farbe für ein be-
stimmtes Chakra angeben, sondern jedes Chakra kann in al-
len Farben erscheinen.» (Symbole in uns, 41)

- 14 Ich fragte jenen Grafiker, wie er zu dieser Farbskala gekom-
men sei. Er meinte, dass er diese Farbfelder einfach vor sich
gesehen habe. Dann habe er gewusst, dass er das Cover so
machen müsse.
- 15 Z. B. bei Stephanie Faber, «Mein Farbenbuch», 70 f.; bei Ste-
phanie Merges, «Du bist mehr, als du denkst», 65 ff.
- 16 «Stirnauge» ist bereits eine Chakren-Bezeichnung. Der Zu-
satz «Chakra» ist deshalb überflüssig.

- 17 Der Text stammt von Manfred Siebald.
- 18 P. Schellenbaum, «Stichwort: Gottesbild», 34f.
- 19 Z.B. einen bestrafungslüsternen Aufpasser, der das Tun des Menschen ständig beobachtet und beurteilt!
- 20 Vgl. hierzu A. Bittlinger, «Selbsterfahrung und Gotteserfahrung».
- 21 James Hall schreibt: «Phenomenologically the Self is virtually indistinguishable from what has traditionally been called God.» (Jungian Dream Interpretation, 12)
- 22 GW VII, 195.
- 23 GW VII, 260.
- 24 A. a. O.
- 25 H. Barz, «Männersache», 115; vgl. auch 1 Mose 1, 27.
- 26 H. Barz, a. a. O.
- 27 Das verschleierte Bild von Sais, F. Schiller, «Werke II», 710 ff.
- 28 Zit. A. Wadulla, «Symbole in uns», 52.
- 29 F. Schiller, a. a. O.; vgl. hierzu auch die Pechmarie im Märchen «Frau Holle» (KHM 24), die sich das Gold ohne Mühe aneignen will.
- 30 M.-L. v. Franz, «Alchemy», 268.
- 31 M.-L. v. Franz, «Psycholog. Märcheninterpretation» 55.
- 32 Ein anschauliches Beispiel hierfür ist das Ringen Jesu in Gethsemane: Lk 22, 42.
- 33 Vgl. auch A. Bittlinger, «Tempel im Gehör – Gedanken zu einem Sonnett von Rainer Maria Rilke», in: «Oft auch gegen den Strom 4», 82.
- 34 Vortrag bei einer ökumenischen Konferenz in Lyon.
- 35 Joseph v. Eichendorff, Werke 103.
- 36 Zu den «sephardischen» Juden vgl. Leo Trepp, «Das Judentum», 48 ff.; siehe auch F. Weinreb, «Die Symbolik der Bibelsprache», 16.
- 37 Die hebräische Schrift wird von rechts nach links gelesen.
- 38 Hebräisch: *Alef* = Stier; *Mem* = Wasser; *Nun* = Fisch. Das Wort «Mem» ist aus ursprünglich «majim» abgeschliffen. Das ursprüngliche hebräische Zeichen für Wasser war eine Nachbildung der Wellen, ähnlich wie das astrologische Zei-

chen für Wassermann. Das griechische, lateinische und gotische «M» haben dieses Wellen-Bild besser bewahrt als das heutige hebräische Zeichen.

- 39 Z.B. Offb 22,20; Jesus leitet seine Aussagen häufig mit «Amen» ein (meist mit «wahrlich» übersetzt), so z.B. Joh 1,51 u.a.
- 40 Z.B. 5 Mose 27,15 u.a.
- 41 Eine etymologische Verwandtschaft zwischen «Amen» und «Om» konnte m.W. bisher nicht nachgewiesen werden. Es besteht jedoch eine psychologische Verwandtschaft zwischen diesen beiden Ur-Worten. Vgl. Ch-Gh, 35: «L'un et l'autre possèdent un sens identique.»
- 42 Es wäre sicherlich nicht richtig, jedes beliebige hebräische Wort von den Ur-Bildern seiner Konsonanten her zu deuten. Das Wort «Amen» ist jedoch kein «beliebiges» Wort, sondern es hat eine tiefe religiöse Bedeutung. Selbst der erhöhte Christus wird Amen genannt (Offb 3,14). Damit wird seine kreative Energie betont (Ch-Gh, 35).
- 43 Das ägyptisch geprägte Stier-Zeitalter wurde durch das Widder-Zeitalter abgelöst, das die gesamte biblische Epoche der Geschichte Israels umfasst. Das Widder-Zeitalter wurde durch das Fische-Zeitalter abgelöst, das zur Zeit Jesu begann (vgl. hierzu C.G. Jung, «Aion») und in unseren Tagen durch das Wassermann-Zeitalter abgelöst wird.
- 44 Vgl. die Anbetung des goldenen Stier-Kalbs in 2 Mose 32 und die Errichtung von Stierbildern im Nordreich Israels.
- 45 Z.B. Hes 1,10; Offb 4,7. In der christlichen Tradition ist der Stier auch Symbol des Evangelisten Lukas.
- 46 Vgl. E. Barz, «Götter und Planeten», 158.
- 47 A.a.O., 159.
- 48 A.a.O., 159 ff.
- 49 «Der Stier ist ein ur-mütterliches Zeichen», meinte Claus Riemann in einem Seminar über Astrologie (Lindau, 1988).
- 50 Interessant ist auch die Tatsache, dass die beiden ersten Buchstaben des Wortes «Amen» im Hebräischen das Wort «Mutter» (*em*) ergeben.

- 51 H. Barz, «Selbst-Erfahrung», 65. Ich nahm einmal an einem Gottesdienst teil, in dem sogar ein jüdischer, siebenarmiger Leuchter ins Wasser getaucht wurde, um dadurch gereinigt zu werden.
- 52 Ein anschauliches Beispiel hierfür ist die Odyssee des Homer, in der Odysseus als Einziger der todbringenden Gewalt des Meeres entrinnt.
- 53 Vgl. den biblischen Sintflutbericht in 1 Mose 6–7 und die zahlreichen Parallelen in anderen Kulturen.
- 54 Z. B. Röm 6, 3–4.
- 55 Z. B. Ps 68, 10; 105, 41; 107, 35; Jes 41, 18 u. a.
- 56 Alfons Rosenberg meinte in einem Vortrag (Nidelbad, März 1982): «Das Wasser *ist* nicht fruchtbar, aber es *macht* fruchtbar.»
- 57 So heisst es z. B. in der frühchristlichen Schrift «Der Hirte des Hermas», dass die Täuflinge als Tote ins Wasser steigen und als Lebende wieder aus dem Wasser herauskommen (Ch-Gh, 377).
- 58 H. Barz, «Selbst-Erfahrung», 66.
- 59 Vgl. hierzu H. Barz, a. a. O., 67 f.
- 60 Ch-Gh, 773.
- 61 A. a. O., 774.
- 62 Vgl. hierzu z. B. die Tafel 1 der Lambspringschen Figuren bei H. K. Fierz, «Die Psychologie C. G. Jungs» etc., neben 28.
- 63 A. a. O., 34.
- 64 Ch-Gh, 774.
- 65 H. Barz, a. a. O., 212.
- 66 Z. B. Lk 5, 10.
- 67 Tertullian, «De baptisma l», zit. Ch-Gh, 774.
- 68 Vgl. C. G. Jung, GW 9 / II, 112 ff.
- 69 Hebr.: *shewuot* = Wochenfest, das Fest nach den sieben Wochen; vgl. A. Bittlinger, «Einübung in die Ganzheit».
- 70 Vgl. Otto Betz, «Symbolik der Zahlen», Meditation I / 86, 27.
- 71 «Kirche» (griech. *kyriake*) = die zum «Kyrios» Jesus Christus Gehörende.
- 72 Vgl. A. Bittlinger, «Gottesdienst heute», 11 f.

- 73 Die Quersumme der Zahlenwerte des hebr. Wortes «Amen» ergibt 10 (also 1) = die Zahl der Ganzheit und Vollständigkeit.
- 74 Im Hebräischen sind die Wurzelkonsonanten des Wortes «rot» auch in Blut, Erde und Mensch enthalten!
- 75 Zur Kundalini vgl. M. Paramahansa, «Kundalini».
- 76 In: «Der treue Johannes», KHM 6.
- 77 «Die Königstochter vom goldenen Dach ist die menschliche Seele, deren Abbild in der «untersten Kammer» (= Muladhara, d. Verf.) schlummert.» (A. Wadulla, a. a. O., 47)
- 78 In: «Bei der schwarzen Frau», Märchen aus dem Donaulande, 92 f.
- 79 In: «Marienkind», KHM 3; vgl. auch I. Riedel in: «Das Böse im Märchen», 153 f.
- 80 Der Grossvater der israelischen Stammeshäupter Ephraim und Manasse war ägyptischer Priester: 1 Mose 41, 45.50 ff.
- 81 Hauer, 110 f.; bei allen Zitaten mit Quellenangabe «Hauer» handelt es sich um Gesprächsbeiträge von C. G. Jung; siehe «Abkürzungen» unter «Hauer».
- 82 A. a. O., 131.
- 83 Zur psychischen Wirkung der Farben vgl. Max Lüscher, «Lüscher-Test», und U. Klinger-Raatz, «Die Geheimnisse edler Steine».
- 84 Vgl. A. Bittlinger, «Einübung in die Ganzheit»; vgl. auch M. Jacoby, «Sehnsucht nach dem Paradies».
- 85 A. v. Orelli, Beitrag der Analytischen Psychologie etc., 5.
- 86 C. G. Jung, GW XI, 85.
- 87 A. a. O., 85.
- 88 Vgl. A. Bittlinger, «So heilen Schamanen».
- 89 Vgl. hierzu P. Schellenbaum, «Wir sehen uns im Andern»
- 90 E. Neumann, «Tiefenpsychologie und neue Ethik», 102.
- 91 Gemeint ist das, was von der Gesellschaft und von der herrschenden Moral als «böse» bezeichnet wird.
- 92 E. Neumann, a. a. O., 103.
- 93 A. a. O., 103; C. G. Jung schreibt: «Sünde ist etwas ganz Relatives. Was für den einen böse ist, ist für den anderen gut.» (GW 11, 365) Vgl. hierzu A. Bittlinger, «Bibl. Seelsorge», 233 ff.

- 94 E. Neumann, a. a. O., 104.
- 95 A. a. O., 128.
- 96 E. Neumann, a. a. O., 92; vgl. auch C. G. Jung: In mir ist «der Geringste von allen, der ärmste aller Bettler, der Frechste aller Beleidiger, ja der Feind selber.» (GW 11, 367)
- 97 Zita Frey, «Gehört das Böse zu uns?» In: H. Halter, «Wie böse ist das Böse?», 29.
- 98 H. Barz, «Vom Wesen der Seele», 136.
- 99 H. Barz, a. a. O., 136; vgl. auch Jak 4, 7.
- 100 Zit. R. Affemann, «Psychologie und Bibel», 50.
- 101 A. a. O., 49.
- 102 H. Barz, a. a. O., 138 f.
- 103 A. a. O., 136 f.
- 104 Wasser ist vor allem Symbol für das Kollektive Unbewusste – vgl. hierzu H. Barz, «Selbst-Erfahrung», 66.
- 105 Z. B. Hauer 112: Es träumte jemand, «er gehe auf Landstrassen, auf Wegen oder schmalen Pfaden zu Fuss oder zu Wagen, aber alle Wege führten immer ins Wasser hinein».
- 106 Hauer 112.
- 107 A. a. O., 112.
- 108 A. a. O., 112.
- 109 2 Mose 14; bei der Vorbereitung des Auszugs aus Ägypten sagt Gott zum Pharao: «Ich will einen Unterschied machen zwischen meinem und deinem Volk.» (2 Mose 8, 19)
- 110 Z. B. «Frau Holle» (KHM 42) und «Aschenputtel» (KHM 21).
- 111 Z. B. «Die zwei Brüder» (KHM 60) und «Der goldene Vogel» (KHM 57).
- 112 Z. B. «Die beiden Wanderer» (KHM 107) und «Die Gänsemagd» (KHM 89).
- 113 Hauer 131; der Leviathan ist das dem Swadhisthana zugeordnete Tier.
- 114 M. Luther, «Auslegung des Vaterunsers für einfältige Laien», 1519; vgl. hierzu Lochmann, «Unser Vater», 109 f.; vgl. auch den 7. Vers in Luthers Vaterunser-Lied: «Führ uns Herr in Versuchung nicht / wenn uns der böse Feind anficht / zur linken und zur rechten Hand ...»

- 115 KHM 57.
- 116 KHM 19.
- 117 2 Sam 24, 1.10.15; in 2 Chr 21, 1 ist nicht Gott, sondern Satan der Versucher. Die dunkle Gottes-Seite war also unterdessen abgespalten und dem Satan zugeteilt worden. Vgl. hierzu A. Bittlinger, «Auf dem Weg zur Ganzheit».
- 118 Auf diese dunkle Seite Gottes hat C. G. Jung immer wieder hingewiesen, zuletzt in «Antwort auf Hiob».
Vgl. auch P. Schellenbaum, «Stichwort: Gottesbild», 132: «In jedem Gottesbild ist etwas Wildes, Dunkles, Unbewusstes, das ebenso zur hellen bewussten Seite gehört, wie Triebe und Instinkte zu Seele und Geist. Wird nun der Schatten des Gottesbildes tabuisiert, kommt der Augenblick, da dessen Fruchtbarkeit aufhört.»
- 119 C. G. Jung, Briefe III, 216.
- 120 Hauer 121.
- 121 «Fleisch» bedeutet das «Ich», das der Stimme des «Selbst» widerstrebt.
- 122 Hauer 121.
- 123 Wir wissen dabei jedoch gleichzeitig, dass auch das Versagen in der Versuchung der Entwicklung dienen kann, so dient z. B. das Nichtbefolgen des Rats des Helfers in «Der Goldene Vogel» (KHM 57) dem Fortschritt; vgl. hierzu auch den Sündenfall in 1 Mose 3, durch den die Menschheitsentwicklung eingeleitet wurde. Auch Jona macht infolge seines Ungehorsams einen Wandlungsprozess durch, der ihn ganzheitlicher werden lässt.
- 124 E. Barz, a. a. O., 153 ff.
- 125 4 Mose 13, 21–33. Zum Folgenden: H. Fishedick, «Von einem, der auszog, das Leben zu lernen. Glaube und Selbstwerdung», München 1987.
- 126 Phil 4, 12; vgl. hierzu A. Bittlinger, «Ratschläge für eine Gemeinde», 111.
- 127 Vgl. A. Bittlinger, «Über die Sanftmut» (in: «Von der Christen Freude und Freiheit», 41. Jg. / Nr. 481).
- 128 Hauer 106.

- 129 So z. B. für Franz von Assisi.
- 130 R. Knierim, «Das Vaterunser», 43.
- 131 Mt 6, 12: *ta opheilämata*.
- 132 Lk 11, 4: *tas hamartias*.
- 133 Didache (Die Lehre der zwölf Apostel) VIII, 2: *tän opheilän*.
- 134 R. Knierim, a. a. O., 43; Knierim fährt fort: «Ist eine Tat einmal geschehen, so läuft sie ihrem Vorzeichen entsprechend unerbittlich ihrem Ende, ihrer Vollendung zu.»
- 135 Auch das im AT häufig für «Sünde» gebrauchte Wort *chet* bedeutet «Zielverfehlung», und zwar als jeweils konkrete Tat.
- 136 Hauer 106.
- 137 A. a. O., 106.
- 138 Zit. H. Bruston, «L'invisible espérance», 87.
- 139 Der Ursprung aller Liebe – auch der Gottesliebe – ist die Geschlechterliebe (vgl. 1 Mose 2, 23 f.). Alfons Rosenberg schreibt hierzu: «Die sinnenhafte Geschlechtsliebe ist – im Doppelsinn des Wortes – der Grund der Gottesliebe.» (in: «Macht und Wirklichkeit des Bösen», 94).
- 140 Vgl. hierzu A. Bittlinger, «Biblische Seelsorge», 240 ff.
- 141 *aph-hiämi* = weg-schicken, fort-schicken.
- 142 Karl Barth, «Kirchliche Dogmatik» IV/1, 295.
- 143 Karl Barth, a. a. O.
- 144 Diese Aussage aus einem Interview mit Viktor Frankl erhält ihr besonderes Gewicht durch die Tatsache, dass Frankl Jude ist und es deshalb für ihn nur einen Gott gibt.
- 145 In J. W. v. Goethe, «Faust I», bezeichnet sich Mephisto als Kraft, «die stets das Böse will und stets das Gute schafft».
- 146 Vgl. hierzu P. Schellenbaum, «Wir sehen uns im Andern».
- 147 Swami Jyotirmayanda, «Beloved Mother», 28.
- 148 Vgl. hierzu J. Jacobi, «Vom Bilderreich der Seele», 90.
- 149 M.-L. v. Franz, «Alchemy», 222.
- 150 A. a. O., 222.
- 151 Vgl. M.-L. v. Franz, a. a. O.: «Es wäre ein Irrtum zu meinen, dass die Stufe der Albedo ein für allemal erreicht ist. Individuation geschieht spiralförmig. Es gilt immer und im-

mer wieder, den Weg von der Nigredo zur Albedo zu gehen». Dasselbe gilt auch für den «Aufstieg» zum Anahata-Chakra!

- 152 So träumte ein ca. 50-jähriger Analysand nach einer langen Analyse: «Ein edler Wein ist in Flaschen gefüllt. Er reift jetzt in einem schönen Keller unter sachkundiger Betreuung einer Kellermeisterin.»
- 153 Hauer 123.
- 154 A. a. O., 123.
- 155 A. a. O., 123; Gal 2, 22.
- 156 Hauer 123.
- 157 A. a. O., 132.
- 158 A. a. O., 132.
- 159 Vgl. hierzu A. Rosenberg, «Kreuzmeditation», und I. Riedel, «Formen»; ausserdem A. Bittlinger, «Das Kreuz, ein Symbol des Heils» (Schaffhauser Nachrichten 4. 4. 1985).
- 160 Abgedruckt und interpretiert in: v. Franz, «Auf der Suche nach dem Selbst», 71 ff.
- 161 Vgl. v. Franz, a. a. O., 125.
- 162 M. Luther, «Der Kleine Katechismus» (Ausgewählte Werke, Band 3, 297).
- 163 Zit. M. Lochmann, «Unser Vater», 78.
- 164 E. Neumann bezeichnet die Erfahrung, dass das Eigentliche ein «Geschenk» ist, als Wirkung des «matriarchalischen Bewusstseins». In: «Die Grosse Mutter», 86; «Zur Psychologie des Weiblichen», 60 ff.
- Die Verbindung von schenkender Gnade und verantwortlichem Tun im Sinne des Selbst wird im Neuen Testament im Begriff «Charisma» zum Ausdruck gebracht; vgl. hierzu A. Bittlinger, «Charisma und Amt», 9 ff.
- 165 So schon Plato, Timaeus 30 b und neuerdings vielfältig in esoterischer Literatur (vgl. auch «Glauben und Leben», 1988).
- 166 So haben z. B. im August 1987 Millionen von Menschen in der ganzen Welt einen «Tag der Erde» begangen.
- 167 Auch in der Eucharistiefeier führt der Weg (wie bei der Vaterunser-Chakrenmeditation) von der Alltagsrealität über

- die Sündenvergebung zum Kosten der himmlischen Speise und zur *unio mystica* mit Gott.
Zum Symbol der Messe vgl. C. G. Jung, GW 11, 219 ff.
- 168 M. Lochmann, a. a. O., 85.
- 169 Zit. M. Lochmann, a. a. O., 85.
- 170 M.-L. v. Franz, C. G. Jung, «Der Mensch und seine Symbole», 218.
- 171 So bezeichnet sich z. B. Paulus als «Trankopfer», das über dem Opfer der Philipper ausgegossen wird (Phil 2, 17) – vgl. hierzu A. Bittlinger, «Ratschläge für eine Gemeinde», 82 f.
- 172 In der frühen Kirche wurde das Abendmahl als «Medizin der Unsterblichkeit» (*pharmakon athanasias*) bezeichnet.
- 173 Im Glaubenden vereint sich das während der Eucharistiefeier in «himmlisches» und «irdisches» Brot aufgeteilte Brot wieder zu *einem* Brot.
- 174 J. Jacobi, «Vom Bilderreich der Seele», 88.
- 175 A. a. O., 88.
- 176 Z. B. «Der süsse Brei» (KHM 103) und «Der undankbare Sohn» (KHM 145).
- 177 Paulus legt in 1 Kor 12, 3 grössten Wert darauf, dass der «irdische» Jesus und der «himmlische» Christus nicht auseinandergerissen werden; vgl. hierzu A. Bittlinger, «Im Kraftfeld des Heiligen Geistes», 38 f.
- 178 Hauer 134.
- 179 Platon, Apologie, 31 d.
- 180 Siehe Anm. 9.
- 181 Erzählt von Ulla Wittmann bei einer Tagung der Ökumenischen Akademie im Nidelbad, Sept. 1988.
- 182 Lukas gebraucht hier einen Ausdruck, der beide Aussagen beinhaltet. Wenn im NT ein Ausdruck doppeldeutig ist, dann gelten in der Regel beide Bedeutungen.
- 183 Swami Amaldas, a. a. O., 108.
- 184 Saint-Exupéry, «Le petit prince» (Der kleine Prinz): «On ne voit bien qu'avec le coeur. L'essentiel est invisible pour les yeux.»
- 185 Hauer 136.

- 186 Hauer 135.
- 187 Vgl. hierzu 2 Kor 4, 18: «Das Sichtbare ist zeitlich, aber das Unsichtbare ist ewig.»
Auch für Plato ist die sichtbare Welt die vergängliche Welt der Abbilder, während die unsichtbare Welt der Urbilder ewig ist.
- 188 Z. B. in «Das blaue Licht» (KHM 116) als ein kleines, schwarzes Männchen, in «Der goldene Vogel» (KHM 57) als Fuchs und in «Das Mädchen ohne Hände» (KHM 31) als Engel.
- 189 Das Lebensziel ist in den Märchen häufig ein Königreich. Es besteht somit auch in den Märchen eine enge Verbindung zwischen dem *Geschehen-Lassen* des «göttlichen Willens» und dem *Erlangen* des «Reichs Gottes».
- 190 Zu den verschiedenen Gottesnamen vgl. L. Köhler, «Theologie des Alten Testaments», 6 ff.
- 191 Im AT wird der Name «Vater» nur 14-mal gebraucht; im NT kommt er ständig vor. – Zum Namen «Vater» vgl. auch H. Barz, «Männersache», 111 ff.
- 192 1 Mose 31, 42.54; die Gottesbezeichnung «Schrecken» kommt nur im Zusammenhang mit Isaak vor.
- 193 Vgl. A. Bittlinger, «Selbsterfahrung und Gotteserfahrung».
- 194 2 Mose 3, 14; in Offb 1, 8 trägt Jesus diesen Namen in der Form: «der da ist, der da war, der da kommt». Auch die «ich bin»-Aussagen des Johannes-Evangeliums stehen im Zusammenhang mit dem Gottesnamen Jahwe.
- 195 2 Mose 20, 4–7; 1 Mose 2, 19 f. Durch die Namensgebung macht sich der Mensch die Tiere untertan. Dass die Kenntnis des Namens Macht über den Namensträger verleiht, wird z. B. auch im Märchen «Rumpelstilzchen» (KHM 55) deutlich.
- 196 In homoerotischen Beziehungen ziehen sich die innerpsychischen gegengeschlechtlichen Persönlichkeitsanteile an.
- 197 GW 11, 62 u. a.; vgl. auch J. Jacobi, «Individuation», 69.
- 198 Murray Stein, «Leiden an Gott Vater», 262.
- 199 Vgl. hierzu A. Bittlinger, «Selbsterfahrung und Gotteserfahrung».

- 200 Ingrid Riedel meinte in einer Vorlesung (Jung-Institut, Dez. 1985): «Hiob spürt, dass Gott in Wandlung begriffen ist, und legt deshalb seine Hand auf den Mund.»
- 201 Vgl. hierzu A. Bittlinger, «Auf dem Weg zur Ganzheit»; ders., «Papst und Pfingstler», 200.
- 202 Z. B. Die 7 Schöpfungstage, die 7 Wochentage, die 7 Plagen in Ägypten, der 7-armige Leuchter, die 7 Sterne, die 7 Send-schreiben und vieles andere.
- 203 J. Jacobi, «Bilderreich», 96; vgl. I. Riedel, «Bilder», 199 ff.
- 204 J. Jacobi, a. a. O., 88 f.; vgl. auch I. Riedel, «Farben», 131 ff.
- 205 C. W. Leadbeater, a. a. O., 12.
- 206 Z. B. in «Die Gänsemagd» (KHM 91) u. a.
- 207 KHM 6.
- 208 A. Wadulla, a. a. O.
- 209 Auch das Kleinkind lebt zunächst in der mütterlichen Welt, aus der heraus es allmählich in die väterliche Welt eintritt. Vgl. hierzu H. Barz, «Männersache», 92 ff.
- 210 Cover des Buchs von Swami Amaldas; auch die Aureole des Buddha besteht aus sieben Schlangenköpfen. Gegenstück zu dieser Aureole ist der siebenköpfige Drache der Apokalypse (Offb 12, 3; 13, 1).
Auf dem Königsthron des Tut-Ench-Amun sind sechs Schlangenköpfe über dem Haupt des Pharaos abgebildet. Die siebte Schlange trägt er als Uräusschlange auf der Stirn. (A. Wadulla, a. a. O., 35)
- 211 «Vom goldenen Schloss, das in der Luft hing», Stoebe Chr., Norweg. Volksmärchen, 35.
- 212 «Das Friedensevangelium der Essener», 45; Näheres zum Essener-Evangelium s. E. Székely, «Heliand» 5 f.; zur Abfassungszeit schreibt Székely: «Die alten aramäischen Texte stammen aus dem ersten Jahrhundert der christlichen Zeitrechnung.» (a. a. O., 6)
- 213 Das Wort «Hexe» wird dabei im ursprünglichen Wortsinn verstanden als «die auf dem Hag Sitzende» (vgl. auch engl. *hag* = Hexe), d. h. die sowohl den Kontakt zur Zivilisation als auch zur Natur hat. Im Althochdeutschen heisst die

- Hexe «zunrita» = die Zaunreiterin (F. Kluge, «Etymolog. Wörterbuch», 307).
- 214 Anleitung zu solchen Riten vgl. L. Francia, «Mond-Tanz-Magie».
- 215 A. Wadulla, a. a. O., 28; vgl. auch Verena Kast, «Paare», 23 ff.
- 216 H. Biedermann, «Die grossen Mütter», 197.
- 217 A. a. O., 197 f.
- 218 Z. B. GW 11, 498 f.
- 219 Das zunächst von unten nach oben meditierte Vaterunser eröffnet vielen Menschen (die aus Widerstand gegen ein reines «Vater»-Gebet das Vaterunser gar nicht mehr beten) überhaupt erst die Möglichkeit, dieses Gebet dann auch wieder in der traditionellen Form (von oben nach unten) zu beten.
- Sowohl in 1 Mose 28, 12 als auch in Joh 1, 51 steigen die Engel zuerst von der Erde in den Himmel hinauf und erst dann wieder vom Himmel zur Erde herab. Für viele Menschen ist dies auch der Weg, wie sie das Vaterunser neu beten lernen.

Literaturverzeichnis

- Affemann Rudolf*, Psychologie und Bibel – eine Auseinandersetzung mit C. G. Jung, Stuttgart 1957
- Amaldas Swami*, Jeshu Abba-Consciousness, Bangalore 1986
- Barz Ellynor*, Götter und Planeten, Zürich 1988
- Barz Helmut*, Männersache, Zürich 1984
- Ders.*, Selbst-Erfahrung, Stuttgart 1973
- Ders.*, Stichwort: Selbstverwirklichung, Stuttgart 1981
- Ders.*, Vom Wesen der Seele, Stuttgart 1979
- Battke Marion*, Das Böse bei Sigmund Freud und bei C. G. Jung, Düsseldorf 1978
- Bhagwan Shree Rajneesh*, Meditation, München 1980

- Biedermann Hans*, Die grossen Mütter, Bern 1987
- Bittlinger Arnold*, Gemeinde ist anders, Stuttgart 1967
- Ders.*, Charisma und Amt, Stuttgart 1967
- Ders.*, Im Kraftfeld des Heiligen Geistes, Marburg 1968
- Ders.*, Gottesdienst heute, Stuttgart 1968
- Ders.*, Das Abendmahl, Craheim 1968
- Ders.*, Ratschläge für eine Gemeinde, Craheim 1970
- Ders.*, Biblische Seelsorge, Craheim 1973
- Ders.*, Baptized in Water and in Spirit, Minneapolis 1974
- Ders.*, Papst und Pfingstler, Bern 1978
- Ders.*, Auf dem Weg zur Ganzheit, Kindhausen 1984
- Ders.*, Einübung in die Ganzheit, Kindhausen 1992
- Ders.*, So heilen Schamanen, Bergdietikon 2002
- Ders.*, Oft auch gegen den Strom, Bd. 4, Bergdietikon 2012
- Ders.*, Selbsterfahrung und Gotteserfahrung, Dietikon 2017
- Bloom Anthony (Metropolit Anthony)*, Lebendiges Beten, Freiburg 1976
- Bruston Henry*, L'invisible Espérance, Ales 1984
- Brutsche Paul*, Die psychologische Bedeutung der Perspektive in Analysanden-Zeichnungen, Dipl. Thesis C. G. Jung-Institut, Zürich 1974
- Buber Martin*, Ich und Du, Heidelberg 1979
- Calvin Jean*, Le Catéchisme de Genève, Genf 1934
- Drewermann Eugen*, Psychoanalyse und Moraltheologie, Mainz 1982
- Ders. u. a.*, Freispruch für Kain?, Mainz 1986
- Eichendorff Joseph, von*, Werke in einem Band, München o. J.
- Faber Stephanie*, Mein Farbenbuch, München 1987
- Fierz Heinrich Karl*, Die Psychologie C. G. Jungs und die Psychiatrie, Zürich 1982
- Fischedick H.*, Von einem, der auszog, das Leben zu lernen, München 1987
- Francia Luisa*, Mond-Tanz-Magie, München 1986
- Franz Marie-Louise, von*, Das Weibliche im Märchen, Stuttgart 1977
- Dies.*, Alchemy, Toronto 1980
- Dies.*, Die Suche nach dem Selbst, München 1985
- Dies.*, Psychologische Märcheninterpretation, München 1986

- Dies.*, Glauben und Leben, Sept. 1985
- Friedensevangelium der Essener, deutsche Übersetzung von Bruno Martin, Südergellersen 1987
- Goethe J. W., von*, Werke in 12 Bänden, Berlin 1966
- Geiger Rudolf*, Märchenkunde, Dornach 1982
- Goldmann Lucien*, Der verborgene Gott, 1985
- Görres Albert/Rahner Karl*, Das Böse – Wege zu seiner Bewältigung in Psychotherapie und Christentum, Freiburg 1982
- Grimm Brüder*, Kinder- und Hausmärchen, Kassel 1819
- Halla Pai Huhm*, Kut – Korean Shamanist Rituals, Seoul 1980
- Halter Hans (Hrsg.)*, Wie böse ist das Böse?, Zürich 1988
- Isler Gotthelf*, Der Schlangenkuss, Vortrags-Manuskript, Zürich 1986
- Jacobi Jolande*, Der Weg zur Individuation, Olten 1971
- Dies.*, Vom Bilderreich der Seele, Olten 1981
- Jacoby Mario*, Sehnsucht nach dem Paradies, Fellbach 1980
- Jacoby/Kast/Riedel*, Das Böse im Märchen, Fellbach 1980
- Jung Carl Gustav*, Gesammelte Werke, Olten 1971 ff.
- Ders.*, Der Mensch und seine Symbole, Zürich 1976
- Jyotirmayananda Swami*, Beloved mother Amritanandamayi, Vallikavu 1988
- Kast Verena*, Paare, Stuttgart 1984
- Keller Gottfried*, Gesammelte Werke, Stuttgart 1916
- Khoury A. Th./Hünemann P.*, Was ist Erlösung?, Freiburg 1985
- Klinger-Raatz Ursula*, Die Geheimnisse edler Steine, Durach 1988
- Kluge Friedrich*, Etymologisches Wörterbuch der deutschen Sprache, Berlin 1967
- Knierim Rolf*, Das Vater-Unser, Ludwigshafen 1960
- Köhler Ludwig*, Theologie des Alten Testaments, Tübingen 1947
- Lama Anagarika Govinda*, Grundlagen tibetanischer Mystik, Frankfurt 1975
- Leadbeater C. W.*, Die Chakras, Freiburg 1986
- Lochmann Jan M.*, Unser Vater, 1988
- Lohmeyer Ernst*, Das Vater-Unser, Göttingen 1952
- Lotz Johannes B.*, Der siebenfache Weg – das Herrengelbet von seinem Ende her, Frankfurt 1980

Lüscher Max, Der Lüscher-Test, Hamburg 1972
Luther Martin, Ausgewählte Werke in 6 Bänden, München 1951 ff.
Merges Stephanie, Du bist mehr als du denkst, München 1988
Mertz B. A./Struck, P., Astrologie und Tarot, Interlaken 1981
Neumann Erich, Das Kind, Fellbach 1985
Ders., Die Grosse Mutter, Olten 1985
Ders., Tiefenpsychologie und neue Ethik, München 1973
Ders., Ursprungsgeschichte des Bewusstseins, München 1974
Ders., Zur Psychologie des Weiblichen, München 1975
Orelli Aloys, von, Der Beitrag der Analytischen Psychologie zu einem ganzheitlichen Leben, Vortrags-Manuskript, Herrenalb 1980
Plato, Timaeus, 306
Ders., Apologie, 31d
Rennert Helmut, Die Merkmale schizophrener Bildnerie, Jena 1966
Riedel Ingrid, Bilder, Stuttgart 1988
Dies., Farben, Stuttgart 1983
Dies., Formen, Stuttgart 1985
Dies., Demeters Suche, Stuttgart 1987
Dies., Tabu im Märchen, Olten 1985
Riemann Fritz, Grundformen der Angst, München 1975
Ders., Lebenshilfe Astrologie, München 1984
Rollins Wayne G., Jung and the Bible, Atlanta 1983
Rosenberg Alfons, Die Zauberflöte, München 1964
Ders., Kreuzmeditation, München 1964
Ders., Christliche Bildmeditation, München 1975
Ders. (Hrsg.), Macht und Wirklichkeit des Bösen, München 1958
Saleh Mohamed/Sourouzian Hourig, Die Hauptwerke im Ägyptischen Museum Kairo, Mainz 1986
Schellenbaum Peter, Abschied von der Selbstzerstörung, Stuttgart 1987
Ders., Das Nein in der Liebe, Stuttgart 1984
Ders., Die Homosexualität des Mannes, München 1980
Ders., Die Wunde der Ungeliebten, München 1988
Ders., Selbstzerstörung und Individuation, Zürich 1987
Ders., Stichwort: Gottesbild, Stuttgart 1981
Ders., Wir sehen uns im Andern, Kindhausen 1986

- Schiller Friedrich*, Werke in 3 Bd., München 1966
- Shibayama Zenkji*, Zen in Gleichnis und Bild, Bern 1974
- Siebenthal W., von*, Schuldgefühl und Schuld bei psychiatrischen Erkrankungen, Zürich 1956
- Stein Edward V.*, Schuld im Verständnis der Tiefenpsychologie und Religion, Olten 1978
- Stein Murray*, Leiden an Gott Vater, Stuttgart 1988
- Stroebe Klara/Reidar Th. Christiansen*, Norwegische Volksmärchen, Düsseldorf 1967
- Szekely Edmond*, Die Lehren der Essener, Frankfurt 1979
- Ders.*, Heliand, Engelberg 1972
- Tournier Paul*, Echtes und falsches Schuldgefühl, Bern o. J.
- Trepp Leo*, Das Judentum, Hamburg 1969
- Wadulla Annamaria*, Symbole in uns, Baden-Baden 1983
- Wallimann Silvia*, Die Umpolung, Freiburg 1988
- Dies.*, Das Wunder der Meditation, Freiburg 1987
- Weinreb Friedrich*, Die Symbolik der Bibelsprache, Bern 1981
- Ders.*, Leiblichkeit, Weiler 1987
- Wittmann Ulla*, Ich Narr vergass der Zauberdinge, Interlaken 1985
- Dies.*, Leben wie ein Krieger, Interlaken 1984
- Dies.*, Spiritualität des Wassermannzeitalters, Kindhausen 1988
- Wolfram von Eschenbach*, Parzival, München 1979

TAFEL I

Der Weg Israels	Der Weg Jesu	Das Gebet Jesu	Der Weg der Individuation	Der Weg der Chakren
⑦ Die prophetische Schau	⑦ Jesus beim Vater	<i>Unser Vater im Himmel – geheiligt werde Dein Name</i>	⑦ Übereinstimmung des Ich mit dem wahren Selbst	⑦ Kronen-Chakra (Sahasrara)
⑥ Israel als Königreich	⑥ Jesus verkündet das Reich Gottes	<i>Dein Reich komme, Dein Wille geschehe wie im Himmel so auf Erden.</i>	⑥ Dem Entwicklungstrieb folgen	⑥ Stirnauge (Ajna)
⑤ Israel und das tägliche Brot	⑤ Jesus speist die Menschen	<i>Unser tägliches Brot gib uns heute.</i>	⑤ Vorgeschnack der Transzendenz	⑤ Hals-Chakra (Vishuddi)
④ Einzug ins Gelobte Land	④ Jesus vergibt Sünden und heilt	<i>Vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unseren Schuldigern.</i>	④ Bewußt leben	④ Herz-Chakra (Anahata)
③ Der Zug durch die Wüste	③ Die Versuchung Jesu	<i>Führe uns nicht in Versuchung.</i>	③ Auseinandersetzung mit den Mächten des Unbewußten	③ Sonnengeflechts-Chakra (Manipura)
② Durchzug durchs Rote Meer	② Die Taufe Jesu	<i>Erlöse uns von dem Bösen.</i>	② Der Weg in die Tiefe	② Polaritäts-Chakra (Swadhisthana)
① Von Ur nach Ägypten	① Jesu Kindheit und Jugendzeit	<i>Amen</i>	① Leben in der vordergründigen Wirklichkeit	① Wurzel-Chakra (Muladhara)

TAFEL II

Name Sanskrit	Name Deutsch	Element	Tier	Stimme/ Vokal	Farbe	
<i>Sahasrara</i>	Kronen-Chakra	Göttlicher Geist	— —	M	Violett	⑦
<i>Ajna</i>	Stirnauge	Menschlicher Geist	— —	I	Indigoblau	⑥
<i>Vishuddhi</i>	Hals-Chakra	Äther	Elephant	E	Hellblau	⑤
<i>Anahata</i>	Herz-Chakra	Luft	Gazelle	A	Grün	④
<i>Manipura</i>	Sonnengeflechts-Chakra	Feuer	Widder	O (offen)	Gelb	③
<i>Swadhisthana</i>	Polaritäts-Chakra	Wasser	Leviathan	O (geschlossen)	Orangerot	②
<i>Muladhara</i>	Wurzel-Chakra	Erde	Elephant	U	Rot	①

Weitere Veröffentlichungen von Arnold Bittlinger

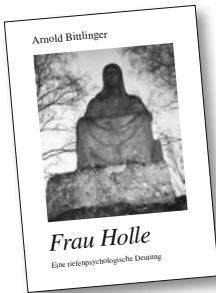


Es war einmal... *Grimms Märchen im Licht von Tiefenpsychologie und Bibel*

In seinen tiefenpsychologischen Märchendeutungen zeigt Arnold Bittlinger, dass uns in den Märchen und in der Bibel dieselbe Wirklichkeit begegnet – wenn auch die Bilder verschieden sind. Der Autor nimmt die Leserin und den Leser mit hinein in die wundersame Welt der menschlichen Seele und in das Abenteuer der inneren Reise.

157/150/159 Seiten,

ISBN 978-3-907038-63-5/64-2/65-9

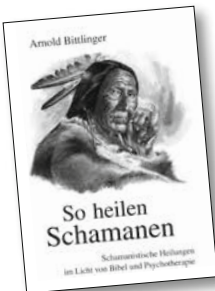


Frau Holle

Eine tiefenpsychologische Deutung

Anhand des bekannten Märchens beschreibt der Autor den innerseelischen Reifungsprozess als Weg zur Ganzwerdung. Eindrücklich schildert er an der Gestalt der Goldmarie den Wandlungsprozess des verängstigten Mädchens zur selbstbewussten Frau, die durch die Erfahrung der Tiefe zu einer neuen Ganzheit findet.

44 Seiten, brosch., ISBN 978-3-907038-44-4



So heilen Schamanen – Schamanistische

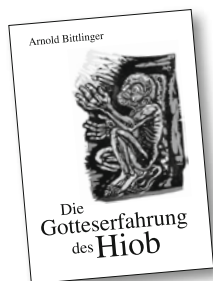
Heilungen im Licht von Bibel und Psychotherapie

In unserer Zeit ist die Frage nach «alternativen» Krankenheilungen neu aufgebrochen. Dabei werden auch die uralten Erfahrungen der «Schamanen» neu entdeckt.

Arnold Bittlinger zeigt interessante Parallelen zwischen schamanistischen Heilungen, biblischen Heilungsberichten und den Erfahrungen der heutigen Psychotherapie.

48 Seiten, brosch., ISBN 978-3-907038-78-9

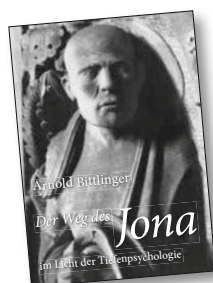
Weitere Veröffentlichungen von Arnold Bittlinger



Die Gotteserfahrung des Hiob

«Wie passen Gottes Allmacht und menschliches Leiden zusammen?» Mit dieser Frage ringt das Buch Hiob wie kein anderes Buch der Bibel. Es gibt sich nicht mit vorschnellen Antworten zufrieden, sondern versucht, zum Kern des Problems vorzudringen.

48 Seiten, ISBN 978-3-907038-83-3

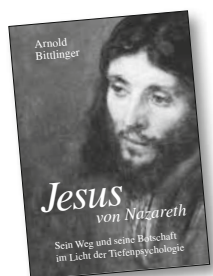


Der Weg des Jona

im Licht der Tiefenpsychologie

Die mehr als zweitausend Jahre alte Erzählung des Propheten Jona, der drei Tage im Bauch eines Fisches zugebracht hat, gehört zu den bekanntesten Erzählungen der Weltliteratur. Tiefenpsychologisch gedeutet kann diese hintergründige Geschichte – ähnlich wie Träume – zu einer Hilfe für unser Leben werden.

50 Seiten, ISBN 978-3-905827-12-5



Jesus von Nazareth – Sein Weg und

seine Botschaft im Licht der Tiefenpsychologie

Der Weg, den Jesus gegangen ist, ist Modell und Vorbild unseres Weges. Zahlreiche Bilder – meist von Rembrandt – illustrieren den Weg und die Botschaft Jesu.

57 Seiten, brosch., ISBN 978-3-907038-85-7



Selbsterfahrung und Gotteserfahrung

Tiefenpsychologische Deutung des Gleichnisses Jesu vom Vater und den beiden Söhnen

Der Autor versteht es, biblische Texte so zu deuten, dass sie auch zu Menschen sprechen, die bisher keinen Zugang zur Bibel gefunden haben. Er zeigt auf, dass Gotteserfahrung und Selbsterfahrung unlöslich miteinander verbunden sind.

26 Seiten, ISBN 978-3-907038-77-2

Weitere Veröffentlichungen von Arnold Bittlinger



Die vier Gesichter der Adventszeit

im Licht von Tiefenpsychologie und Bibel

Ein faszinierender Zugang zu den vier Sonntagen im Advent! Die Radio- und Fernsehsendungen, in denen der Autor seine Sicht der Adventszeit vorgestellt hat, fanden ein überaus grosses Echo. Das schön gestaltete und reich bebilderte kleine Buch ist eine hilfreiche Einstimmung in die Symbolik der Advents- und Vorweihnachtszeit.

94 Seiten, brosch., ISBN 978-3-905827-19-4



Die Karwoche im Licht der Planeten

Tiefenpsychologische Zugänge

Diese Schrift ist eine Ergänzung zur CD «Die Karwoche im Licht der Planeten». Sie beschreibt die einzelnen Tage der Karwoche vom Palmsonntag bis zum Ostersonntag als Stationen eines innerseelischen Prozesses. Ein hilfreicher Begleiter auf dem Weg zur Selbstwerdung.

60 Seiten, brosch., ISBN 978-3-905827-00-2



Aus der Freude leben

Der Apostel Paulus schreibt an die Christen in Philippi

Durch Studien- und Forschungsreisen ist Arnold Bittlinger wohlvertraut mit der Umwelt und Zeitgeschichte des Neuen Testaments. Als Psychoanalytiker und Theologe, der sich viele Jahre lang mit Fragen des Gemeindeaufbaus befasst hat, kann er sich in kompetenter Weise in die persönliche Situation der Christen in Philippi und in die Probleme ihrer Gemeinde einfühlen.

164 Seiten, brosch., ISBN 978-3-905827-16-3



Metanoia-Verlag

Postfach 494, CH-8953 Dietikon, Tel. +41 (0)44 741 41 89
www.metanoia-verlag.ch, E-Mail info@metanoia-verlag.ch
Auslieferung auch in Deutschland und Österreich

Tiefenpsychologisch gedeutet und erlebt in der Chakrenmeditation, werden die Vaterunser-Rufe zur Erfahrung einer körpernahen Religiosität, die der Erde und dem Himmel verbunden ist. Öffnet die tiefenpsychologische Deutung das Herz für den umfassenden Reifungsweg in diesem Text, so verbindet die Zuordnung der Vaterunser-Bitten zu den sieben menschlichen Energiezentren – den Chakren – Körper, Erde und Geist. All dies bleibt nicht Theorie: Jeder Vaterunser-Aussage sind Meditationen zum übenden Nachvollzug beigelegt.

Arnold Bittlinger



Dr. Arnold Bittlinger (Jg. 1928) ist Psychoanalytiker und Theologe. Nach Tätigkeiten in der Jugend- und Gemeindearbeit und im Weltkirchenrat zu Genf wirkte er als Dozent am C. G. Jung-Institut Zürich, als Kursleiter bei den Tagungen der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie und als Psychotherapeut in Schaffhausen und Zürich.

Arnold Bittlinger ist Autor einer Vielzahl weitverbreiteter, in zahlreiche Sprachen übersetzter Publikationen.

ISBN 978-3-905827-56-9