

Anfänglichkeit – den Neubeginn wagen, immer wieder

Franz Sedlak

Auf einer Kreisbahn ist der entfernteste Punkt vom Ursprung, dieser selbst...

Die Anfänglichkeit ist verknüpft mit der Abschiedlichkeit, mit der Liebe zum Leben, mit der Energieerhaltung, aber auch mit der Flexibilität, mit der Transformation, mit der Wahrhaftigkeit usw. Kein Wunder: Leben ist dynamisch, ist Veränderung, Bewegung, Prozess. Die Anfänglichkeit ist der Ausdruck für das Neuwerden, die Loslösung aus dem Gewordenen, Fixierten, Verkrusteten. Anleitungen zum Meditieren bestehen zu einem wichtigen Teil darin, alles Vorverständnis wegzulassen, im Gegenteil sich ganz neu einzulassen auf das, was jetzt ist; den Park, die Straße, die Stadt, die Menschen so zu sehen, als hätten wir sie noch nie vorher gesehen. Es gibt Philosophen, die ihre Wissenschaft als beständiges Fragen und Hinterfragen bezeichnet haben. Aber alles, was erreicht ist, sofort wieder auflösen in Fragen – das ist destruktiv närrisch und ein unreifes Spiel. Zunächst muss das, was erreicht wurde, angewendet, verwertet, erprobt werden, dann kann man es wieder auflösen, verbessern. Es ist wie beim Atmen: Pumpt man nach dem Einatmen sofort die Luft wieder heraus, kommt man zu einem rauschhaften, unangenehmen Zustand, einem Schwindel oder einer Luftnot. Zwischen dem Einatmen und dem Ausatmen liegt eine kleine Pause, die das Hereingeholte bewahrt, aufgreift, wertschätzt.

- Wie stehe ich persönlich zu Veränderungen? Wie zum Bewahren?
- Wo erlebe ich am meisten bei mir Veränderungen?
- Wie stehe ich zu der Aussage: Das einzig Konstante ist der Wandel?
- Wo habe ich in meinem Leben schon Neuanfänge gesetzt? Wie ging es mir damit?

Anfänglichkeit ist die Bereitschaft immer wieder zu lernen. Diese Lernbereitschaft ist die Absage an jeden Vollkommenheitsanspruch. Die innere, geistige und seelische Beweglichkeit ist ebenso wichtig wie die äußere, körperliche. Wir müssen dabei nicht so tun, als seien wir wieder auf dem Nullpunkt zurück gefallen. Die Kreisbahn, auf der wir uns bewegen, ist kein Kreis, der in einer Ebene verharrt, sondern eine Spirale...

