

JA ist der Grund der Schöpfung

Einstimmung

Wie oft sagen wir JA – und meinen „ja, wenn“ oder „ja, aber“. Meistens ist unser JA an Bedingungen geknüpft. Aber hin und wieder lassen wir uns wie ein Papierdrachen von einem kräftigen Wind mitreißen und sagen uneingeschränkt JA. In solchen Momenten erkennen wir, dass JA die Antwort auf jedes „Warum?“ ist. Und plötzlich hat alles Sinn.

Paulus beschreibt Jesus in seinem Brief an die Korinther als das große JA. Er sagt, dass das JA in ihm ist. Das JA des menschlichen Herzens ist unsere rückhaltlose Antwort auf die Verlässlichkeit im Herzen aller Dinge. Sobald wir uns darauf verlassen und JA sagen, werden wir, was wir sind. Unser wahres Selbst ist das JA. Und *Osho* überschreibt einen seiner Vorträge mit: „JA ist der Grund der Schöpfung.“

Soviel zur Einstimmung, aber jetzt der Reihe nach. Es geht um das JA sagen, um das Einverständnis, um das willige Annehmen, um das Aufhören, sich gegen den Fluss des Lebens zu stemmen, oder um es im klassischen Gebet der Christen, dem Vater Unser, zu sagen: „Dein Wille geschehe“. In einer Interpretation von Eugen Drewermann heißt es:

*Was Du willst, geschehe,
wie im Himmel, so auf Erden.*

*Denn was Du willst,
ist das verborgene Gesetz
im innersten der Dinge.*

*Du bist die reifende Gestalt
im Herzen einer Rose,
Du bist die leise Schwingung
einer Kompassnadel,*

*Du bist das Heimweh einer Schwalbe, die nach Süden fliegt,
Du bist das Gleiten
einer Möwe vor dem Sturm.*

Im folgenden differenzieren wir die einzelnen Aspekte des JA ein wenig und lassen das JA zu einem Tanz, zum Tanz des Lebens werden. Fangen wir damit an, uns das Gegenteil des JA, nämlich das NEIN vor Augen zu führen. Warum? Wir müssen das JA nicht lernen – es ist unser natürlicher Zustand, der sich einstellt, wenn sich das NEIN auflöst. Um das NEIN aufzulösen, ist verstärkte Achtsamkeit auf dessen Vorhandensein erforderlich. Wenn wir NEIN sagen, dann ist da etwas Kurzes, die Zunge geht am Ende an den Gaumen, der Mund ist wenig geöffnet, das Wort endet mit einer Spannung.

Das NEIN in der Gesellschaft

Die kritische Durchdringung, der kritische Diskurs, das logische Denken und der damit einher gehende Fortschritt sind hoch angesehen in unserer Gesellschaft. In der Wissenschaft gilt etwas solange NICHT, bis es zweifelsfrei bewiesen ist. Wenn meine Partei in der Opposition ist, habe ich als Politiker quasi eine moralische Verpflichtung, NEIN zu Entwürfen und Vorschlägen der Regierungspartei zu sagen. Unser Umfeld ist geprägt von NEIN: erstmal NEIN sagen, erstmal Vorbehalte haben, genau hingucken. NEIN sagen gilt als vernünftig, einfach JA sagen gilt als naiv. Auf einer persönlichen, zwischenmenschlichen Beziehung erspart diese Haltung einem Enttäuschungen, man fällt nicht so schnell rein, man schützt sich. Pass bloß auf, sei immer auf der Hut, lass Dir nichts einreden, sag lieber NEIN.

Das NEIN-Sagen gilt auch als eine Form der Höflichkeit: Wenn Nachbarn mir als Kind etwas zu Essen anboten und mir das Wasser im Munde zusammenlief, sagte ich NEIN DANKE, ich hätte keinen Hunger. Erst bei der zweiten Einladung war es in Ordnung, JA zu sagen. Bei der Mädchenerziehung ist es wichtig, mit dem NEIN die eigene Würde zu demonstrieren. Mädchen haben zu signalisieren, dass sie auf eine Einladung auf einen Kuss usw. nicht angewiesen sind und sagen erstmal NEIN.

Das JA in der Gesellschaft

Was passiert physisch, wenn wir JA sagen: Der Mund öffnet sich und bleibt geöffnet, es ist fast wie ein Staunen, wie ein kleines Wunder, und man sagt ja auch, dass einem beim Staunen der Mund offen stehen bleibt!

Wie steht es hier mit der gesellschaftlichen Bewertung? Die JA-Sager haben definitiv keinen guten Stand. Wer einfach JA sagt, zumal ohne Einschränkungen, der gilt als ein bisschen einfach, naiv, vielleicht sogar dumm, willfährig, mit dem kann man machen, was man will. Er gibt seine Würde dran, ist beeinflussbar usw. Diejenigen, die einfach JA sagen, das sind die Opportunisten, die Unmoralischen, die sich wegwerfen, die sich anbiedern, die Flittchen, die einfach Strukturierten, die Bescheidenen, die sich mit allem zufrieden geben usw.

Das NEIN im Alltag

Ich wache morgens auf und stelle fest, dass es regnet – im Bruchteil einer Sekunde entfährt mir „Scheißwetter“. Es regnet und ich bin dagegen. Mit unserer ganzen Energie sagen wir „Scheiße“ oder „so ein Mistwetter“. Mir fällt ein Glas aus der Hand und zerbricht – und ich beschimpfe mich für meine Unachtsamkeit. Damit sage ich NEIN, ich befinde mich im Kampf gegen die Tatsachen, ich stemme mich gegen den Fluss des Lebens. Auf einer Ebene wissen wir genau, dass durch dieses Dagegensein der Regen nicht aufhört und auch das Glas nicht wieder heil wird. Trotzdem treibt es uns, Protest anzumelden. Die Frage ist: Bei wem beschweren wir uns eigentlich? Bei Gott, beim Schicksal, beim ganzen Universum, beim Nachbarn, beim Chef? Wir kämpfen und sagen NEIN zu dem, was uns das Universum jetzt, gerade jetzt bietet. So entsteht quasi ein Schlachtfeld in uns selbst.

Die Quelle des JA und des NEIN

Wenn wir das JA und das NEIN als Energieformen genauer anschauen, sie quasi erspüren, dann können wir feststellen, dass das NEIN aus der Sorge, dem Zweifel, der (Selbst-)Verurteilung und der Angst stammt, während das JA aus dem (Gott-)Vertrauen, der Zuversicht und der Liebe stammt. Anders ausgedrückt: Die NEIN-Haltung drückt aus, dass wir unser Selbst, unsere momentane Wirklichkeit ablehnen, es ist, als ob das NEIN den Beginn eines inneren Kampfes darstellt. Wir kämpfen gegen das schlechte Wetter oder gegen das zerbrochene Glas, doch tatsächlich tragen wir diesen Kampf in unserem Inneren aus.

Gehen wir weiter, dann stellen wir fest, dass NEIN bzw. der Kampf immer eine Trennung voraussetzt: da sind mindestens zwei Mächte in uns, die miteinander Krieg führen. Und wo Kampf und Krieg ist, da ist auch immer Angst. Und wo Angst ist, kann keine Liebe sein, denn letztlich schließen diese beiden Gefühle einander aus.

An unserem Beispiel sehen wir auch gut das Automatisierte: Ohne uns dessen bewusst zu sein, sagen wir ganz schnell NEIN, sind wir erst mal dagegen. Es ist bei manchen Menschen wie ein bedingungsloses Nein. Es ist die Energie, die damit verbunden ist, wenn wir „Scheiße“ sagen, wie wir uns verspannen, den Atem anhalten.... Die Reihe der auslösenden Reize ist endlos. Beim Regenwetter ist der Mechanismus leicht zu durchschauen. Andere Auslöser können sein: Wir vergessen etwas, wir verstehen etwas nicht, man nimmt uns die Vorfahrt. Selbst freudige Situationen können zum NEIN reizen. Denken wir an einen Tennisplatz: schönes Wetter, ein gutes Dutzend Menschen, die aus Freude am Tennis zusammen kommen. Aber was ist hier zu hören? Ständige Selbstverurteilungen, Selbstbeschimpfungen, leise oder laute Flüche, lauter NEINS.

Es lohnt, unsere Aufmerksamkeit zu schulen und immer mehr gewahr zu werden, wann wir uns selber oder andere verurteilen. Dies bedeutet ja nichts anderes, als dass wir NEIN zu uns selbst und zu anderen sagen. Damit sind wir im Zustand der Enge und der Angst (der Wortstamm der Angst ist die Enge) und nicht in der Liebe. NEIN kommt aus der Enge, aus der Vorsicht, dem Misstrauen, der Absicherung, der Angst.

JA ist nicht wichtiger, wertvoller, besser oder moralischer als NEIN. Das einzige Kriterium ist für mich, dass es mehr Freude macht, im JA zu sein als im NEIN. Hier eine Beschreibung des NEIN von *Osho*:

„NEIN sagen heißt Widerstand, NEIN sagen ist egoistisch, NEIN sagen heißt Konflikt. Der Mensch, der im NEIN lebt, bleibt eingekapselt, bleibt in einer fensterlosen Welt, wo die Sonne und der Regen und der Wind nicht hinkommen, wo Gott bis in alle Ewigkeit weiter anklopfen kann, ohne dass sein Klopfen gehört wird, wo keine Liebe eindringt.

Der verschlossene Mensch, der mit dem NEIN lebt, lebt im Ego. Je größer das Ego, desto weniger Brücken hat dieser Mensch mit der Existenz. Wenn das Ego

total ist, ist der Mensch vollständig eingemauert. Er lebt in einem selbstgebauten Gefängnis. Er kann nicht JA zum Mond sagen, nicht JA zu den Bäumen und den Vögeln, er kann zu nichts JA sagen. Er hat vergessen, wie man JA sagt, und selbst wenn er manchmal JA sagt, ist sein JA doch nichts als ein getarntes NEIN. NEIN ist der eigentliche Grundstein der Religionslosigkeit.“

Und nun eine JA Meditation, ebenfalls von Osho:

„JA sagen zur Existenz heißt religiös sein. JA sagen heißt schmelzen.

JA sagen heißt sich mit dem ganzen vermischen. Ja sagen heißt sich öffnen, so wie eine Knospe sich öffnet und zur Blume wird. JA sagen heißt vertrauen. JA sagen heißt, sich etwas höherem hingeben. JA sagen heißt tiefer sinken.

Ja sagen heißt ein tieferes Verständnis dafür zu haben, dass diese Natur und diese Welt unsere Quelle ist, dass sie uns nicht feindlich gesinnt sein kann. Wenn Du das siehst, das verstehst, dann kommt Vertrauen auf. Dann kannst Du JA sagen. Dann kannst Du Amen sagen, was nichts anderes bedeutet als JA. Der Sitz des JA ist das Herz, das Höhere Selbst, der andere Ort.

Wenn Du erst einmal verstehst, was JA bedeutet, dann hast Du alles, was zur Reise zum anderen Ufer benötigt wird. Dann kannst Du endlich zum anderen Ufer aufbrechen. Das JA wird dein Boot sein, und es ist fähig, allen Stürmen standzuhalten. Das Meer mag noch so stürmisch werden, das Boot des JA ist stark genug, zur anderen Küste zu gelangen. Wenn du das Boot des JA hast, kann dich niemand mehr abhalten, zu Gott zu gelangen. Jeder, der anfängt, JA zu sagen, wird erst einmal überrascht sein.... es ist so ungewohnt. Plötzlich merkt man, dass es eigentlich gar keinen Grund gibt, NEIN zu sagen. JA Sagen heißt dankbar sein, heißt das Leben in seiner Fülle als ein Geschenk zu begreifen.“

Es gibt so wunderbare Texte zum Ja, dass ich gleich noch ein längeres Zitat anfügen möchte. Der Benediktiner-Mönch *David Steindl-Rast* schreibt in seinem Buch „*Fülle und Nichts*“ darüber, das Leben in seiner Fülle als Geschenk zu begreifen. Und es geht um den Zusammenhang zwischen Staunen und Dankbarkeit – beides Qualitäten, die eindeutig zum JA gehören.

„Ein Regenbogen ist immer eine Überraschung. Das soll nicht heißen, dass man ihn nicht voraussagen könnte. Manchmal bedeutet überraschend unvorhersagbar, häufig aber bedeutet es mehr. Überraschend im umfassenden Sinn bedeutet irgendwie grundlos, geschenkt, gratis. Selbst das Vorhersagbare wird zur Überraschung, wenn wir aufhören, es für selbstverständlich zu halten.

Wüssten wir genug, dann wäre alles vorhersagbar, und doch bliebe alles grundlos. Wüssten wir, wie das gesamte Universum funktioniert, dann wäre es immer noch überraschend, dass es das Universum überhaupt gibt. Mag es auch vorhersagbar sein, so ist es doch umso überraschender.

Unsere Augen öffnen sich diesem Überraschungscharakter unserer Welt im gleichen Moment, da wir aufwachen und aufhören, alles als selbstverständlich zu erachten. Wenn so etwas geschieht - dass überraschend ein Regenbogen auftaucht - dann ist unsere spontane Reaktion Überraschung. Plato erkannte jene Überraschung als den Anfang aller Philosophie. Sie ist auch der Beginn von Dankbarkeit.

Überraschung ist nicht mehr als der Anfang jener Fülle, die wir Dankbarkeit nennen. Aber es ist ein Anfang. Bereitet uns die Vorstellung Schwierigkeiten, dass Dankbarkeit jemals unsere Grundhaltung zum Leben sein könnte? In Momenten der Überraschung können wir wenigstens einen kurzen Blick auf die Freude werfen, zu der uns Dankbarkeit die Tür öffnet. Mehr noch - in Augenblicken der Überraschung haben wir bereits einen Fuß in der Tür.

Es gibt Menschen, die behaupten, Dankbarkeit nicht zu kennen. Aber gibt es irgend jemand, der niemals Überraschung gekannt hat? Überrascht uns der Frühling nicht jedes Jahr aufs Neue? Oder jene weite Öffnung der Bucht, wenn wir auf der Straße um die Kurve biegen. Wird sie uns nicht jedes mal wieder zur Überraschung, wenn wir jenen Weg nehmen? Dinge und Ereignisse, die Überraschung auslösen, sind bloße Katalysatoren. Ganz gleich wie häufig jenes Rotkehlchen im Winter auf der Suche nach Körnerfutter auf dem Stein auftaucht, es ist eine Überraschung. Ich erwarte es. Ich habe selbst seine bevorzugten Fütterungszeiten herausgefunden. Lange bevor ich es sehen kann, höre ich es schon zirpen.

Wenn wir erst einmal in dieser Weise aufwachen, dann können wir uns bemühen, wach zu bleiben. Und dann können wir es uns gestatten, langsam wacher und wacher zu werden. Aufwachen ist ein Prozess.

Alles ist unentgeltlich, alles ein Geschenk. Der Grad, in dem wir zu dieser Wahrheit aufgewacht sind, ist das Maß unserer Dankbarkeit. Und Dankbarkeit ist das Maß unserer Lebendigkeit. Ein Leben zu führen, offen für Überraschung, trotz all des Sterbens, das zum Leben gehört, macht uns immer lebendiger.“

Zum Schluss möchte ich noch zwei Gedichte zitieren, die vor Jahren in einem Workshop zum Thema JA entstanden sind. Den Teilnehmern war nur die Überschrift vorgegeben, und daraus sind sehr poetische und kraftvolle Verse geworden, hier sind zwei davon.

Ich bin ein JA

DA ist alles da!
Überall ist Schwung
Und ich komm überall rum
Das Ja ist voll und kräftig
Und dadurch bin ich mächtig
Im Ja zu sein ist Freude pur
Und es bedarf so wenig nur
Ein bisschen Bewusstheit, lächeln, singen
Und der Lebensfluss kann schwingen
Mit dem Herz und allen Dingen
des Lebens

Ich bin ein JA

In dem ein Staunen
um das Geheimnis des Lebens liegt.
Ein JA, dass sich in der Liebe wiegt,
ein JA zum lachen, tanzen, singen.
Ein JA auch zu den anderen Dingen,
wie weinen, traurig, zornig sein.
Ein JA, das liebt und geliebt werden will.
Ein JA zu dem Gesang, der mein Wesen ist.
Ein JA zum schmelzen, das mich unsicher macht.
Ein JA zu allem, was ich je getan habe
und zu allem, was ich noch tun werde.
Ein JA zu meinen Träumen und inneren Räumen.
Ein Ja zum Kind, das in mir lebt,
das vor Lebenskraft und Glück Purzelbäume schlägt
Ein Ja zu Gott, der ich bin und der mich mit jedem Atemzug durchdringt.
Ich bin ein JA und ich bin alles, was es gibt
Und ich habe ein JA für alles, was mich umgibt, das Leben, die Erde,
die Menschen, die Pflanzen, die Tiere und mehr,
das gesamte Universum