

# DAS WAGESTÜCK

Vigdis Garbarek

# VORWORT

Es gibt Augenblicke, die alles fordern,  
damit wir imstande sind weiterzugehen.

Es sind die Augenblicke, da die alten Pfade auf einmal zugewachsen,  
und wir gezwungen sind, uns selbst neue zu machen.

Ich wollte diese Augenblicke niemals missen.

Für mich war es das Leben, das zur Lehre wurde und zum Lehrer.

*Das Leben ist ein sprühendes Spiel in tiefstem Ernst*

# DAS GELÜBDE

*Daß der Mensch etwas in sich hat, das ganz werden soll,  
daß er ist wie ein Faß, das gefüllt werden muß,  
daß er seinen eigenen Weg zu gehen hat,  
lernte ich von meinem ersten Lehrmeister: dem Licht.*

Es war ein Sommertag, ich war fünf Jahre alt.

Ich saß und spielte unter einer großen Birke.

Da sah ich auf, und es kam ein Lichtstrahl durch die Baumkronen.

Der sagte mir – ohne Worte –, daß ich dieses Gefühl, das ich da hatte,  
zusammengehören mit allem, niemals loslassen dürfte.

Dieses Gefühl war dasselbe, wie sich selbst treu zu sein.

Diese Begegnung ließ eine Stimmung für mein Leben.

Später horchte ich stets auf das Gefühl von Ganzheit und  
Zusammengehörigkeit.

Das außerhalb von mir und das innen in mir mußten im selben Tone  
klingen.

Wenn die Erwachsenen etwas sagten oder taten, das ich nicht verstand,  
hielt ich das dem Verständnis entgegen, das das Licht mir gegeben hatte –  
das war das Wahrste von allem.

Auf diese Weise wurde das Leben ein Weg des Lernens für mich.

Ich durfte niemals innerlich erstarren in Bitterkeit oder Enttäuschung über das Leben und die Menschen, sondern mußte Dankbarkeit hoch im Herzen tragen.

Allezeit das Herz lebendig halten gegenüber der Außenwelt.



Seither war es,  
als ob ich auf einem schmalen Weg von Licht ging.

# **DIE DANKBARKEITSPRÜFUNG**

Daß ich im Grundgestein meiner selbst das Leben als einen Weg des Lernens sah,  
war wie eine Umarmung, um darin zu ruhen, als ich später meinem nächsten Lehrmeister gegenüberstand: der Angst.

Jetzt war es nicht genug, sich selbst treu zu sein.

Ich mußte auch wagen, alles in mir in Gebrauch zu nehmen –  
mein ganzes wahres Wesen zu sein.

Die Angst zeigte mir, daß ich unter Furcht litt, mich ganz zu entfalten.

Immer wieder schob ich auf, zu tun, was ich fürchtete,  
bis meine Selbstverachtung so groß war, daß sie größer war als die Furcht.  
Da erst war ich imstande, mich zu bewegen.

Die Angst war mein Begleiter durch viele Jahre.

Ich sah neue und unbekannte Seiten meiner selbst  
und lernte viele Gesichter des Menschen kennen.

Ich lernte den Unterschied zwischen Mitgefühl und Mitleiden.  
Ich lernte, nicht das Leiden eines anderen zu gebrauchen,  
um über eigenen Schmerz zu weinen.

Ich lernte, die Gabe der Selbstprüfung zu schätzen.  
Ich lernte, meine eigenen Unwahrheiten zu enthüllen.  
Ich lernte, meine eigene Bürden zu tragen.

Denn ich brauchte Selbstachtung mehr als irgendetwas anderes.  
Ohne sie vermochte ich nicht, des Lebens größte Gabe zu empfangen:  
die Liebe.

Wir kämpften einen Kampf auf Leben und Tod, die Angst und ich,  
darüber, wer von uns meine Zukunft besitzen sollte.

Ich wollte einziehen in mir selbst, doch dafür mußte ich  
bereit sein, barfuß über Glasscherben zu gehen.

Ich lernte, in der Angst zu sein, bis sie sich langsam zurückzog  
und mich zurückließ als einen erschöpften Sieger auf dem Schlachtfeld  
meines Lebens.

Ich lernte, eine Sekunde der Angstfreiheit zu schätzen.  
Wußte, daß die Schlacht für dieses Mal vorbei war.

Ich lernte, einen Augenblick auf ein Mal zu nehmen,  
denn in diesem Augenblick lag die Kraft, den nächsten zu nehmen,  
und auf diese Weise bewegte sich alles langsam dem Tag des Einzugs  
entgegen.



Eine Sache wußte ich so allzu sicher:

Mir war keine schwerere Bürde auferlegt, als ich tragen konnte.

## **DAS WIEDERERKENNEN**

Daß alles Leben demselben Gesetze folgt,  
lernte ich von meinem nächsten Lehrmeister: der Natur.

Die Natur nahm mich behutsam bei der Hand und erzählte vom Leben,  
von den Wandlungen, die alles Leben erdulden muß.  
Denn selbst das stillste Wasser ist in Bewegung.

Und ich mußte lernen loszulassen.

Sie erzählte vom Regentropfen, der das ganze Meer erfahren muß  
auf seinem Weg zur Ewigkeit.

Und ich mußte lernen zu wagen, Fehler zu machen.

Sie erzählte von der Geduld und dem Vertrauen des froststarren Baumes,  
wie er dort ruhig steht und auf den Frühling wartet.

Und ich mußte lernen, alle Jahreszeiten des Menschen  
mit derselben Ruhe zu tragen.

Sie zeigte mir, wie die Zweige sich biegsam halten,  
damit sie nicht im Sturme brechen.

Sie teilte die Geheimnisse des Baumstammes mit mir.

Und ich mußte lernen, das Wahre in allen Menschen zu sehen.

Sie zeigte mir die Notwendigkeit der Vielfalt,  
wie alles zusammenarbeitet für das gemeinsame Ziel.

Und ich mußte lernen, nicht zu urteilen.



Sie erzählte mir, wie die Knospen leiden, wenn sie aufbrechen,  
daß sie es aber dennoch wagen, um ihren Platz in dem Ganzen  
einzunehmen.

Und ich mußte wagen, ich selbst zu sein.

Als wir schieden, gab sie mir einen Stein und sagte:  
Halte ihn in der Hand, wenn das Leben am schmerzvollsten ist,  
und du wirst das Ewige wiedererkennen.

Und ich lernte, zur Natur zu gehen mit meinen Fragen.

# DIE EINLÖSUNG

Mein Inneres kleidete sich in die Tracht einer Indianerfrau  
und sagte, ohne Worte:

Du mußt warten. Du hast noch nicht genug erfahren.

Ich verstand, was sie meinte, denn ich hatte kein Feuer in mir,  
und es war nicht die rechte Zeit.

Jahre vergingen mit ständigen Prüfungen, wieviel  
ich tatsächlich gelernt hatte  
von meinen Lehrmeistern.

Dann kamen einige stille Jahre.

Ich war dankbar, wieder ein Teil des Alltags zu sein.

Eines Nachts war es, als ob ein Szenenvorhang zur Seite gezogen wurde:  
Vor mir sah ich eine Landschaft fast verdeckt von Nebel.

Der Nebel zog sich langsam zurück, und am Himmel  
zwischen zwei weißen Bergen stand eine große rote Kugel und sah mich  
an.

Sie besaß alle Weisheit, sie enthielt alle Liebe,  
und sie liebte mich, wie ich war.

Aber sie verlangte auch, daß ich alles in mir in Gebrauch nahm –  
daß ich ganz mein wahres Wesen war.

Mein erster Lehrmeister, das Licht, war gekommen, um Treue zur Wahrheit  
meiner Kindheit zu fordern.

Ich wußte, daß ich etwas in mir hatte, das ganz werden sollte.

Ich wußte, daß ich ein Faß war, das gefüllt werden sollte.

Ich wußte, daß ich meinen eigenen Weg zu gehen hatte.

Doch es wagen –

Ich stand an der Pforte zum Reich der Seele, und ich zögerte.

Ich wollte nur noch ein wenig klein sein und ohne Verantwortung,  
und ich versprach, an der nächsten Wegkreuzung zu kommen.

Und die nächste Wegkreuzung kam, und die nächste und die nächste,  
doch ich fand mich nicht ein.

Ich dachte, nicht noch einmal zu ertragen, daß das Leben mein  
Durchhaltevermögen herausforderte.

Mein Körper brannte.

Es fühlte sich an, als ob etwas auf dem Wege war von innen nach außen.

Ich nannte es „die Kraft“.

Ich wußte nicht, was die Kraft war – wußte nicht, daß sie  
das war, was versteckt in mir lag und hinaus wollte.

Ich bat darum, ent schlüpfen zu dürfen – obgleich ich auch wußte, daß ich keine Wahl hatte.

Als Antwort erhielt ich Träume, die zeigten, daß was geschehen sollte, nicht angehalten werden konnte.

Ich sagte: Ich verstehe, ich füge mich – um wieder darum zu bitten, ent schlüpfen zu dürfen.

Nach vielen „Ich komme bald, ich komme bald, ich werde nur...“ wagte ich schließlich, meinem Zwilling, der Seele, in die Augen zu sehen.

Und ich ging durch die Pforte in das Reich der Seele.



Es war, als ob mein Körper in einen neuen Ton einstimme.

Meine Sinne öffneten sich.

Mein Denken wurde klar und schnell.

Ich horchte auf immer tiefere Schichten in mir.

Jetzt mußte ich in Gebrauch nehmen, was die Angst mich gelehrt hatte –  
die Fähigkeit, ganz anwesend zu sein.

Ich lernte, jederzeit Aufmerksamkeit gerichtet zu haben  
auf meine Umgebung,  
auf meine Gedanken, auf meine Gefühle,  
auf das, was in meinem Körper passierte,  
und auf das Wahrste in mir –  
die tieferliegenden Gedankenströme.

Auf diese Weise reiste mein inneres Wissen hin zu seinem Ziel,  
der Vereinigung mit meinem bewußten Sein.  
Das ganze war wie der Aufbruch vom Kind zum Erwachsenen,  
von Unschuld zu Verantwortung.

Ich hatte begonnen, mich zu entfalten.

## **DIE VEREINIGUNG**

Es war ein Tag im November.

Ich hatte gerade die Straße überquert.

Ich drehte mich um und sah eines der letzten Blätter  
an dem Baum gleich dort, wo ich wohne, zu Boden fallen.

Ich sah es hin und her schaukeln und dachte: „Danke für diesen Jahr.“

Da war es, als ob das Blatt antwortete  
und zu sprühenden Lichtpartikeln wurde.

Und ich sah die Wirklichkeit, wie ich sie nie zuvor gesehen hatte.

Die Zeit hielt an.

Es wurde völlig still.

Ich, meine Seele und Alles klangen zusammen  
in einem jubilierenden Augenblick,  
der die Ewigkeit in sich trug.

Und zusammen gingen wir durch die Pforte  
in den Garten der Wahrheit,  
wo alles eins ist,  
wo „wir“ ein stärkeres Wort ist als „ich“,  
und wo alles nur den einen Wunsch hat:  
zu sein.

Ich sah, wie alles mit allem anderen zusammenhängt,  
und daß alles ist um des Ganzen willen.

Ich sah, wie die Menschen – in einer tieferen Schicht in sich –  
zusammenarbeiten hin zu einem immer reineren Ausdruck dessen,  
was der Mensch eigentlich ist.

Ich sah, daß es für jeden einzelnen Menschen  
einen zgedachten Platz in dem Ganzen gibt.  
Das ist ein Platz, der niemals von einem anderen ausgefüllt werden kann.  
So wichtig ist ein jeder Mensch.



Ich sah in den Aufbau der Materie.

Ich sah, daß alles ersonnen wird vom Erschaffenden Gedanken,  
aus dem Meer der Möglichkeiten, um so in Materie geboren zu werden.

Ich sah, wie alles nach demselben Prinzip geschaffen war.

Alles hatte dasselbe Grundmuster.

Dies drückte sich mir aus

wie eine Ziffer 8 in ewiger Bewegung.

Es war die Geschwindigkeit in den Ringen oder den Bahnen der Ziffer 8,  
welche die Vielfalt der Materie schuf.

Die unterschiedlichen Geschwindigkeiten ergaben unterschiedlichen  
Ausdruck in Materie.

Ich sah, daß alles einen Drang in sich hatte, sein eigentliches Wesen auszudrücken –  
sich selbst zu erfüllen.

Es war in dem Punkt zwischen den zwei Ringen der 8, daß alles in sich Wissen trug  
von sich selbst und von seinem Weg zur Erfüllung seiner selbst.

Selbst die kleinste Partikel und der grenzenlose Raum  
trugen in sich diesen Drang und dieses Wissen.

Aus dem Punkt zwischen den beiden Ringen der 8 kam der Atem von allem.

Es war, als ob ein großer Atem, ein Energiepulsieren, ein- und ausging von allem, hinein in die kleinste Partikel und hinaus in den grenzenlosen Raum.

Es ist dieser Punkt, von dem alles kommt.

Es ist zu diesen Punkt, wohin alles zurückkehrt, gleich einem Atem.

Und von diesem unsichtbaren, unmeßbaren Punkt  
strömte eine Liebe, die alles zusammenbindet.

Überall und in allem, von allem und zu allem strömte Liebe.

Himmel und Erde waren vereint.

Ich sah, daß die Erde ein heiliger Ort ist.

Ich war der grenzenlose Raum.

Ich war die kleinste Partikel.

Ich war die Menschen, die ich traf.

Ich war grenzenlos.

Ich war namenlos.

Und mein Körper erinnerte sich an alles, was er gewesen war,  
von seinem Ursprung an als Sternenstaub.

In diesem Augenblick wußte ich, daß der Körper und das Bewußtsein  
ewiges  
Leben haben.

Der Körper wird wieder zu seinem Ursprung – Erde.

Das Bewußtsein wird wieder zu seinem Ursprung – Licht.

## DAS LETZTE



Der Himmel öffnete sich, und das Licht brach hindurch.

Ich stand dem Ewigen Sein gegenüber.

Meine Augen hatten keinen Drang zu sehen.

Ich stand in dem zeitlosen Punkt, dem Ewigkeitspunkt.

Dem identitätslosen, körperlosen Ort.

Dem Ort, wo es keine Geburt gibt und keinen Tod.

In diesem Augenblick verlor ich das, was ich Gott genannt hatte.

Dem ich den Namen Gott gegeben hatte, mußte ich jetzt  
meine Seele nennen oder meinen inneren Weg.

Was ich nun traf, hatte keinen Namen.

Ich wußte, daß ich Dem niemals einen Namen geben durfte,  
und daß der einzige Weg, Das zu beschreiben,  
war, selbst zu sein.

Meine Seele beugte sich in Ehrfurcht vor Dem ohne Namen.

Und das alte Wort „Dein Wille geschehe“ wurde zu  
„Dein Wille ist geschehen in mir“.

Ich war wieder zurück auf der Straße.

Die Zeit war stehengeblieben.

## WORTE HINTER WORTEN

Es war, als ob das Leben bis jetzt ein langer Winterschlaf gewesen war.  
Nun erwachte ich, um die wirkliche Wirklichkeit zu betreten.

Ein kleiner Vogel zog ein in meine Brust.  
Er saß dort und erzählte mir von den Worten  
hinter den Worten.



Er erzählte:

So wie der Tag und die Nacht demselben Himmel dienen,  
so sind auch das Gute und das Böse gleichwertige Kräfte,  
die das Licht weiterbringen.

Er erzählte:

Alle Kinder werden geboren mit dem Namen Sorgenfrei.  
Ohne Schuld kommen sie in die Welt.

Sie kommen, um das Rätsel der Erbsünde zu lösen,  
um dadurch ihre Seele erlösen zu können.

Er erzählte:

Der tiefste Wunsch des Menschen ist, seine Seele zu erlösen.

Der Wunsch der Seele ist, zum Ausdruck zu kommen im Menschen.

Beide ruhen sie in der Einheit.

Er erzählte:

Es sind drei Schlüssel zu drei Räumen, die der Mensch braucht  
auf seiner Reise zu sich selbst.

Der erste Schlüssel ist Wahrheit.

Der Mensch muß wagen, sich selbst in die Augen zu sehen –  
die Wahrheit über sich selbst sehen.

In diesem Wagestück geschieht eine Läuterung.

Ständige Läuterung ist der Schlüssel, der die Tür zum Raum  
des Herzens öffnet.

Wenn es nichts mehr zu verstecken gibt, gibt es auch keine Tür,  
die den Menschen von seinem eigenen Herzen trennt.

Dies ist der Schlüssel zum Raum des Herzens.

Der zweite Schlüssel ist Vertrauen.

Vertrauen in das Leben, Vertrauen in die Menschen,  
Vertrauen darein, daß es einen Weg gibt.  
Vertrauen darein, daß alles, was geschieht, einen Sinn hat.

Dies ist der Schlüssel zum Raum der Seele.

Der dritte Schlüssel ist völlige Hingabe.

Dies ist der Schlüssel zum Raum der Einheit.

Wochenlang war ich die Schülerin des kleinen Vogels.

Eines Tages fühlte es sich an, als ob mein Herz gesprengt werden sollte  
von all dem, was ich gelernt hatte, und von all dem, das ich sah.

Und ich sagte: „Ich kann nicht mehr.“

Da bewegte er sich vorsichtig und flog hinaus.



# DIE LANGE NACHT

Erst kam die Stille.

Dann kam die Demut.

Dann kam die Dankbarkeit.

Dann kam die Sehnsucht.

Alles in mir sehnte sich nach dem anderen Ort,  
zum Licht, zur Glückseligkeit und zur Liebe.

Ich sehnte mich nach dem Leben, dem Leben auf der anderen Seite.  
Das Leben auf dieser Seite war eine einzige große Dunkelheit.

Ich war wie eine Fremde  
in der Welt, die ich stets geliebt hatte.

Ich war ohne Körper.

Ich war ohne Geschlecht.

Ich war nur Licht.

Ich war nur Liebe.

Es war, als ob ich mich selbst aufs neue gebären mußte,  
in der Materie und in dieses Leben.

Wie sollte ich es schaffen, zurückzugehen  
und mir mein altes Kostüm wieder anzuziehen.

Wie sollte ich wieder Mutter sein können,  
Frau und Freundin,  
ich, die aus dem Land auf der anderen Seite kam.

Alles in mir drehte sich von innen nach außen.

Ich erbrach mich.

Ich wollte alles aus mir herauspressen, was mir geschehen war.

Ich vermochte nicht, es zu ertragen.

Ich vermochte nicht zu leben.

Zu leben war, tot zu sein in diesem Leben.

Ich wollte zum Leben – auf der anderen Seite.

Zugleich sah ich, mit meinem inneren Auge,  
ein Eisentor zuschlagen.

Und es sagte, wortlos: Du hast keinen Zutritt.

Das Faß meines Lebens war noch nicht gefüllt.

## **DIE HINGABE**

Ich stand in einem weißglühenden Schmerz, und ich brannte.

Ich wußte, ich mußte stehenbleiben.

Ich mußte im Feuer stehenbleiben, ohne vernichtet zu werden.

Ich mußte Feuer werden, ohne mich selbst zu verlieren.

Ich wußte, daß dieses Wissen aus meinem Innern

ingebrannt werden sollte in mein ganzes Wesen.



In dem einen Augenblick war ich zermalmt zu einem Meer von Partikeln.  
Im nächsten gelang es mir, mich zu einer Ganzheit zu sammeln,  
um wieder zermalmt zu werden.

Das einzige, das ich hatte, um mich daran festzuhalten,  
war die Gewißheit darüber, daß ich an dem, was geschah, unschuldig war.

Immer wieder rief ich mir die Worte ins Gedächtnis:  
„Dir ist keine schwerere Bürde auferlegt, als du tragen kannst.“

Angst mischte sich in den Chor der Gefühle.

Wieder drohte sie damit, die Kontrolle über mein Leben zu übernehmen.

Von einem Verständnis der Wirklichkeit in ein anderes zu gehen,

war wie über einem Abgrund zu balancieren ohne etwas,

um darauf zu treten.

Ich kämpfte darum, mich selbst zu behalten und meine Nähe zum Leben –

dem Leben auf dieser Seite.

Mitten im Kampf gab ich auf und sagte:

„Das ist mir niemals passiert.“

Eine Dunkelheit legte sich über mein Gemüt.

Meine Persönlichkeit veränderte sich.

Ich verlor den Lichtweg aus der Kindheit.

Ich fühlte nicht länger die Zusammengehörigkeit mit allem.

Ich hatte mein inneres Zuhause verlassen.

Ich bekam zu spüren, was es kostet, sich  
seinen eigenen Erlebnissen und seinem Leben zu entziehen.

Es war eine Dunkelheit und eine Leere, mit der ich nicht leben konnte.  
Und ich legte mich nieder und sagte: „Ich gebe mich hin.“

Im selben Moment war ich zurück bei mir selbst.

Meine Seele flüsterte leise:

Deine Offenbarungen wurden dir gegeben, für dich darin zu sein  
und sie weiterzugeben in Form deiner selbst.

Sie werden umgestaltet in dir,  
damit sie durch dein Sein verstanden werden können.

Sie werden verstanden nicht mit Worten.

Sie können niemals erklärt werden,  
und sie können nicht wiedererschaffen werden.

## AM FLUSSUFER

Einen Augenblick glaubte ich, daß ich für die große Welt da war.  
Ich vergaß, daß meine kleine Welt die Welt *ist*.

Einen Augenblick glaubte ich, daß ich mich ändern mußte,  
mein Leben verändern.  
Ich setzte mir Grenzen sowohl für meine Gedanken als auch mein Tun.  
Und ich sah, wie schnell der Fanatiker, der Wächter der Himmelstür,  
in mir wuchs.

Und es wurde eng.

Mitten in dieser Enge brach ein Lichtgedanke durch.

Es war, daß ich gerade als ich selbst, mitten in meinem eigenen Leben,  
dies erreicht hatte, mein vorläufiges Ziel.

Ich verstand, daß der reine, schlichte, unverstellte Gedanke gut genug war.

Das natürliche Benehmen war rein genug.

Das echte Handeln war gut genug.

Ich selbst zu sein, war genug.



Ich kenne die Antwort, doch um selbst die Antwort zu *werden*,  
habe ich einen langen Weg zu gehen.  
Jeder Tag trägt Jahre an Erfahrung in sich.

Es ist, als ob ich an einem Flußufer stehe  
und hinüberblicke auf die andere Seite.  
Ich kann alles sehen, was dort ist, aber um wirklich dort zu sein,  
muß ich erfahren – es erfahren, den Fluß zu überqueren.

Wenn ich den Fluß überquert habe,  
kann ich mit der anderen Seite zusammenschmelzen.

*ich kenne nicht den namen des Träumers*

*ich kenne nicht den wunsch des Träumers*

*ich bin nur teilnehmer in Dem großen Traum*

## NACHWORT

Danke der Natur, die mir die Gesetze des Lebens zeigte.

Danke der Angst, die mich dazu zwang, in mir selbst zu suchen.

Danke dem Licht, das mir zeigte, daß ich einen Weg zu gehen hatte.

Danke mir selbst, dafür daß ich wagte zu leben.