

Der Autor

Gerd Köhler studierte an der Technischen Universität München Maschinenbau und arbeitete als Lehrer an einer Technikerschule und als Entwicklungsingenieur in verschiedenen Unternehmen. Seit mehr als 35 Jahren ist er Schüler der tibetischen Meditationsmeister Chögyam Trungpa Rinpoche und Sakyong Mipham Rinpoche. Gerd Köhler lebt in Hamburg und ist Meditationslehrer und Seminarleiter im Shambhala-Zentrum Hamburg.

Gerd Köhler

Wenn Steine sprechen

- neu denken, frisch wahrnehmen

© 2019 Gerd Köhler

Umschlaggestaltung, Illustration: Gerd Köhler

Verlag & Druck : tredition GmbH
Halenreihe 40-44, 22359 Hamburg

ISBN: 978-3-7497-0866-6

Das Werk, einschließlich seiner Teile,
ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung
ist ohne Zustimmung des Verlages und des
Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für
die elektronische oder sonstige Vervielfältigung,
Übersetzung, Verbreitung und öffentliche
Zugänglichmachung.

Inhalt

Vorwort	7
1. Das Radio	9
2. Wo kommen die Töne her?	11
3. Der Reichtum des Universums	18
4. Ich sehe was, was du nicht siehst	22
5. Die Achterbahn	25
6. Wahrnehmen ist ein Naturgesetz	29
7. Wahrgenommene und gedachte Welt	37
8. Wahrnehmen ist wie ein Akkord	42
9. Einzigartig und allein	50
10. Die Erde ist eine Scheibe	52
11. Hamlet und die Streichholzschachtel	56
12. Die optische Täuschung	60
13. Erleben ist immer jetzt	65
14. Der gedachte Mörder	70
15. Spielwiese Universum	76
16. Berühren und berührt werden	80

17. Licht	84
18. Aufblitzen erleben	95
19. Sehen	100
20. Sprechen	109
21. Kommunikation	117
22. Rechnen und lernen	127
23. Materie	133
24. Bewegen	143
25. Geben und Nehmen	149
26. Logik des Lebendigen	153
27. Alte und neue Physik	167
28. Wenn Steine sprechen	178
29. Begegnungen mit Wasser	185
30. Riechen - mal anders	192
31. Das Universum tanzt	197
32. Leiden als Alarmsignal	201
33. Der Weg	208
Hinweise und Fundstellen	211

Vorwort

Die Vorstellung, dass auch ein Stein zur belebten Natur gehört, genau wie die Luft, das Wasser, die Erde, die Sonne und alle Gestirne, hat in der Menschheitsgeschichte eine lange Tradition. Diese Vorstellung ist mit dem Siegeszug der Naturwissenschaften fast völlig in den Hintergrund gedrängt worden. Die Quantenphysik hat diese Lebendigkeit nun wieder entdeckt und beschreibt Materie als Abfolge von lebendigen, schöpferischen Prozessen. Die Prozesse folgen einem grundlegenden Muster, das auch unser Erleben, Denken und Fühlen in jedem Augenblick frisch und neu hervorbringt. Diese ganzheitliche Sichtweise auf eine lebendige Wirklichkeit gibt uns nicht nur Orientierung und Hilfe im Alltag, sondern bietet auch die Chance für einen Brückenschlag zwischen Naturwissenschaften und Religionen.

In den ersten Kapiteln meines Buches geht es um unsere erlebte Welt, danach dann um die Lebendigkeit der materiellen Welt. Die grundlegenden Muster beider Welten werden graphisch dargestellt im sogenannten *Quantenmodell*. Bei der Entwicklung dieses Modells habe ich mich u.a. auch bezogen auf die Aussagen von Prof. Dr. Hans-Peter Dürr, dessen Bücher und Vorträge mich sehr inspiriert haben. Die zweite wichtige Inspirationsquelle waren die Lehren des tibetischen Buddhismus und der Shambhala-Tradition, mit denen ich seit mehr als 35 Jahren verbunden bin, und die auch Grundlage meiner Meditationspraxis sind.

An dieser Stelle geht mein Dank insbesondere an meine Lehrer Chögyam Trungpa Rinpoche und Sakyong Mipham Rinpoche, deren Weisheit Hilfe und Ansporn für mich waren. Danken möchte ich auch Christine Behrens, Beate Kirchhof-Schlage und Priya Windisch, die meine Arbeit an diesem Buch unterstützt haben.

Im Text habe ich ab und zu die Regeln der deutschen Rechtschreibung ganz bewusst *kreativ umgangen* und z.B. Begriffe nicht groß sondern klein geschrieben. Damit will ich deutlich machen, dass diese Begriffe nicht für Dinge stehen, sondern Ausdruck sind für lebendige Prozesse.

Hamlet und die Streichholzschachtel

Wie viele Seiten und wie viele Ecken hat eine Streichholzschachtel? Eine einfache Frage. Wenn ich mir eine Streichholzschachtel vorstelle und nachzähle, komme ich zu dem Ergebnis: sechs Seiten und acht Ecken. Dann nehme ich eine Streichholzschachtel in die Hand und schaue: drei Seiten und sieben Ecken.

Ich bin verblüfft und drehe die Streichholzschachtel, um auch noch die achte Ecke zu sehen. Jetzt sehe ich die achte Ecke, aber dafür ist eine andere verschwunden, also immer wieder nur sieben Ecken und drei Seiten. Und während ich die Streichholzschachtel langsam in meiner Hand drehe, entdecke ich plötzlich noch eine andere Wahrheit: eine Seite und vier Ecken. Und dann noch eine Wahrheit: zwei Seiten und sechs Ecken. Und

während ich die Streichholzsachtel einfach langsam weiterdrehe, bemerke ich, dass die Seiten ständig ihre Form und Größe ändern. Und dann bemerke ich noch, dass auch meine Hand da ist. Ich kann die Streichholzsachtel gar nicht ohne meine Hand sehen. Und beide bewegen sich und bilden dabei immer wechselnde Formen. Und dann bemerke ich, dass um die drehende Hand und die sich drehende Streichholzsachtel herum Ruhe ist. Da ist dieses Raumgefühl, das sich völlig entspannt anfühlt. Ich erlebe die wechselnden Formen von meiner Hand und der Streichholzsachtel und ein Raumgefühl, das ruht, Bewegung und Ruhe, relativ und absolut, zusammen in einer Wahrnehmung. Das ist die Wahrheit der Streichholzsachtel mit sieben Ecken, die erlebte Wahrheit.

Die gedachte Wahrheit der Streichholzsachtel mit acht Ecken bleibt davon unberührt. Diese Wahrheit ist manchmal auch nützlich. Wenn ich eine Streichholzsachtel beschreiben soll und meine Erklärung auf meine erlebten Wahrheiten stütze, würde mich wahrscheinlich keiner verstehen: *Eine Streichholzsachtel ist so ein Ding mit sieben Ecken und drei Seiten, aber es können auch manchmal vier Ecken und eine Seite sein.* Der Klarheit zuliebe würde ich bei einer Beschreibung doch lie-

ber die gedachte Version mit 6 Seiten und acht Ecken verwenden.

Und während ich so dasitze und meine Streichholzschachtel mit meiner Hand drehe, fällt mir Hamlet ein: *Sein oder Nichtsein, das ist hier die Frage*. Ja, ich sehe die Streichholzschachtel, also: *Sein ist wahr*. Dann sehe ich überall um die Streichholzschachtel herum keine Streichholzschachteln, sozusagen das *Nichtsein* von Streichholzschachteln, also *Nichtsein ist wahr*. Und dann erlebe ich, dass die Streichholzschachtel sich in diesem *nicht-Streichholzschachtel-Sein*, diesem Raum, dreht. Ich erlebe Sein und Nichtsein zusammen, also: *Sein und Nichtsein zusammen ist wahr*. Da habe ich also drei Wahrheiten: Sein ist wahr, Nichtsein ist wahr und Sein und Nichtsein zusammen ist wahr. Mein logisch schließender Geist sagt mir, dass nur eine der drei Behauptungen wahr sein kann, weil jede Festlegung die anderen beiden ausschließt. Logik ist zwar in vielen Situationen gut und nützlich, aber hier hilft sie mir nicht weiter. Und so besinne ich mich darauf, dass im Zweifelsfall für mich das *wahr-nehmen* zählt. Der Logiker in mir sagt, dass nur eine der drei Wahrheiten wahr sein kann. Für mich als Wahrnehmender sind aber alle drei Wahrheiten gleichermaßen wahr, weil ich sie mit Vertrauen in mein Erleben gerade *wahrgenommen* habe.

Auch wenn alle drei Wahrheiten gleich wahr sind, möchte ich doch eine von den Dreien hervorheben, weil ich sie auf meiner Reise durch die Welt meiner Wahrnehmungen als besonders hilfreich erlebt habe. Und das ist die dritte Wahrheit: *Sein und Nichtsein zusammen ist wahr*. Und diese Wahrheit bekommt von mir deshalb das Prädikat: *Sehr empfehlenswert*.

Wenn ich bei einem Waldspaziergang aus der Ferne ein *Kuc-kuck* höre, dann kommt dieser Ruf aus einem Raum von Stille: erst Stille, dann *Kuc-kuck*, dann wieder Stille. Das ist die Wahrheit von Sein und Nichtsein nacheinander, von Sein *oder* Nichtsein. Ich kann das *Kuc-kuck* aber auch als dritte Wahrheit erleben, als *Kuc-kuck* zusammen mit Raum von Stille. Dann ist der Klang von *Kuc-kuck* wie ein klares und lebendiges Echo, erlebt in einem Raumgefühl von großer Weite und friedlicher Stille. Das ist waches Erleben: *Sein und Nichtsein zusammen*, so ist es, *ganz ohne Frage*.