

## Hermann Hesse Psychoanalytische oder buddhistische Lyrik?

*Dipl. Psych. H.-G. Wolff, Kiel*

Gehalten vor der NGaT in Malente am 11. Dezember 2004

Liebe Marie, Luise, liebe(r)..., sehr geehrte Mitglieder, Gäste, und Freunde der NGaT  
Heute möchte ich über das Thema

*Hermann Hesse, Stufen*

Psychoanalytische oder buddhistische Lyrik?

...sprechen.

### 1. Ein Einführungsversuch mit dem Hinweis auf DIE WERKSTATT-PERSPEKTIVE

Um mögliche Erwartungen Ihrerseits nicht zu enttäuschen, möchte ich dem Referat vorausschicken, dass ich mich nicht umfassend mit dem Hesse'schen Werk auseinandergesetzt, sondern nur selektiv bestimmte Werke von ihm gelesen habe, meinem Namen verpflichtet natürlich mit besonderer Begeisterung den Steppenwolf; So auch Narziss und Goldmund, Siddharta und das Glasperlenspiel. Aus Erzählbänden erinnere ich noch Damien, Klingsors letzter Sommer, Kinderseele u.a.

Ausgangspunkt meines Interesses war zunächst nicht Hesse selbst, denn mein Lieblingsdichter war Dostojewskij, sondern in erster Linie das »**STUFEN**«- Gedicht, weil es eine Lebensperspektive skizziert, der ich mich intuitiv und emotional sehr verbunden fühlte. Es war so eine Art Aha-Erlebnis, das immer wiederkehrte, ja sich sogar verstärkte, je öfter ich es las.

Bzgl. der Methodik, sich dem Gedicht verstehend und einordnend zu nähern, geht auch um meine Art und Weise des Vorgehens und der Beschäftigung, die evtl. mehr an das Lebensprinzip der Aborigines erinnert, nämlich davon auszugehen, dass etwas, das mir begegnet, und mich irgendwie fasziniert, auch etwas mit mir zu tun hat, mir vielleicht etwas sagen kann. Eine allgemeine Faszination von der WIRKUNG von **Hesse's** Stufen auf mein eigenes Leben und auch was die Betrachtung anderer Leben angeht, war hier der Zündfunke. Aus meiner und auch Ihrer therapeutischen Perspektive ist bekannt, dass viele Menschen die »**STUFEN**« des Lebens nicht gehen wollen, auch aus bestimmten Gründen nicht gehen können, vielleicht aber auch die »**STUFEN**« ihres eigenen Lebens nicht sehen können: Menschen kommen also zu uns, die an einer Stelle ihres Lebens stehen geblieben sind, irgendwie das Gefühl haben, nicht weiter zu kommen, und darunter leiden, weil sie mit den Schwingungen des Lebens nicht in Gleichklang kommen können. Mit dieser allgemeinen Aussage, die sicher irgendwie zutreffend ist, wollte ich mich aber nicht zufrieden geben. Mein Impuls, nun in diesen Vortrag mündend, war darum schon lange, der Thematik auf den Grund zu gehen. Aus der literarischen Beschäftigung mit **HESSE** zum Studiumsbeginn wusste ich bzgl. der **TIEFENPSYCHOLOGIE** nur, dass er mit C. G. Jung Kontakte hatte und bei einem jungianischen Analytiker in Behandlung war.

Meine Frage war nun: „Wo angreifen, wo bei dieser potenziell fast unendlichen Thematik anpacken?“

**Erste Assoziationen**, die mir kamen, waren zunächst weder psychoanalytischer noch buddhistischer Natur, sondern Begriffe, wie: *Treppenstufen, Stufen des Lebens, der Reife, des Alters, der Ausbildung, Stufen zum Glück, abgestuft, eingestuft, runter gestuft, höher...., stufenweise, feinstufig, stufenlos, Reifestufe, Oberstufe, Unterstufe, kleine, große, Stufen der Liebe: pers. Mitteilung v. Herta Betzendahl: Kindesliebe, Ehegattenliebe, Religiöse Liebe, Allgemeine Menschenliebe, STUFEN DER BEARBEITUNGSFÄHIGKEIT war dann vorerst mein abschließender Gedanke, weil ich diese während der Vortragsvorbereitung zu erklimmen hatte.*

→ **Wissenschaftlich** war aus: *Hermann Paul, Deutsches Wörterbuch, Bedeutungsgeschichte und Aufbau unseres Wortschatzes*, Folgendes über die Herkunft des Stufenbegriffes zu erfahren:

**STUFE** althochdeutsch: *stuofa*, mittelhochdeutsch (mitteldeutsch) *stuofe*, dann durch die Lutherbibel wieder ins hochdeutsch übernommen, verw. mit *t Staffel*; >Trittfläche (einer Treppe)<, häufig im Plural: *Die Stufen zum Altar* (Ad. 1780); übertragen urspr. >Grad< (16.Jh.). dann >Etappe, Phase: *die erste Stufe einer Würde* (Steinbach), *Auf einer hohen S. der Bildung stehen*; >Rang<: *Dennoch geht es nicht an, Mozart und den neusten Fox-trott auf eine S. zu stellen*, Hesse, Steppenwolf 164f., usw.

Gemäß dieser Auflistung werde ich bei weiterer Reflexion »**STUFEN**« gelegentlich **synonym** mit Ebenen, Perioden, Phasen Schritten u.ä., die aufeinander folgen, gleichsetzen.

Beim Beginn der Referatsvorbereitung wähnte ich mich inmitten eines Sammelsurium von Bauteilen und -plan eines **Ikea-Schranks** zu sitzen, mit der Überzeugung, den Schrank nie zusammenzukriegen. Aber auch jetzt, wo ich mich durch einiges Material durchgewühlt habe, fühle ich mich noch immer wie in der Werkstatt, weswegen ich das Referat auch eine **Werkstattarbeit** nenne. Deshalb möchte ich Sie einladen, beim Werkstück selbst im Sinne der nachfolgend gemeinsamen Diskussion, noch weitere Analogiestücke zum »**STUFEN**« - Gedicht **HESSES** mit mir zusammen zu eh decken.

Als meine Bearbeitungsstrategie hat sich gemäß dem Anspruch meiner Thematik ein **drei - stufiges** Konzept herauskristallisiert, es dabei also um Stufen von der Detail- zur holistischen Betrachtung gehen soll:

1. Ausgangspunkt sollte zunächst eine Perspektive sein, bei der ich **PSYCHOANALYSE**, wie auch buddhistische Philosophie auf »Stufen« -Elemente untersuchte.
2. Die 2. Ebene war, zu einzelnen Zeilen des Gedichtes Aussagen aus beiden Gesellschaftsbetrachtungen zu suchen, bei denen Übereinstimmung besteht.
3. Der mir am bedeutsam erscheinendste Untersuchungsansatz ist aber, Teile aus beiden Menschenbildern herauszuarbeiten, die möglichst als Ganzes mit dem »Stufen«-Gedicht in Kongruenz zu bringen sind.

Was die **PSYCHOANALYTISCHE** Betrachtungsweise angeht, so werde ich mich zwar überwiegend mit der **PSYCHOANALYSE** Freuds und seiner unmittelbaren Schüler beschäftigen, mir jedoch letztendlich keine Einschränkungen auferlegen, was auch andere tiefenpsychologische Schulen angeht.

## 2. »**STUFEN**« -Interpretationen von Theorien der **PSYCHOANALYSE**

Als eine wesentliche Basis psychoanalytischer Theorienbildung ist die Triebtheorie zu nennen, die in der klassischen Literatur der **PSYCHOANALYSE** als dualistisch bezeichnet wird und im Sinne eines Stufengedankens nur dann Verwendung finden kann, wenn wir Organisationsstufen der Vermengung, bzw. **Entmischung** von Libido und Destrudo ins Auge fassen, die auch mit unterschiedlich reifen Ich-Organisations - »**STUFEN**« sowie **Abwehrmechanismen** in Verbindung zu bringen sind. Hier bietet sich der »Stufen« - Gedanke an, obwohl klare Abstufungen schwierig sind, sich aber methodisch eine »**STUFEN**«-Betrachtung bei der Darstellung der **Lib**

**dotheorie** innerhalb psychoanalytischer Theorienbildung durchgesetzt hat. Hierauf werde ich dann genauer eingehen.

Allgemein, d.h. populärwissenschaftlich bekannter als die Libidotheorie i.e.S. ist die Theorie der erogenen Zonen im Zusammenhang mit der psychosexuellen Entwicklung. Hier handelt es sich sicher um ein Stufenmodell, das uns allen bzgl. der Begriffe: oral, anal und genital bekannt ist.

Im Sinne eines umfassenden Überblickwerkes habe ich aus: *Dieter Wyss, Die Tiefenpsychologischen Schulen von den Anfängen bis zur Gegenwart*, (1972, S.54) die dort aufgeführten Gedanken über Freud´s immanente Sexualtheorie psychosexueller Entwicklungsstufen genauer betrachtet.

Danach wird bei Wyss mehr von Perioden oder Phasen gesprochen: Zitat: „Die Gleichzeitigkeit verschiedenster sexueller Betätigungen schließt jedoch nicht das Vorhandensein von Perioden oder Phasen aus: die orale oder kanibalistische dadurch gekennzeichnet, dass die Sexualtätigkeit mit der Nahrungsaufnahme gekoppelt ist (Saugen.) Ihr folgt dann jene, in der die Stuhlentleerung im Mittelpunkt der kindlichen Entwicklung steht, die anale oder anal – sadistische.“ Zitat Ende: Hier geht es darum, dass der Charakter von Schritten, Phasen, evtl. auch hierarchisch aufeinander aufbauenden »Stufen«, die vom Prinzip her auch nicht umkehrbar sind, erkennbar ist. Temporäre Trieb- wie auch Ich-Regressionen sind zwar möglich, doch ist ihr Auftreten schon von spezifisch innerseelischen wie auch äußeren Faktoren abhängig und stellt den normalen »**STUFEN**«- Entwicklungsverlauf nicht in Frage.

Die Sexualität hat z.B. in der Entwicklung garantierter und selbstverständlicher werdenden Nahrungsaufnahme eine Funktion entwickelt, stellt eine unterste Stufe der Existenzsicherung dar. Eine »Stufe« muss hier auch auf die nächsthöhere aufbauen: In aller erster Linie, also auf unterster Stufe der Selbsterhaltung, als absolute Grundlage der Fortpflanzung, steht der **STOFFWECHSEL**; in Urzeiten bei primitiven Lebewesen vermutlich ohne Lustgefühle, weil noch keine Instanz da war, die solche wahrnehmen konnte. Das hat sich erst mit der höheren Bewusstseinsentwicklung beim Menschen herauskristallisiert. Garantierte Nahrungsaufnahme ist also die erste Voraussetzung für Stoffwechsel. Die Herausgabe unverdaulicher Reste ist ein zweite unabdingbare »Stufe« Bei beiden macht es Sinn, dass das Individuum dazu irgendwie motiviert wird; und zwar dadurch, dass orale Aktivität und Defäkation mit Lust - Unlustgefühlen verbunden ist, die wenn sie entspannend und erleichternd sind, Belohnungscharakter haben, also im Dienste des ES „funktionieren“. Erst wenn diese beiden »Stufen«: „Genug zu bekommen“ und „Unnötiges auch wieder los werden“, auch symbolisch - seelisch, also „psychosexuell“ verstanden, beherrscht werden, dann erst ist die Lebensgrundlage für die nächste »Stufe« geschaffen: Die Fortpflanzung selbst.

An dieser Stelle möchte ich, um richtig verstanden zu werden, den Stellenwert von Theoriehinweisen für mich bestimmen: Es geht mir hier nicht primär darum, Inhalte zu diskutieren, sondern in erster Linie festzuhalten, dass es sich bei den von mir ausgewählten Persönlichkeits-, bzw. deren Untertheorien der **TIEFENPSYCHOLOGIE** und später des **BUDDHISMUS** um Modelle handelt, bei denen sich der Stufengedanke von **HESSES** Gedicht formal und in Analogien auch inhaltlich teilw. wiederfinden lässt.

Für uns haben jedoch aus naheliegenden Gründen jene Anknüpfungen besondere Bedeutung, die menschliches Leben gerade in den Belangen beleuchten, die uns durch unsere psychotherapeutische Tätigkeit besonders vertraut sind.

### **Erik H. Erikson´s Erweiterung und Ergänzung von Freud´s Modell psychosexueller Entwicklungsstufen**

Erik H. Erikson hat sich im Gegensatz zu Freud von der somatischen Grundlage mehr entfernt, hat in seelischen Dimensionen feiner differenziert, und geht auch über das engere biologische Ziel der Fortpflanzung weiter hinweg.

Das differenziertere Stufenmodell im Vergleich zu Freud´s Darstellungen können wir in den **ACHT PHASEN DES MENSCHEN** sehen, so wie sie Erikson [1965] u.a. in *Kindheit und Gesellschaft* (ab S.241) vorgestellt hat [FOLIE1]:

1. Vertrauen gegen Ur-Misstrauen
2. Autonomie gegen Scham und Zweifel
3. Initiative gegen Schuldgefühl
4. Leistung gegen Minderwertigkeitsgefühl
5. Identität gegen Rollenkonfusion
6. Intimität gegen Isolierung
7. Zeugende Fähigkeit gegen Stagnation
8. Ich-Integrität gegen Verzweiflung

Diesen 8 Phasen der bis ins (hohe) Alter reichenden Persönlichkeitsentwicklung hat Erikson ebenso 8 Reifestufen zugeordnet (S. 268), die z.T. wieder eher noch an die mehr am körperlichen orientierten psychosexuellen »Stufen« Freud´s erinnern FOLIE 2:

- I. Oral – sensorisch
- II. Muskulär – anal
- III. Lokomotorisch-genital
- IV. Latenz
- V. Pubertät und Adoleszenz
- VI. Frühes Erwachsenen – Alter
- VII. Erwachsenen - Alter
- VIII. Reife

Auf **HESSES »STUFEN«** - Gedicht projiziert, heißt das auch, dass der Eindruck eines fortlaufenden progressiven Entwicklungsprozesses entstehen könnte, d.h., wenn wir auf eine neue »**STUFE**« „**GEHOBEN**“ und damit „**GEWEITET**“ sind, dass wir nicht wieder zurückfallen können. Erikson selbst bringt hier eine Art Pessimismus zum Ausdruck, dass sein Stufenentwicklungsmodell als Weg ohne Umkehr, um an einen Begriff aus der Suchtforschung anzuknüpfen, ohne Rückfall, missverstanden werden könnte, was er aber verneint. Denn besonders wenn man ans hohe Alter denkt, wo z.B. Hirnatrophien, Alzheimer oder andere Verfallserscheinungen des menschlichen Körpers eher gehäuft auftreten, so kommt zumindest nach diesem Modell die Phantasie des unaufhörlichen Persönlichkeitswachstums ins Wanken.

Bestimmte Entwicklungsphänomene, die potenziell schon spiritueller Natur sind und die Hesse mit seinem Gedicht im Sinne des: »circle of life« integriert hat, erscheinen hier von der orthodoxen **PSYCHOANALYSE** wohl weniger erfasst:

*Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde  
Uns neuen Räumen jung entgegenenden,  
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...  
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!*

Ich möchte jetzt zu dem von mir schon o.a. Hauptbetrachtungsfokus der **PSYCHOANALYSE**, der **3. Hauptteil Libidotheorie** kommen und kurz erläutern, warum sich m.E. die Libidotheorie am besten eignet, mit dem Stufengedanken von **HESSES** Lyrik in Verbindung gebracht zu werden. Da es sich im Leben nicht immer um diskrete, sondern eher und öfter um kontinuierliche, sich organisch entwickelnde »Stufen« handelt, bei denen sich mehr das Fließende als das Abrupte zeigt, bietet die Libidotheorie mit ihren Beschreibungen einer fließenden Energie eher eine Basis zur Abbildung einiger Gedichtspassagen als mehr statische Theoriebestandteile der **PSYCHOANALYSE**. Entwicklungsübergänge und damit -stufen« können „hart“ aber auch „weich“ sein.

Von der Problematik, die libidinösen Vorgänge genau zu erfassen, bzw. sie exakt bestimmten »**STUFEN**« der psychosexuellen Entwicklung, psychischen Strukturbildung oder z.B. Triebziel- oder -objektwahl zuzuordnen, zeugen folgende Ausführungen im VOKABULAR DER PSYCHOANALYSE, **Laplanche & Pontalis**, (1986, S. 285) Dort steht unter **Libidou.a.** Zitat: „Es ist schwierig, die Libido befriedigend zu definieren. Die Libidotheorie hat sich nicht allein mit den verschiedenen Stadien der Triebtheorie entwickelt, auch der Begriff selbst ist von einer einheitli-

chen Definition weit entfernt....“ Zitat Ende:

Unter **Libido, Organisation der** (S.287) werden wir dort (**VdPA**) eher auf der Suche nach den »**STUFEN**« fündig, da es hier heißt FOLIE3: Zitat: „Koordination der Partialtriebe, charakterisiert durch das Primat einer erogenen Zone und einer spezifischen Weise der Objektbeziehung. In einer zeitlichen Reihenfolge betrachtet, bezeichnen die Organisationen der Libido **STUFEN** der infantilen psychosexuellen Entwicklung.“ Zitat Ende:

Ein wichtiger Begriff aus der Libidotheorie ist der der „**KLEBRIGKEIT DER LIBIDO**“: Er lässt sich m.E. besonders auf folgende Zeilen des Gedichtes abbilden FOLIE4:

*Bleibt jede Weisheit auch und jede Jugend  
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.  
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe  
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
Um sich in Tapferkeit und auch mit Trauern\*  
In andre, neue Bindungen zu geben.  
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.  
Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
An keinem wie an einer Heimat hängen,*

\* Warum: „ohne Trauern“ bei Hesse- und: „auch mit Trauern“ bei meinem Exemplar, werde ich später noch erläutern.

Um diesen Teil des Gedichtes und auch meine Überlegungen hinsichtlich der Libidotheorie besser verstehen zu können, erscheint es mir hier notwendig, sich eine bestimmte Perspektive, aus der heraus das Leben **Hesses** gesehen werden kann, vor Augen zu halten: In einem 1996 von *Volker Michels* zusammengestellten Hesse - Lesebuch mit dem Titel: *Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne*, wird vom Herausgeber in einer Art Vorwort u.a. Folgendes ausgeführt Zitat: „**Hermann Hesse** gehört zu den Autoren, die das Glück hatten, alt zu werden und somit alle Phasen des Lebens erfahren und auf charakteristische Weise abbilden zu können. Aus der Fülle solcher Darstellungen in seinen Werken und seinen nicht weniger ergiebigen Antworten auf Leserbriefe vereinigt dieses Lesebuch eine Auswahl von Texten, welche die »Stufen der Menschwerdung« von den frühesten bis zu den letzten Lebensjahren schildern und reflektieren. Die wünschenswerte Entwicklung von der Jugend zum Alter ist für Hesse ein evolutionärer Prozess, der sich schubweise in zahlreichen Pubertäten und Krisen vollzieht, von den vegetativen und animalischen bis hin zu immer bewussteren und menschenwürdigeren. Nichts ist nach Hesses Ansicht der individuellen Menschwerdung abträglicher als Stillstand und eine allzu frühe Rollenfixierung auf Kosten der Selbstverwirklichung....“ Zitat Ende:

Diese Aussagen lassen sich sehr direkt mit den eben gezeigten Gedichtsauszügen, ja nicht zuletzt mit dem ganzen Gedicht in Verbindung bringen.

Besonders aber die jetzt herausgegriffenen, o.a. Zeilen lassen sich, was ihre Betrachtungen unter psychoanalytischem Aspekt angeht, auf einige relevante Aussagen aus der Libidotheorie abbilden, zu denen ich mich gleich noch genauer äußern werde FOLIE5:

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,  
Bleibt jede Weisheit auch und jede Jugend  
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.*

Hier ist m.E. von der vergänglichen Dynamik alles Lebendigen die Rede, die sich auch an der libidinösen Besetzung, Gegenbesetzung, Fixierung und Entleerung der menschlichen Psyche darstellen lässt. Aber auch, ohne es zu spezifizieren, kann bzgl. dieser Zeilen spekulierend und

interpretierend gesagt werden, dass auch die jeweilige libidinöse Besetzung erogener Zonen, die nach der Zeit ihrer Priorität (*Blüte*) von anderen abgelöst werden (können), zwar nicht welkt, aber im Gesamt der psychosexuellen Entwicklung ihre Blütezeit (Zeit besonderer Bedeutung, Ausprägung, Gravidität: *dauer.....n*) hinter sich gebracht hat, um von der nächst (-notwendig-) en abgelöst (zu) werden zu können. Die Notwendigkeit drückt Hermann Hesse damit vielleicht aus, indem er schreibt: *Ku ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.*

Es wird sich natürlich hier mit der Formulierung: „...darf nicht ewig dauern.“ nicht um eine Forderung Hesses handeln, sondern um die Aufforderung zur Annäherung und Umsetzung unter der aus (Selbst)-erfahrung gewonnenen Einsicht, wo Nichteinsicht und -anpassung mehr Schaden mit sich bringt als Erkenntnis und Fügung im Sinne Montesquieus:

*»Wissen ist Macht, doch man beherrscht die Natur dadurch,  
dass man ihren Gesetzen gehorcht.«*

Um dem Leben in HESSES »**STUFEN**« innerhalb des **PSYCHOANALYTISCHEN** Theoriengebäudes näher zu kommen, sei besonders auf folgende Textstelle der Libidotheorie hingewiesen:

Im »Vokabular der **PSYCHOANALYSE** (S.290): Zitat „**Libidostufe/ Abschnitt der Entwicklung des Kindes, der durch eine mehr oder weniger ausgeprägte Organisation der Libido unter dem Primat einer erogenen Zone und durch die Vorherrschaft einer bestimmten Objektbeziehung gekennzeichnet wird. Durch die Versuche, Stufen der Ich - Entwicklung zu definieren, hat der Begriff »Stufe in der PSYCHOANALYSE eine Erweiterung erfahren.**

Wenn man in der **PSYCHOANALYSE** von »**STUFEN**« spricht, bezeichnet man damit allgemein die libidinösen Entwicklungsstufen. Aber es sei darauf hingewiesen, dass Freud bereits vor der Herausarbeitung des Begriffs »Libidoorganisation« bemüht ist, »Lebensalter«, »Zeiten«, »Perioden« der Entwicklung zu differenzieren. Zitat Ende:

Weiter unten (S.291) im Abschnitt über: „**Libidostufe**“ im »Vokabular der **PSYCHOANALYSE**« wird die Perspektive aus der schon oben zitierten Textstelle aus »**STUFEN**« FOLIE5:

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,  
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend  
Ku ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.*

in Libidosprache wieder aufgegriffen:

Zitat»**Bald taucht der Gedanke auf, die Aufeinanderfolge dieser verschiedenen Perioden**

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,  
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend*

*mit der Vorherrschaft*

*Ku ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.*

*und dem Verlassen....*

FOLIE6:

*Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe  
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
Um sich in Tapferkeit und auch mit Trauern \**

...determinierter »sexueller Zonen« oder »erogener Zonen« ....in Verbindung zu bringen. Wie ein Brief (Korresp. mit W. Fließ: 1896-'97) vom 14.11.1997 beweist, treibt Freud diesen theoretischen Versuch recht weit vorwärts: der sogenannte normale Verdrängungsvorgang wird in enge Beziehung gebracht mit dem »Untergang« einer sexuellen Zone, wobei eine Zone zugunsten einer anderen aufgegeben wird....:

**HESSE:** *In andre, neue Bindungen zu geben.*

In solchen Konzeptionen deutet sich in zahlreichen Punkten an, was dann in der vollendetsten Form in der Theorie der Libidostufen erscheint. Zitat Ende:

Als eine Art Resümee zum Stufengedanken kann folgende Passage betrachtet werden (»VdPA S.292):Zitat: "Das Model für den Begriff »Stufe« in der **PSYCHOANALYSE** war der Bereich der Entwicklung der libidinösen **Aktivität**; gleichwohl sind auch andere Entwicklungslinien skizziert worden. Zitat Ende:

Diese kann ich hier aus Zeitgründen nur andeuten: Es handelt sich um die von Freud aufgezeigte zeitliche Aufeinanderfolge des Objektzugangs durch Autoerotismus, Narzissmus, Homosexualität und Heterosexualität. Des weiteren werden »**STUFEN**« einer Entwicklung von der Vorherrschaft des Realitätsprinzips über das Lustprinzip genannt, die wieder mit Entwicklungs-»**STUFEN**« der Ich - Bildung einhergehen (Stichwort: Ich – Funktionen), die Freud wichtig erschienen, genau zu bestimmen, er selbst aber den Versuch nicht unternommen hat.

Aus der psychoanalytischen Entwicklungslehre könnten wir noch Kernbergs (1981, S. 20f) 3 Ebenen von Internalisierung nennen, die 3 (Reife-) Stufen der Verinnerlichung von Beziehungsobjekten, -strukturen und -dynamik darstellen:

Introjektion(en)

**[NICHT VON KERNBERG, STELLT ABER M.E. DIE ZWISCHENSTUFE DAR:]** (Nachahmung?)

Identifizierungen

Ich- Identität....

Bei der Instanzen - Theorie der **PSYCHOANALYSE** (1) [F7] kann man insofern von Stufen sprechen, als die Systeme: bewusst, vorbewusst und unbewusst, die in jeweils unterschiedlicher Form die Orte von Ich, Es und Über-Ich sind, auch Stufen der Zugänglichkeit zu seelischen Inhalten charakterisieren; wohingegen m.E. die Instanzen selbst nicht als Stufen in diesem System bezeichnet werden können, auch wenn sie scherzhafter Weise in cartoonierter Form so dargestellt werden, worüber sich das ES zu ärgern scheint, weil es nur die unterste »**STUFE**« erreicht hat, sondern als psychische Einheiten (Strukturen), die einen jeweils anderen qualitativen Zugang innerhalb des Individuums sowie zwischen dem Individuum und seiner (Um-) Welt herstellen. Aus der Sicht der psychoanalytischen Entwicklungslehre, bzw. -stufen hingegen bauen sie aufeinander im Rahmen psychosexueller Reifeschritte auf: Freud 's: „Wo ES war, soll ICH werden“, steht hierfür. Doch woraus soll sich dann das Über-Ich rekrutieren? Es stammt auch aus dem ES, das sozusagen als seelische Urmasse zu bezeichnen ist, stellt aber, wie oben schon angedeutet, eben einen anderen Aspekt des Menschen in seiner Begegnung (vor allem) mit der (belebten) Welt dar.

Am Rande sei darauf hingewiesen, dass unter den Stufensystemen vieler Modelle der Persönlichkeitspsychologie Dreifach - »Stufungen« besonders oft Darstellung finden.

Bei: W. Fröhlich, Wörterbuch Psychologie, S. 358: heißt es dazu unter: Zitat: **Schichtenlehre, Schichtentheorie.** Bezeichnung für eine Reihe von philosophisch - anthropologischen Theorien bzw. Erklärungssystemen der Psychologie, die von der Hilfsvorstellung des schichtweisen Aufbaus der verschiedenen Funktionen bzw. vom Bild der Überlagerung der Schichten ausgehen. In den »tieferen Schichten« werden meist die stammesgeschichtlich älteren bzw. biologischen Funktionen des Antriebs bzw. Gefühlslebens lokalisiert, in den »höheren« die bewuss-

ten Vorgänge bzw. die Steuerungs- und Orientierungsvorgänge (z. B. das Über-Ich). »Persönlichkeitstheorien. Zitat Ende:

Im Wörterbuch der Symbolik, Lurker, M, Kröner v.1991: wird zum Begriff: »DREI« folgendes ausgeführt. Zitat: „Drei, bedeutet die Überwindung der Entzweiung und drückt in ihrem umfassenden Wesen die Vollkommenheit aus, daher Grundlage verschiedener Systembildungen: theologisch (→ Dreifaltigkeit), kosmologisch (Himmel, Erde, Unterwelt), eschatologisch (Himmel, Fegefeuer, Hölle; → Dante), chronologisch (Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft:), anthropologisch (Körper, Seele, Geist), ethisch (Glaube Liebe, Hoffnung). Zitat Ende:

Auch beim »Stufen« -Gedicht selbst sind es schwerpunktartig diese drei Phasen, die das Leben(dige) eingrenzen:

1. ANFANG = ZAUBER (SPRIEBEN)
2. BLÜTE, HOCHBLÜTE
3. WELKEN UND TOD

Die hier genannten Beispiele für eine Art Universalität des Stufengedankens, wie auch eines Zuordnungssystems, in dem die Zahl »DREI« eine hervorragende Rolle spielt, sollten nur illustrieren, dass es über die von mir ausgewählten spezifischen Kategorien von **PSYCHOANALYSE** und **BUDDHISMUS** auch noch andere Bezugssysteme gibt, in denen der Stufengedanke aus verschiedenen Bereichen der Kultur, häufig auch in der Kombination mit einer Dreifachschichtung vorkommt.

Ich möchte jetzt weitere Zeilen der Stufen - Lyrik daraufhin untersuchen, welche Abbildungs- bzw. Analogiemöglichkeiten darin noch enthalten sein könnten.

*Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe  
Bereit zum Abschied sein....,*

Hier in diesen Zeilen drückt Hesse m.E. aus, dass bei neu eintretenden, von Innen oder von außen kommenden Situationen, auch jenseits initialer psychosexueller Reifung die Möglichkeit gesehen werden sollte, aber auch die Notwendigkeit besteht (*Es muss das Herz*), andere Akzente zu setzen, Perspektivwechsel vorzunehmen, Gewichtungen anders zu setzen, Prioritäten zu modifizieren, also auf eine andere, bzw. (die) nächsthöhere Stufe zu steigen:

...*Bereit sein zum Neubeginne* etc; also in Libidosprache gesagt, die Besetzung von Triebhandlungen, -zielen und hiermit zusammenhängenden Objektwahlen zu variieren, zu verringern, ja evtl. sogar aufzuheben (*Bereit zum Abschied sein*). Im Urtext Hesses heißt es hier dann weiter, dass dieser Prozess ohne Trauern ablaufen solle:

*Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern.  
In andre, neue Bindungen zu geben.*

Mit dieser Sichtweise... konnte ich im Gegensatz zu den meisten Passagen des Gedichtes nicht so einfach konform gehen, was mich, als ich den ehemaligen Sternmitarbeiter und Schriftkünstler *Hans Leemann* "zufällig" traf, bewogen hatte, ihn bzgl. der von mir in Auftrag gegebenen und hier ausgestellten Schriftrolle zu einer kleinen Modifikation zu bewegen, die meinem psychologischen Verständnis bei dieser Nuance mehr entsprach: .....» und auch mit *Trauern* \* «

Hier bei: (*und ohne Trauern*) irrte **HESSE-** aus einer eigenen Verkennung heraus, evtl. wegen seiner eigenen NACKENMIGRÄNE, über die ich in meiner Studenten – Hesse Biographie sicher gelesen und mir Gedanken gemacht habe.

Lassen wir einmal außer Acht, ob Hermann Hesse- nun eine Nackenmigräne hatte oder nicht, so bleibt doch trotzdem DIE FRAGE im Raum stehen, ob, selbst dann, wenn es sich um einen



*Lebensruf des Herzens* handelt  
 ...und auch die  
**Bereitschaft**  
 zum  
*Abschied und Neubeginne,*  
 da ist,  
*Um sich in Tapferkeit und auch mit oder ? ohne Trauern*  
*In andre, neue Bindungen zu geben.*

Das so einfach, also hier besonders:

*ohne Trauern... geht????*

Schon beim Begriff der *Tapferkeit* kommen mir Zweifel: Meine Assoziationen dazu sind: Härte, Krieger-tugend, Preußische Disziplin, Sich zusammenreißen, Zähne zusammenbeißen, etc; alle-samt solche, die in den sonst m.E. sich so organisch fügenden Ablauf eines bewusst zugelas-senen und natürlichen Lebens gemäß **HESSE**s Gedicht nicht hineinpassen? Oder ist es die buddhistisch Abgeklärtheit des lange Meditierenden, der immer heiterer von Raum zu Raum schreitet?

In einem Gespräch mit Prof. Speidel anlässlich seines 60. Geburtstag, zu dem ich ihm eine Re-produktion von »**STUFEN**« schenkte, wie auch in einem Gestalttherapeutischen Werk habe ich dann diese Gedanken über Trauerprozesse gefunden:

#### VON DER NOTWENDIGKEIT, TRAUERN ZU KÖNNEN

**Es gäbe genug Gründe zur Trauer im Laufe unseres Lebens. Abschied, Trennung, Ver-lust, Tod: von der Familie, vom Partner, vom Beruf, von Gesundheit und Lebenskraft. Mit der Trauer versucht der Organismus das durch den Verlust gestörte körperliche, seelische und soziale Gleichgewicht wiederherzustellen. Unsere Gesellschaft tabuisiert Alter, Tod und Sterben, so dass die natürliche Trauerreaktion verhindert wird, alte Trauermodelle, Vorbilder und Trauerriten zur Bewältigung des Verlustes sind uns ver-loren gegangen. Quelle vieler physischer und psychischer Störungen ist nicht erkannte, verdrängte und unerledigte Trauer.**

In Verena Kast, *Trauern*, Kreuz Verlag, 14. Aufl. 1993, steht auf der Rückseite des Buches Zitat: „Mir ist bei der Behandlung depressiver Menschen immer wieder aufgefallen, dass Verlust-erlebnisse zu wenig betrauert wurden. Trauer ist ein Thema, das zu wenig beachtet wird, gemes-sen an der großen Bedeutung, die sie für unsere psychische Gesundheit hat..... Trauer ist die Emotion, durch die wir Abschied nehmen, Probleme der zerbrochenen Beziehung aufarbeiten und so viel als möglich von der Beziehung und von den Eigenheiten des Partners integrieren können, so dass wir mit einem neuen Selbst- & Weltverständnis weiterzuleben vermögen. Zitat:“

In einem von Volker Michels (*Mit der Reife wird man Jünger*) herausgegebenen **HESSE**- Band aus 2003 (54) bin ich in einer Weise fündig geworden, die mich in meiner o.a. Anmerkung zur Trauerzeile im **HESSE**- Gedicht bestätigt, aber auch gezeigt hat, dass **Hesse** hier selbst nicht ein-deutig war, was Abschied nehmen und Trauern angeht; dort schreibt er nämlich in einer geisti-gen Nähe zum »Stufen« -Gedicht Zitat: „Das Altwerden ist ja nicht bloß ein Abbauen und Hin-welken, es hat, wie jede Lebensstufe, seine eigenen Werte, seinen eigenen Zauber, seine ei-gene Weisheit, seine eigene **Trauer**. Zitat Ende:“

Weiter geht es dann nach dem Abschied wieder zu einem neuen Anfang:

*Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
 Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.*

Bleiben wir einmal bei der libidinösen Betrachtungsweise, so könnten auch jene intrapsychischen Vorgänge, die bei der Verliebtheit eine Rolle spielen, hier eine Grundlage für die Interpretation sein. Wenn wir uns hier vor allem am *Zauber, der uns beschützt und hilft*, orientieren, so könnten folgende Aussagen *Freuds* (G.W. VI/49ff) zitiert aus *Dieter Wyss* (1972, S.52) vielleicht weiterhelfen: Zitat: „Der Verliebte „überschätzt“ das Sexualobjekt, was sich bei ihm „als logische Verblendung (Urteilsschwäche)“ zeigt. Die Überschätzung wird auf den ganzen Körper der geliebten Person übertragen und führt u.a. dazu, andere Körperteile zu Sexualzielen zu erheben. Zitat Ende und: Die Übertragungsverliebtheit .... „ist unkluger, unbekümmerter um ihre Konsequenzen, verblendeter in der Schätzung der geliebten Person, als wir einer normalen Verliebtheit gern zugestehen wollen. Wir dürfen aber nicht vergessen, dass gerade diese von der Norm abweichenden Züge das Wesentliche einer Verliebtheit ausmachen. (G.W. XI/319 f.) Zi-  
tat Ende Was ich nicht weiß, macht mich nicht heiß, könnte man sagen, je länger die Verliebtheit als zumindest teilweise Projektion von idealisierten Persönlichkeitsanteilen nicht erkannt wird, schützt uns die Bezauberung, um es mit einem Begriff von Hans Jelluschek zu sagen, und gibt Kraft für jeden Tag des Lebens.

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
An keinem wie an einer Heimat hängen,*

heißt es dann weiter.

Zunächst einmal scheint es mir erneut notwendig, die Form zu betrachten, in der Hesse sich ausdrückt: » *Wir sollen* « sagt er. Ich verstehe das so, dass er auch hier aus seiner eigenen umfangreichen Lebenserfahrung, wie auch allgemeinen Menschenbeobachtung die Erkenntnis gewonnen hat, dass es uns besser geht, wenn wir eben nicht in Gewohnheiten flüchten, besonders wenn sie uns nur scheinbar Halt geben, sondern aufrecht mit positivem Lebensgefühl im Leben weitergehen, wenn die bestehende Lebenssituation ihr Lebendigkeit und wir unsere BEGEISTERUNGSFÄHIGKEIT verloren haben, wir uns zunehmend nicht mehr wohl fühlen, uns bestimmte Verhältnisse nicht mehr stimmig erscheinen.

Als Beispiel für solch eine Krisenhafte Situation zitiere ich einen Ausschnitt aus der Autobiographie eines bekannten Musikers, bei dem wir den *Zauber* eines *Neu Anfangs* miterleben dürfen FO

LIE8a:

Zitat: »Meine Auftritte waren reine Show, und die Rituale ödeten mich an. Selbst auf der Tour mit Petty wirkten die Menschen in der Menge wie Pappkameraden in einem Schießstand. Ich hatte keine Verbindung zu ihnen, es waren einfach irgendwelche Gestalten. Ich hatte es satt - ich wollte nicht länger in einem Luftschloss leben. Es war Zeit aufzuhören. Die Vorstellung, mich zur Ruhe zu setzen, beunruhigte mich nicht im mindesten. Ich hatte mich mit diesem Gedanken angefreundet und mich längst an ihn gewöhnt. Seither hatte sich nur geändert, dass die Auftritte mir jetzt nichts mehr abverlangten. Ich hatte Rückenwind. Doch dann, eines Abends auf der Piazza Grande Locarno, zerfiel mir plötzlich alles unter den Händen. Für einen Augenblick stürzte ich in ein schwarzes Loch. Wir spielten auf einer Freilichtbühne; es war so eine Nacht, in der einem alles um die Ohren zu fliegen droht. Ich setzte zum Singen an, und mir blieb die Luft weg - meine Stimme war wie erstickt, es kam nichts heraus. Meine Techniken versagten. Ich wollte es nicht glauben. Ich war so überzeugt gewesen, alles gut im Griff zu haben, und das entpuppte sich jetzt doch wieder als Selbstbetrug. Es ist kein Vergnügen, wenn man so in der Klemme steckt. Das kann einem Panikattacken bescheren. Man steht vor dreißigtausend Leuten, die einen anstarren, und kriegt keinen Ton heraus. So etwas kann ziemlich peinlich ausgehen. Weil ich nichts zu verlieren hatte und keine Vorsichtsmaßregeln mehr zu beachten brauchte, schüttelte ich einen weiteren Kunstgriff aus dem Ärmel, der den anderen, fehlgeschlagenen Techniken Starthilfe geben sollte. Das machte ich automatisch, aus dem Handgelenk - ich trieb den Teufel mit meiner eigenen Zauberformel aus. Im selben Augenblick war es, als presche ein Vollblüter zum Tor herein. Alles war wieder da, und zwar in völlig neuen Dimensionen. Ich war selbst überrascht.

Danach stand ich leicht zittrig auf den Beinen. Jetzt lief auf einmal alles wie geschmiert. Diese Wandlung hatte sich vor aller Augen vollzogen.... Es konnte niemandem aufgefallen sein, dass hier eine Metamorphose stattgefunden hatte. Jetzt sprudelte die Energie aus hundert verschie-

denen, vollkommen unvorhersehbaren Richtungen. Ich hatte eine neue Fähigkeit erworben, die offenbar alle anderen Alltagsfähigkeiten übertraf. Wenn ich mir jemals eine andere Bestimmung gewünscht hatte -hier war sie. Ich war ein ganz neuer Musiker, ein Unbekannter im wahrsten Sinne des Wortes. So etwas hatte ich noch nicht erlebt, das war Neuland für mich, auch nach mehr als dreißig Jahren auf der Bühne. Man hätte mich erfinden müssen, wenn es mich noch nicht gegeben hätte «Zitat Ende: Spiegel 42/2004, S.194 aus: BOB DYLAN: „Chronicles – Volume One, Hoffmann & Campe V. HAMBURG, 2004

[FOLIE8b]: Am eben zitierten Beispiel aus einer Künstlerkarriere wird beides deutlich, wie sehr zunächst Kleben an Gewohnheiten entkräftet und entfremdet. Nichts stimmt mehr, die Stimme versagt. Dann aber, was bei Dylan ja nicht nur einmal passiert ist, geschieht eine Art Quantensprung, kommt aus seiner innovativen Persönlichkeit hier fast unverhofft ein neuer kreativer Schub, der einen energetisch - optimistischen Neuanfang möglich macht. Hierauf bezogen wird von ihm in seiner neuen Autobiographie zunächst eine Situation beschrieben, in der sich die Klebrigkeit der Libido darstellt, was uns aus allgemeiner wie auch speziell psychotherapeutischer Erfahrung bekannt ist, nämlich wie schwer es ist, sich von sog. lieb gewonnenen Gewohnheiten zu trennen, selbst wenn sie offensichtlich sinnlos geworden sind und/oder gar destruktiv oder autodestruktiv.

Schauen wir hierzu noch einmal charakteristische Darstellungen zur Klebrigkeit der Libido an.

Im Vokabular der **PSYCHOANALYSE** heißt es hierzu auf S. 250 unter dem Themenkomplex: Zi-  
tat: **Klebrigkeit der Libido:**

*Von Freud postulierte Qualität zur Erklärung der mehr oder weniger großen Kapazität der Libido, sich an ein Objekt oder an eine »Stufe« zu fixieren, und ihrer mehr oder weniger großen Schwierigkeit, ihre Besetzungen zu wechseln, nachdem sie einmal gesichert sind. Die Viskosität ist variabel je nach den Individuen.....* und weiter unter im Text: *Aus der Geschichte einer infantilen Neurose (1918): »Er [Der Wolfsmann] verteidigte jede einmal eingenommene Libidoposition in der Angst vor dem Verlust bei ihrem Aufgeben und im Misstrauen gegen die Wahrscheinlichkeit eines vollen Ersatzes durch die neu zu beziehende. Es ist das eine wichtige und fundamentale psychologische Besonderheit, die ich in den drei Abhandlungen zur Sexualtheorie als Fähigkeit zur Fixierung aufgestellt habe.* Zitat Ende:

Der im gleichen Absatz noch erscheinende und von Freud kreierte Begriff der »psychischen Trägheit« (*Die Klebrigkeit der Libido scheint eine Art psychischer Trägheit zu bezeugen...«*) findet sich in den weiteren Strophen von **HESSES** Gedichtes wieder: Die Zeile mit dem *Weltgeist*, auf den ich unter buddhistischen Blickwinkel noch zu sprechen komme, will ich hier erst einmal überspringen und zum eben bearbeiteten Thema auf diese Zeilen hinweisen:

*Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise  
Und traulich eingewohnt (Fixierung der Libido),  
so droht Erschlaffen (psychische Trägheit),*

Auch in der allgemeinspsychologischen Forschung ist das Phänomen der Klebrigkeit der Libido, wenn auch ohne es so zu benennen und unter einem besonderen Aspekt kürzlich in der Presse erläutert worden, nämlich, dass mit der Wiederholung von Erfahrung, also mit zunehmender Routine & Gewohnheit eine negative Veränderung der Erlebnisqualität einsetzt, die scheinbar auch die empfundene Zeit schneller verrinnen lässt.

Auszugsweise gebe ich nun ein Interview aus dem **SPIEGEL** 36/2004 mit dem niederländischen Autor des Buches: [FOLIE9]: **»WARUM DAS LEBEN SCHNELLER VERGEHT, WENN MAN ÄLTER WIRD«**, Douwe **Draaisma** wieder, der an der Universität Groningen Geschichte der Psychologie lehrt. Zitat:

**SPIEGEL:** Kindern kommen die **großen** Ferien vor wie eine Ewigkeit, ihren Eltern hingegen erscheinen sechs Wochen wie ein Klacks. Warum haben junge und alte Menschen ein so unterschiedliches Zeitempfinden?

**Draaisma:** Weil für Erwachsene vieles im Leben nur eine Wiederholung von Erfahrungen ist. Die Tage verstreichen in Ödnis. Weil es kaum Erinnerungen an sie gibt, schrumpft die Zeit und scheint verflogen zu sein. Es entsteht dieses Gefühl: Je älter ich werde, desto schneller vergeht das Leben.

**SPIEGEL:** Wird dieses Empfinden mit dem Alter tatsächlich immer stärker?

**Draaisma:** Ich fürchte ja.

**SPIEGEL:** Und es gibt keinen Trick, das Vergessen der eigenen Biografie zu verhindern?

**Draaisma:** Mit 20 glaubt man, dass alles, was man fotografiert oder aufschreibt, immer vorhanden bleibt. Aber mit 40 oder 50 erfährt man dann, dass man vergessen kann, wer die Menschen auf den Fotos sind und was die Einträge im Tagebuch eigentlich bedeuten.

.....  
**SPIEGEL:** Gibt es Strategien, das Verrinnen der Zeit zu verlangsamen?

**Draaisma:** Wir können einerseits unsere Umgebung ändern, etwa indem wir im Urlaub immer an neue Orte reisen. Zum anderen können wir uns selbst ändern, beispielsweise durch Hobbys. Für mich war eine große Veränderung, dass ich vor vier Jahren die Oper entdeckt habe. Das öffnet eine Welt, und es ist ein Erlebnis, das den Verlauf der Zeit beeinflusst.

**SPIEGEL:** Lieben die Menschen die Abwechslung also deshalb, weil im Nachhinein die Erinnerung daran so schön ist?

**Draaisma:** Es könnte schon sein, dass wir ereignisreiche Stunden suchen, weil das Leben dann länger erscheint. Zitat Ende:

Worauf ich mit diesen Interviewauszügen hinweisen wollte, ist, dass, wenn wir uns der **Klebrigkeit der Libido** widersetzen (**HESSE:** *Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen*), also Hesses Credo oder Gebot annehmen, nämlich dem *Lebensruf des Herzens* folgen und bereit sind *zum Abschied und Neubeginne, um sich mit Tapferkeit und auch, so denke ich, mit Trauer(n) in andere neue Bindungen zu geben, dann kann so einem Neuanfang ein Zauber innezuwohnen, der uns beschützt und hilft, (das Lebendige in uns liebens- und lebenswert zu finden und) zu leben, und uns neuen Räumen jung entgegenseudet.....*

Hier angekommen möchte ich gerne mit Ihnen noch einige Quellen, die etwas über die Realbeziehung von **HESSE** zur **PSYCHOANALYSE** aussagen, näher betrachten.

Was die Nähe von Hesses Werk und Hesse selbst zur Psychoanalyse angeht, so schreibt **BERNHARD ZEILER [1963-97]** über **HESSE:** Zitat: *„Auch wenn die Bedeutung der Psychoanalyse in der Dichtung Hesses nicht überschätzt werden sollte, so hat doch die Begegnung mit Dr. [Bernhard] Lang [einem Schüler C.G. Jungs](in der Luzerner Privatklinik Sonnmatt 1916) und mit den Werken C.G. Jungs Wesentliches zur Klärung des eigenen Weltbildes beigetragen. In einem Aufsatz: »KÜNSTLER UND PSYCHOANALYSE« schrieb Hesse 1918: Wer den Weg der Analyse, das Suchen seelischer Urgründe aus Erinnerungen, Träumen und Assoziationen ernsthaft eine Strecke weit gegangen ist, dem bleibt als bleibender Gewinn, das was man etwa das «innigere Verhältnis zum eigenen Unbewussten» nennen kann. Er erlebt ein wärmeres, fruchtbareres leidenschaftliches Hin und Her zwischen Bewusstem und Unbewusstem; er nimmt von dem, was sonst «unterschwellig» bleibt und sich nur in unbeachteten Räumen abspielt, vieles mit ans Licht herüber.«* Zitat Ende:

In der *Psychologie des 20. Jahrhunderts. Bd. XV*, auf S. 844 im Kapitel: » **KREATIVITÄT · Psychologische Aspekte literarischen Schaffens**«, werden von *Heinrich Mettler* auch einige Mitteilungen *Herman Hesses* mit dem Titel:

## PSYCHOANALYSE ALS EIGNE ERFAHRUNG DES SCHRIFTSTELLERS

offeriert:

Hermann Hesse schreibt am 18. Mai 1916 an Helene Welti (in **BERNHARD ZEILERS HESSEBIOGRAPHIE, S. 94** WIRD SIE ALS DIE FRAU DES MIT HESSE BEFREUNDETEN HISTORIKERS DR. FRIEDRICH EMIL WELTI BEZEICHNET.) ZITAT: »Wohin der Weg führt, ist mir noch ganz unklar, vielleicht in die >Welt< zurück, vielleicht in noch engere Einsamkeit« (1973, 324). Die hier angedeutete Lebenskrise führt ihn zunächst in die

Behandlung von Dr. Lang ..... Dass sich Jung von Freud distanziert und damit eine Abspaltung herbeigeführt hat - nach dem Zusammenschluss der Schulen von Wien und Zürich im Jahr 1907 und nach dem noch 1910 gehegten Plan Freuds, den Mittelpunkt der psychoanalytischen Bewegung nach Zürich zu verlegen, mit Jung als Oberhaupt -, fällt für Hesse nicht ins Gewicht. So schreibt er 1925 in einer Besprechung der seit 1924 in Wien erscheinenden »Gesammelten Schriften« Freuds: »Und in der allmählich groß gewordenen Literatur der Psychoanalytiker ist er, außer Jung in Zürich, eigentlich noch immer der einzige, dessen Werk auch außerhalb der Gilde durch ganz hohe menschliche sowohl wie literarische Qualitäten überzeugt« (Hesse 1925, 966). An der Theorie der Psychoanalyse und erst recht an ihren Streitpunkten ist Hesse kaum interessiert. Zitat Ende:

Im in der Psychologie des 20. Jahrhunderts. Bd. XV, auf S. 844 abgedruckten, oben schon erwähnten Aufsatz: »Künstler und Psychoanalyse« (1918) [s.o.] formuliert Hesse, warum die Psychoanalyse in Kunst und Literatur leichter Eingang gefunden habe als »bei der offiziellen Wissenschaft Zitat: Für das genial Radikale ist der Künstler stets leichter zu gewinnen als der Professor. Und so ist heute unter der jungen Künstlergeneration die Freudsche Gedankenwelt mehr diskutiert und weiter aufgenommen, als unter den Medizinern und Psychologen vom Fach« (Hesse 1952, Bd. 7, 137)... und weiter: »Die Analyse ....fordert eine Wahrhaftigkeit gegen sich selbst, an die wir nicht gewohnt sind. Sie lehrt uns, das zu sehen, das anzuerkennen, das zu untersuchen und ernst zu nehmen, was wir gerade am erfolgreichsten in uns verdrängt hatten, was Generationen unter dauerndem Zwang verdrängt hatten«...“ „...Schließlich fühlt er sich in seinem ureigenen bestärkt: »Diese erziehende, fördernde spornende Kraft der ANALYSE nun mag niemand fördernder empfinden als der Künstler. Denn ihm ist es ja nicht um die möglichst bequeme Anpassung an die Welt und ihren Sitten zu tun, sondern um das Einmalige, was er selbst bedeutet« (a. a. O., 140).Zitat Ende:

Mir scheint, was diese Quellen aufzeigen, ist, dass es zwischen **HESSE** und wichtigen Repräsentanten der **PSYCHOANALYSE** Kontakte gab, die über damals übliche gesellschaftliche Begegnungen von Prominenten aus der Wissenschafts- und Kunstszene hinweggingen und nachhaltig Eindruck auf Hesse gemacht und Einfluss genommen haben. Dies war mir wichtig, da ich ja mit meinem Referatsthema auf einen Zusammenhang, hier bevorzugt zwischen **HESSES** Gedicht »**STUFEN**« und einigen tiefenpsychologischen Aspekten, hinweisen wollte.

Als Versuch, eine allmähliche Überleitung von psychoanalytischen zu buddhistischen Aspekten zu finden, bediene ich mich, den **PSYCHOANALYTISCHEN** Teil abschließend, jener Textstellen aus dem Gedicht, die sich mehr oder weniger mit der Anerkennung des Wandels, der Metamorphose(n) des Menschen beschäftigen, bei denen es darum geht, das Loszulassen zu lernen und offen für Neues zu sein.

Wenn Hermann Hesse- sagt, dass:

*jede Weisheit auch und jede Jugend zu ihrer Zeit blüht und nicht ewig dauern darf,* so drückt er ja bzgl. seiner umfangreichen Lebenserfahrung damit m.E. nicht aus, dass er sich das so wünscht oder dass das nun unbedingt so sein müsse, sondern dass er es aus dem Leben abliebt, dass es wohl – für uns alle – so zu sein scheint, ob wir nun wollen oder nicht. Das kommt in seinem **MANN VON 50 JAHREN** (Volker Michels, 2003, **HESSE**, »Mit der Reife wird man Jünger,«) S.34) in fast Galgen - humorvoller Weise und damit auch eine andere Seite **HERMANN HESSES** zum Ausdruck FOLIE10:

### **DER MANN VON FÜNFZIG JAHREN**

Von der Wiege bis zur Bahre  
sind es fünfzig Jahre,  
dann beginnt der Tod.  
Mann vertrottelt, man versauert,

man verwehrlost, man verbauert  
 und zum Teufel gehn die Haare.  
 Auch die Zähne gehen flöten  
 Und statt dass wir mit Entzücken  
 Junge Mädchen an uns drücken,  
 lesen wir ein Buch von Goethen.

Aber einmal noch vor ´m Ende  
 Will ich so ein Kind mir fangen,  
 Augen Hell und Locken kraus,  
 nehm ´s behutsam in die Hände,  
 küsse Mund und Brust und Wangen,  
 zieh ihm Rock und Höslein aus.  
 Nachher dann, in Gottes Namen,  
 soll der Tod mich holen. Amen.

M.E. eindeutig ein Gedicht mit psychoanalytisch zu verstehendem Hintergrund, da es doch vor erotisch – libidinöser, aber auch, klar polarisiert, „Thanatos – destruktiver“ Aufladung nur so „strotzt“, aber in dieser Form von einer geläuterten Weisheit [\*]), wie sie in einigen nachfolgend betrachteten Zeilen von »STUFEN« zum Ausdruck kommt, noch nicht viel zu ahnen ist.

Govinda (Anagarika, „Die psychologische Haltung der frühbuddhistische Philosophie“, S. 67/8) sagt zu der hier angesprochenen, sich auf den Wechsel und Zusammenhang von Liebe und Tod, der in dem o.a. Gedicht HESSES zum Ausdruck kommt, beziehend. [Zitat: „So verur- sacht der Lebensdurst in der latenten Form des Haftens einen unaufhörlichen und ununterbro- chenen Werdevorgang in der Richtung auf die gewünschten Daseinsformen und in der Über- windung mit dem Entwicklungsniveau des Individuums und der dieser Entwicklung innewoh- nenden Gesetzmäßigkeit, die den unaufhörlichen Wechsel der geistigen und körperlichen E- lemente b herrscht.

Dieser Wechsel erscheint entweder als Geburt und Wachstum oder als Tod und Zerfall, ob- wohl diese beiden Arten unzertrennbar miteinander verbunden sind wie die zwei Seiten der- selben Münze. [Zitat Ende]

\*) [FOLIE11]: ....

*Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe  
 Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,  
 Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern  
 In andre, neue Bindungen zu geben.  
 Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
 Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.  
 Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
 An keinem wie an einer Heimat hängen,*

In Hesses Formulierung in »STUFEN«:

*Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,*

kommt m.E. zum Ausdruck, dass es eine Gesetzmäßigkeit des Lebens gibt, die einen so oder so [\*]) zwingt, Altes zu lassen und Neues aufzugreifen, da wir sonst aus der Dauerkränkung heraus, dass das Alte (im Sinne von Zurückliegende) nicht mehr so recht gelingen mag, dann wirklich krank werden, weil wir uns in den

Strom des (kosmischen) Geschehens nicht einfügen wollen, das nach einer ihm zuwider laufenden Dynamik letztendlich nicht fragt und uns dann unnötig leiden lässt, wenn wir diesen Strom leugnen.

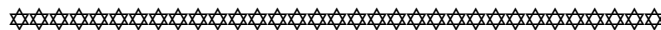
Hier spielt auch die Überlegung mit hinein, dass es eben die Gunst der Stunde gibt, vielleicht manchmal nur der einen, also »*Carpe diem*« oder dass man *das Eisen schmieden soll, solange es heiß ist*, den Augenblick nutzen, wenn die *Blüte* da ist, weil sie nicht ewig blühend sein wird:

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend  
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,  
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend  
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.*

Ein andere Kunst ist die, mit dem Alter umzugehen und Kompetenz statt Mangel zu betonen (s. HIERZU DIE REFERATE V. EISENMANN, BZW. SPEIDEL) und sich dessen bewusst zu sein, was Bette Middler in dem song: »*The rose*« u.a. zum Ausdruck bringt: (ins Deutsche übersetzt:) »*Das Lied von der Angst vorm Tod singen nur die, die niemals gelernt haben zu leben*«, ... und dann leiden.

[\*] ... In seinem esoterisch orientierten Werk "*Schicksal als Chance*" über: "*Das Urwissen zur Vollkommenheit des Menschen*", schreibt Thorwald Dethlefsen auf S. 266: "**Leid ist lediglich die Reibung, die aus der gesetzmäßigen, vorgeschriebenen Bahn und der Bewegungsrichtung des einzelnen entsteht. Leid lässt sich nur dadurch überflüssig machen, dass man sich bemüht, immer besser die eigene Bahn zu entdecken und sich dieser Bahn freiwillig einzufügen. NUR WER LERNT, SICH UNTER DAS GESETZ ZU STELLEN, WIRD DESSEN EXISTENZ NICHT MEHR ALS ZWANG ERLEBEN ! Totale Freiheit erwächst nur dem, der sich in die Ordnung dieses Kosmos einfügt, so dass er selbst mit dem Gesetz verschmilzt.**"

Psychoanalytisch ist hier an dem »**MUSS**« in dieser Zeile von HESSES »*Stufen*«, dass es dem Wiederholungszwang und der Klebrigkeit der Libido, auch wenn HESSE evtl. solche Begriffe nicht gekannt oder zumindest nicht verwendet hat, Rechnung trägt: Er kennt das Phänomen, das meine Oma »*die Macht der Gewohnheit*« genannt hat und schätzt es richtig ein, nämlich, dass es sich zum Anachronismus ausformen kann, wenn der Mensch nicht wachsam ist, sich dessen nicht bewusst ist, dass in ihm solche Kräfte lauern, die ihn an Lebenskonstellationen festhalten lassen, die überkommen und auf seinem Weg für ihn hinderlich sind.



Ich möchte nun zum

## **Buddhistischen Teil**

des Referates kommen.

HIERBEI MÖCHTE ICH SIE BITTEN, ZU DEN PSYCHOANALYTISCHEN BETRACHTUNGEN NUR DANN FRAGEN ZU STELLEN, WENN IHNEN DAS WEITERE MITVERFOLGEN DES REFERATES OHNE DEREN BEANTWORTUNG SEHR BEEINTRÄCHTIGT ERSCHEINT.

### **EINFÜHRUNG ZU BUDDHISTISCHEN PERSPEKTIVEN VON »STUFEN«**

War es eher von einem Mangel an Quellen und mehr eigener Sucharbeit gekennzeichnet, Beziehungen zwischen HESSES »*STUFEN*« und der **PSYCHOANALYSE** herzustellen, so gibt es eher viele Hinweise, die auf einen Zusammenhang zwischen Hesse und buddhistischem Gedankengut verweisen. Darum möchte ich zunächst einige von denjenigen Quellen erwähnen, die mir »*STUFEN*« auch unter buddhistischem Gesichtspunkt interpretierbar erscheinen ließen. Eine erste und einfache Perspektive sah ich darin, auf den »*STUFEN*«- **CHARAKTER VON Buddha 's Achtfachem Pfad** zu verweisen. [FOLIE 12.] Zitat:

- Der erste Schritt:.. auf dem Achtfachen Pfad wird beim WEG DER BEFREIUNG in dem Wissen gesehen, ... *oder zumindest in der [1] Anerkennung der **Tatsache** des **Leidens**, [2] seines **Ursprunges**, der [3] **Möglichkeit** seiner **Aufhebung** und [4] des zur **Aufhebung** des **Leidens** führenden **Pfades**.* Diese 4 Elemente werden im **BUDDHISMUS** als die »**VIER EDLEN WAHRHEITEN**« bezeichnet, da sie als eine wichtige Grundlage der Lehre angesehen werden können. Aus dem **Lexikon der östlichen Weisheitslehren**, S.3, können wir entnehmen, dass der Pfad zur Aufhebung des Leidens als Weg der Befreiung = als **ACHTFACHER PFAD** bezeichnet wird.
- Der zweite Schritt: *Vollkommener Entschluss, d.h. Entschluss zu Entsagung, Wohlwollen und Nichtschädigung von Lebewesen.*
- Der dritte Schritt: *Vollkommene Rede, d.h. Vermeiden von Lüge, übler Nachrede und Geschwätz;*
- Der vierte Schritt: *Vollkommenes Handeln, d.h. Vermeiden von Handlungen, die gegen die Sittlichkeit verstoßen;*
- Der fünfte Schritt: *Vollkommener Lebenserwerb, d.h. Vermeiden eines andere Wesen schädigenden Berufes, wie Schlächter, Jäger, Händler mit Waffen, berausenden Mitteln, usw.*
- Der sechste Schritt: *Vollkommene Anstrengung, d.h. Fördern von karmisch Heilsamen und Vermeidung von karmisch Unheilsamen*
- Der siebte Schritt: *Vollkommene Achtsamkeit, d.h. beständige Achtsamkeit auf Körper, Gefühle, Denken und Denkobjekte*
- Der achte Schritt: *Vollkommene Sammlung, d.h. Sammlung des Geistes, die in den »Vier Versenkungen« ihren Höhepunkt findet*

Ob es hier bzgl. der Stufen des „Achtfachen Pfades“ ratsam ist, INHALTLICHE Verbindungen zu »**STUFEN**« herzustellen, sich aber dabei evtl. der Spekulation verdächtig zu machen, mag dahin gestellt bleiben. Ich betrachte das Gehen der Schritte oder synonym ausgedrückt: besteigen der »**STUFEN**« des „Achtfachen Pfades“ mehr als eine Voraussetzung, ja als eine Art Bewusstseins-schulung, die dann in die Lage versetzen kann, solche universalen Gesetzmäßigkeiten, wie sie m.E. in **HESSE** 's »**STUFEN**« zum Ausdruck kommen, erkennen und formulieren zu können.

Alleine folgende Zeile des Gedichtes: „*Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen, Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.*“ lässt hier Parallelen vermuten. Im **BUDDHISMUS** wird ja bei verschiedenen Darstellungen von einem kosmischen Prinzip ausgegangen, das alles Existierende hervorbringt und bewegt, eindrucksvoll durch Mandalas verkörpert [aus: **C. G. Jung, Der Mensch & seine Symbole**] [FOLIE 13], die als Abbildungen kosmischer Ganzheit und der Eingewobenheit alles darin Existierenden zu begreifen sind. **AUF DEN HIERMIT ZUSAMMENHÄNGENDEN BEGRIFF DES »KOSMISCHEN MENSCHEN« KOMME ICH SPÄTER IN EINEM ÄHNLICHEN ZUSAMMENHANG NOCH MAL ZURÜCK.**

Versteht man nun unter **HESSES** *Weltgeist* den »Geist an sich«, so kann man mit Govinda [S. 213] fragen, ..[Zitat]: „*Was aber ist die Natur des Geistes? Es ist die äußerste Klarheit und Einheit, die allumfassende Ganzheit, die Quintessenz der Wirklichkeit. Was zur Verwirklichung der reinen Geistesnatur führt, ist das »gerichtete« oder harmonisierte Bewusstsein; was zur Vielfältigkeit, zur Differenzierung und Fragmentierung führt, ist das »ungerichtete«, richtungslose, unkoordinierte Bewusstsein des wurzellos gewordenen, von der Tiefe getrennten Weltmenschen.*“

[Zitat Ende:]

Genau das war meine Intention: Zu zeigen, dass das Begehen der »**STUFEN**« des Achtfachen Pfades genau erst jene Voraussetzung erschafft, um über ein »*gerichtetes oder harmonisiertes Bewusstsein*« vertiefte Einsichten und Erkenntnisse über die Welt zu bekommen, mit *Goethe Faust* gesagt: „Zu sehen, „...*was die Welt im Innersten zusammenhält*“.

Die Ent**FESSELUNG** des Menschen durch das Schauen des reinen Geistes drückt in **HESSES** Ge-



dicht die schon o.a. Zeile am treffendsten aus: *Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen, Er will uns Stufen um Stufe heben, weiten.* Dies aber geht m.E. nur mittels meditativer Techniken. Govinda [S. 38] sagt hierzu: [FOLIE 14]: [Zitat: „Die Schulung des Bewusstseins ist die unerlässliche Voraussetzung höherer Erkenntnis. Bewusstsein ist das Gefäß, von dessen Weite der Umfang des Aufzunehmenden, bzw. die Aufnahmefähigkeit des Individuums, abhängt.“] [Zitat Ende:]  
 Bevor ich mich zu Eigenheiten der Meditation detaillierter äußere, gewissermaßen, um mit dem Erkenntnisinstrument den *Weltgeist* in seiner Eigenart, uns nicht zu *fesseln*, nicht *einzuengen*, sondern uns zu *heben*, zu *weiten*, überhaupt wahrnehmen zu können, möchte ich bzgl. der initial angedeuteten Analogiensuche von »**STUFEN**« mit Darstellungen des **BUDDHISMUS** erst weitere Perspektiven aufzeigen, bei denen der »**STUFEN**«-Gedanke deutlich wird.

Govinda bestätigt m.E. in „**DIE PSYCHOLOGISCHE HALTUNG DER FRÜHBUDDHISTISCHE PHILOSOPHIE**“: (S.31) die Instanzen - Lehre der **PSYCHOANALYSE**, die wir ja schon weiter oben im psychoanalytischen Teil des Referates unter »**STUFEN**« - Gesichtspunkten betrachtet haben, immanent: Hier äußert er sich über den... [Zitat: „Verlauf der indischen Geistesentwicklung (die vielleicht auch als ein Beispiel der allgemeinen Geistesentwicklung dienen kann)....“] durch die von ihm [Zitat] ...erwähnten drei Perioden [Zeitalter der Magie / Zeitalter der Götter / Zeitalter des >Menschen]... und durch die ihnen entsprechenden drei Schichten der menschlichen Psyche, die in **emotionaler, mentaler und spiritueller** Aktivität resultieren und ihrerseits wieder den drei Bewusstseinslagen des Animismus, des Theismus und des Anthropismus entsprechen. [Zitat Ende:]

Unverkennbar ist auch hier der »**STUFEN**«-Gedanke menschlicher Entwicklung. Die von ihm genannten Elemente der ..“**drei Schichten der menschlichen Psyche, die in emotionaler, mentaler und spiritueller** Aktivität resultieren....“ sind m.E. in **PSYCHOANALYSE** - Sprache mit ES, ICH und ÜBER-ICH nahezu gleichzusetzen.

An anderer Stelle, indirekt die psychosexuelle Phasenlehre der **PSYCHOANALYSE** ansprechend, schreibt er: (S.101) [Zitat] „Das Verhalten des Subjekts ist abhängig vom Grade seiner Erkenntnis und hat drei Ausdrucksformen: die des **Begehrens** (entspricht der oralen Entwicklungsstufe, der Verf.), die des **Zurückweisens (Widerstrebens)** (entspricht der analen Entwicklungsstufe, der Verf.) und diejenige, die **von beiden Extremen frei** ist (entspricht der genitalen Entwicklungsstufe, der Verf.) Auch (S.87) weist er selbst auf Parallelen seiner Betrachtungen des **Achtfachen Pfades** zu denen der **PSYCHOANALYSE** hin: [Zitat] „Diese Betrachtungen sind vorwiegend analytisch. Sie nehmen in vieler Hinsicht die Methoden und Wirkungen der modernen **PSYCHOANALYSE** vorweg“ [Zitat:] Die »**STUFEN**«-Perspektive findet auch dort Verwendung wo er sich mit der Thematik des Leidens auseinandersetzt: (S.60) [Zitat] „..Auf der untersten Stufe ist Leiden nur **körperlich**: physischer Schmerz, Entbehrung und Unwohlsein. Auf der nächst - höheren Stufe ist es vorwiegend **mental** und besteht in der Diskrepanz zwischen unseren Illusionen und der Wirklichkeit, den Enttäuschungen des Lebens, der Unmöglichkeit, unsere Wünsche zu befriedigen. Auf der dritten Stufe besteht das Leiden nicht mehr in der Sorge um das Wohlergehen unserer eigenen Person, sondern wird mehr und mehr **universell und essentiell**, d.h. das Wesen alles Daseins betreffend.“ [Zitat Ende:] Hier können wir wieder im Sinne der Dreiteilung die ...unterste Stufe dem Leib, die ...nächst - höhere Stufe der Seele und die ...dritte Stufe dem Geist, bei Govinda ..“**mehr und mehr universell und essentiell, d.h. das Wesen alles Daseins betreffend...**“, zuordnen. Ob dieser Geist mit **HESSES** „*Weltgeist* kongruent ist, will ich jetzt bei der Diskussion über Meditation als Erkenntnisinstrument für den *Weltgeist* untersuchen. Hierbei spielt die innerhalb jeder Meditation angestrebte partiell oder vollkommen erreichte Versenkung eine zentrale Rolle. Mindestens zwei Anknüpfungspunkte, die ich bzgl. **HESSES** »Stufen« zu erkennen glaube, sind:

1. die Meditation als Ganzes, als ein Prozess, der sehr viel mit Loslassen vom Anhaften zu tun hat
2. die Eigenart der Versenkung selbst und Einordnungen der Phänomene, die dem Meditierenden bei der Versenkung begegnen und die von den Gelehrten als **abgestuft** wahrgenommen und beschrieben werden.

ad1.: Grundlegendes über Meditation entnehme ich den Betrachtungen des Theologen und

Psychotherapeuten Hans Deidenbach (2) der eine Zusammenfassung über Meditation gibt, die an Wesentliches des Begriffes heran führt. Er fragt dort: Zitat1. Was ist Meditation? Das Wort kommt vom lateinischen >>Meditari<<. Zerlegt man es in seine Bestandteile, so wird deutlich, was ursprünglich gemeint ist: >> Medium = die Mitte<<, >>iri<< (Hervorhebung vom Verf., weil die Aussage über die Passivform wichtig ist :Nicht mitlesen!) Die Passivform von >>ire = gehen<<, wörtlich also >>gegangen werden<< oder - doppeldeutig - >>sich gehen lassen<<, hier im Sinne von >>sich fallen lassen können<< Zitat Ende. Diese Formulierungen erinnern auch an eine zentrale Formel des Autogenen Trainings, die sein „Erfinder“, J. H. Schultz, gewissermaßen zum Obermotto ernannt hat:

### GELASSEN SEIN KANN NUR WER SICH LÄßT !

Hier taucht schon einmal der Gedanke des Lassens, im weiteren Sinne um auf »Stufen« zurückzukommen, des **LOSLASSENS** auf: *An keinem wie an einer Heimat hängen...*

In dem von Udo Reiter herausgegebenen Buch: „MEDITATION - WEGE ZUM SELBST“ wird von Johann Kugler bzgl. der Meditationsarten von drei Grundstufengesprochen, die Gültigkeit für alle Meditationsschulen (Yoga, Zen, TM,...usw.) beanspruchen: *Im Allgemeinen werden dabei in Abhängigkeit von der Art, in der man die Abkehr von der Außenwelt anstrebt, verschiedene Grade der Versenkung unterschieden: Vereinfachend kann man sie auf drei Grundstufen zurückführen:*

**Kontemplation (Besinnung oder Betrachtung),  
eigentliche Meditation (Verinnerlichung oder innere Einkehr),  
extreme Versenkung (Entase, Erleuchtung oder andererseits Ekstase)**

Ad 2. Von hier aus kommen wir, auch hier mit dem »STUFEN«-Gedanken konfrontiert, auf die **STUFEN DER VERSENKUNG**

Im **Lexikon der östlichen Weisheitslehren**, S.95: unter: »Die vier Versenkungen« finden wir:

**Dhyāna ...** Skrt.; Meditation, Versenkung. Dhyāna gehört zu den drei Endstufen des Yoga des → Pantanjali, die als → Dhāranā, Dhyāna und → Samādhi [\*]... bezeichnet werden. Dhyāna ist die Technik, um Samādhi zu erlangen. Dabei muss das Denken zum Schweigen gebracht werden, damit das absolute Bewusstsein von jeder Überdeckung frei wird. Patanjali nennt Meditation den ununterbrochenen Gedankenstrom auf das Objekt der Konzentration (→ Dhāranā). Ohne Dhyāna sind höhere Bewusstseinszustände nicht erlangbar.

[\*]...; **SAMADHI, EIN BEWUSSTSEINZUSTAND, DER ÜBER WACHEN, TRÄUMEN UND TIEFSCHLAF HINAUSGEHT UND IN DEM DAS DENKEN AUFHÖRT. ES IST EIN VÖLLIGES AUFGEHEN IN DEM SUBJEKT, ÜBER DAS MEDITIERT WURDE. (Lexikon der östlichen Weisheitslehren, S.95)**

Die erste »STUFE« der Versenkung ist gekennzeichnet durch Loslösung von Begierden und unheilsamen Gegebenheiten (→ Akushala) und wird durch Nachdenken (vitarka) und Überlegen (vichāra) erreicht; auf dieser »STUFE« herrscht Freude (priti) und Wohlbehagen (sukha). - Die zweite »STUFE« ist charakterisiert durch das Zur Ruhe kommen von Nachdenken und Überlegen sowie dem Erlangen innerer Beruhigung und der sog. Einspitzigkeit des Geistes, womit die Sammlung auf ein Meditationsobjekt gemeint ist. Man verharrt in Freude und Wohlbehagen. - Auf der dritten »STUFE« schwindet die Freude, und Gleichmut (→ Upekshā) stellt sich ein; man ist wachsam, bewusst und empfindet Wohlbehagen. - Auf der vierten »STUFE« verharrt der Übende nur mehr in Gleichmut und Wachsamkeit.

Der ganze Prozess kann als ein »STUFEN«-weiser meditativer Prozess des Loslassens vom Anhaften genannt werden!

Ein erster literarischer Hinweis wird schon ab der 1. Zeile in »STUFEN gegeben, wo es ums:

*Welken, ums Weichen geht, wo ein ZEITRAUM genannt wird:*

*zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern*

wo aufgefordert wird, loszulassen:

*Bereit zum Abschied*

...und offen zu sein.... für Neues

*und Neubeginne*

aber auch der Wechsel beschrieben wird

*In andre, neue Bindungen zu geben.*

Wir erinnern uns hierzu eines Gedankens von Govinda (S.68) Zitat: „Das Wesen des Lebens ist Wechsel, Veränderung, Wandlung; die Natur des Haftens aber ist die Verneinung des Wechsels, das Festhalten Wollen, die Stabilisierung, das Verhindern der Wandlung. Aus diesem Grunde erscheint uns der Wechsel als Leiden Zitat Ende:“

Hesses eigenes Lebensrezept, um nicht zu leiden, mag darum gewesen sein:

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,*

*An keinem wie an einer Heimat hängen,*

...beschrieben mit dem Hinweis auf ein Prinzip, dass wir weiter oben schon versucht haben, zuzuordnen.

*Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,*

*Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.*

An dieser Stelle, wo über HESSES »STUFEN« evtl. ein Zugang zum BUDDHISMUS erkennbar wird, erscheint es mir passend, aber auch notwendig, einige ostasiatische Quellen, aus denen HESSE schöpfte, einmal genauer zu betrachten.

#### HESSES VERHÄLTNIS ZU TRANSZENDENZ & BUDDHISMUS IN EIGENER UND FREMDER LITERATUR.

Ich zitiere aus: „Hermann Hesse Siddhartha, Text und Kommentar Suhrkamp Basisbibliothek, S.131): im Kapitel »Lebende Buddhas« mit dem Apendix: „ Zur literaturgeschichtlichen Verortung von Hermann Hesses Siddhartha - Eine indische Dichtung

Zitat: Auffällig an den Interpretationen zu der indischen Dichtung von Hermann Hesse ist das Bemühen, eine Entscheidung darüber herbeizuführen, ob der Autor des Siddhartha buddhistisches, hinduistisches oder taoistisches Gedankengut angemessen wiedergegeben hat. Die Abhängigkeit des Werks von östlicher und/oder westlicher Spiritualität genau zu bestimmen scheint essentiell für das Verständnis dieses Schriftstellers. Das Phänomen der Rezeption asiatischer Kultur wird dabei als selbstverständlich vorausgesetzt. Der bloße Hinweis auf die seit der Aufklärung in Deutschland vorhandene Beschäftigung mit indischer Kultur und Mythologie (genannt werden Namen v. Schlegel über Goethe bis von Keyserling) ersetzt dabei häufig die Reflexion. Irgendwie, so darf man folgern, steht auch die literarische Avantgarde der Jahrhundertwende, welche sich in ihren Werken auf Asien bezogen haben - in dieser Tradition deutscher Kulturvorlieben.....und weiter heißt es: .....Im Falle Hermann Hesses mag es bis zu einem gewissen Grad verständlich sein, dass sich die Forschung nicht um ein genaueres historisches Verständnis der Anziehungskraft bemüht hat, welche von der asiatischen Kultur für die von den Erfahrungen der europäischen Moderne erschütterten Schriftsteller ausging. Hesses in der Indien-Mission tätige Vorfahren und die frühe Begegnung mit Sprache und Bildwelt der fernen Kultur liefern allemal ausreichend Hintergrundmaterial, um den »interkulturellen Transfer« problemlos darzulegen. (Hervorhebung vom Verf. → FOLIE15): **DIE BUDDHISTISCHE LEHRE STELLT EIN ÄUßERST »ELASTISCHES« IMAGINATIVES UND INTELLEKTUELLES SYSTEM ZUR VERFÜGUNG. DARIN KOMMT DER SPRENGUNG DES ZEIT- UND RAUMBESWUSSTSEINS ZENTRALE BEDEUTUNG ZU. VIELE DER BUDDHISTISCHEN MYTHEN SIND DARAUF ANGELEGT, DEM ZUHÖRER DIE RELATIVITÄT SEINER BEGRENZTEN LEBENS GESCHICHTLICHEN SITUATION VOR AUGEN ZU FÜHREN UND IHN ANSCHLUSS FINDEN ZU LASSEN AN DIE »GROßE ZEIT« KOSMISCHER PROZESSE UND DIMENSIONEN.** Zitat Ende:

An dieser Stelle möchte ich auf die m.E. hierzu besonders passenden Zeilen in Hesses »Stu-

fen« hinweisen, bei denen die oben angesprochene Transzendenz in sehr deutlicher Form zum Ausdruck kommt: [FOLIE16]:

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
An keinem wie an einer Heimat hängen,  
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,  
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.*

Ich glaube, dass Bezeichnung und Charakteristik von **HESSES** *Weltgeist* eine zentrale Rolle im Gedicht spielen. So möchte ich, um eine möglichst klare Vorstellung von dem zu bekommen, was **Hesse** mit *Weltgeist* meint oder darunter versteht, weitere Quellen heranziehen, und fragen: Ist der *Weltgeist* für Hesse das kosmische Prinzip der Grenzenlosigkeit, Unendlichkeit, der oder das uns nicht fesseln und engen will, wenn wir es, evtl. durch Meditation, in uns hineinlassen? Sich oder überhaupt Grenzen setzen kann unter einem bestimmten Blickwinkel auch heißen, sich abzugrenzen, wo Grenzenlosigkeit zwar auch letztendlich unerträglich werden, dann aber auch soviel bedeuten kann, wie ein Stück der Realität in seiner Existenz und Wirksamkeit zu leugnen, bzw. ins ubw. zu verdrängen, von wo es dann auf Dauer eine unberechenbare, ggf. chaotische und damit möglicherweise destruktive Wirkung entfalten kann, wie m.E. z.B. beim Islamismus. In seinem bekannten Werk: „*Der Mensch und seine Symbole*“ äußert sich **C.G. Jung** zu dieser Thematik auf S.7 im Vorspann folgendermaßen: [FOLIE17]: „*Wenn man versteht und fühlt, dass man schon in diesem Leben an das Grenzenlose angeschlossen ist, ändern sich die Wünsche und Einstellungen. Letzten Endes gilt man nur wegen des Wesentlichen, und wenn man das nicht hat, ist das Leben vertan.*“

C. G. Jung, *ERINNERUNGEN*. [Zitat Ende]

Govinda (S. 68) bezeichnet das Wesen-tliche des Lebens zwar nicht als »*Weltgeist*«, doch lässt sich leicht erraten, dass für ihn, wie oben schon einmal betont,...: „*Das Wesen des Lebens ... Wechsel.. ist,.. Veränderung, Wandlung; die Natur des Haftens aber ist die Verneinung des Wechsels, das Festhalten Wollen, die Stabilisierung, das Verhindern der Wandlung. Aus diesem Grunde erscheint uns der Wechsel als Leiden.*“ [Zitat Ende] Über die genauen Gründe zu spekulieren, die das in des Menschen und der Wesenheiten Natur liegende Leiden erklären, weil es z.B. ein Sträuben der belebten Materie gegen den Wandel geben könnte, würde hier den Rahmen sprengen. Vereinfacht gesagt, kann es etwas damit zu tun haben, dass die Reinheit des Geistes, hier **HESSES** *Weltgeist*, getrübt wird, wenn reine Energie mit Materie interagiert. Ansonsten bestätigen die o. zitierten 4 Zeilen [FOLIE16]:

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
An keinem wie an einer Heimat hängen,  
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,  
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.*

Govindas Aussage.

In einem Leitartikel des *SPIEGEL* 1/2004 über **KANT** ⇔ S116 ff. wird die Hypothese unbegrenzter Weite aufgegriffen) [Zitat]: „*Wer meint, er müsse sich für oder gegen Gott, Freiheit, die Endlichkeit des Raumes, die unendliche Teilbarkeit des Körperlichen oder die Ewigkeit entscheiden, sitzt für Kant schon in der Denkfalle..... Zum Beispiel der Raum, ist er nun endlich oder unendlich? Endlich kann er nicht sein, da jede vorstellbare Weltgrenze selbst wieder durch einen leeren Raum begrenzt wäre. Unendlich ist er aber auch nicht: Die Wahrnehmung müsste von einer Raumbegrenzung zur anderen bis ins Unendliche „fortschreiten“ und käme niemals zur Ruhe...*“ [Zitat Ende] Die Auseinandersetzung mit der Frage der Grenzenlosigkeit des Seins als eine existierende Entität, mit der wir uns konfrontiert sehen, hat eine Tradition in Wissenschaft, Philosophie und Literatur, wie sie vielleicht heute u.a. mehr durch *Ken Wilber* repräsentiert wird,

der sich zu dieser Frage u.a. in »**WEGE ZUM SELBST**«, Goldmann, 6/91, S. 49 folgendermaßen äußert: Zitat: „Das letzte metaphysische Geheimnis ist, wenn wir es so einfach ausdrücken dürfen, dass es im Universum keine Grenzen gibt. Grenzen sind Illusion, nicht Produkte der Realität, sondern der Art und Weise, wie wir die Realität kartographieren und redigieren. Es ist zwar in Ordnung, das Territorium zu kartographieren, aber ist verhängnisvoll, Landkarte und Land zu verwechseln. Es ist nicht nur so, dass zwischen den Gegensätzen keine Grenzen sind. In einem viel weiteren Sinn gibt es keine trennenden Grenzen zwischen Dingen oder Ereignissen irgendwo im Kosmos.“ Zitat Ende: Vielleicht können wir uns die Beantwortung der von Kant, Wilber und bei Hesse immanent gestellten Grenzfrage ein wenig erleichtern, wenn wir uns hier zunächst mit dem Begriff der Transzendenz begnügen, da sie **HESSES** Sichtweise am nächsten kommen dürfte. In dem von Volker Michels herausgegebenen Band über **HESSE**: »Mit der Reife wird man Jünger«, steht auf S.86 im Sinne einer Erklärung über sein Gedicht »Stufen« Zitat: »Mein Leben, so etwa nahm ich mir vor, sollte ein Transzendieren sein, ein Fortschreiten von Stufe zu Stufe, es sollte ein Raum um den anderen durchschritten und zurückgelassen werden, so wie eine Musik Thema um Thema, Tempo um Tempo erledigt, abspielt, vollendet und hinter sich lässt, nie müde, nie schlafend, stets wach, stets vollkommen gegenwärtig. Im Zusammenhang mit den Erlebnissen des Erwachens hatte ich gemerkt, dass es solche Stufen und Räume gibt und dass jeweils die letzte Zeit eines Lebensabschnittes eine Tönung von Welke und Sterben Wollen in sich trägt, welche dann zum Hinüberwechseln in einen neuen Raum, zum Erwachen, zu neuem Anfang führt.« Zitat Ende: ..und in der Biographie über **HERMANN HESSE - MIT SELBSTZEUGNISSEN UND BILDDOKUMENTEN DARGESTELLT V. BERNHARD ZEILER, RoRoRo 1963/97** wird **HERMANN HESSE** auf **S 136** zitiert. ZITAT: „Jeder von uns ist nur ein Mensch, nur ein Versuch, ein Unterwegs: Er soll aber dorthin unterwegs sein, wo das Vollkommene ist, er soll ins Zentrum streben, nicht an die Peripherie, sagt der Musikmeister zu seinem jungen Schüler Knecht. Gedanken aus der *Demian*-Zeit und dann aus *Siddhartha* klingen an, zumal da er fortfährt: Es gibt die Wahrheit, mein Lieber! Aber die »Lehre«, die du begehrt, die absolute, vollkommen und allein weise machende, die gibt es nicht. Du sollst dich auch gar nicht nach einer vollkommenen Lehre sehnen, Freund, sondern nach Vervollkommnung deiner selbst. Die Gottheit ist in dir, nicht in den Begriffen und Büchern. Die Wahrheit wird gelebt, nicht doziert. Nur das Denken, das wir leben, hat einen Wert, steht im *Demian*. FOLIE18: **GEIST UND LEBEN, IN DAUERNDEN WECHSEL, IN STETER SPANNUNG, IST EINES DER WICHTIGSTEN MOTIVE IN HESSES DENKERISCHER UND DICHTERISCHER WELT. HÖHER ALS JEDE INSTITUTION UND HÖHER ALS DOGMA UND LEHRE STEHT FÜR HESSE DER MENSCH. ER HAT SEINEM EIGENEN GESETZ ZU FOLGEN, AUS FREIER VERANTWORTUNG ZU HANDELN UND SICH FÜR NEUES ERLEBEN UND NEUE WAGNISSE OFFEN UND BEREIT ZU HALTEN. (←HERVORHEBUNG VOM VERF.)** Im Gedicht *Stufen*, das ursprünglich den Titel: »**TRANSZENDIEREN**« trug und das in einer Nacht im Mai 1941, als Hesse nach langen Wochen der Krankheit erstmals wieder einen Bleistift in den Händen halten konnte, niedergeschrieben wurde, findet dieser entscheidende Gedanke der Transzendenz, der dem Werk zugrunde liegt, seinen dichterischen Ausdruck. Zitat Ende:

Die Wurzeln indes für seine fernöstlich geprägten Sichtweisen vom Menschen und menschlichen Leben hat er schon viel früher gelegt: In **ZEILERS** *Hesse - Biographie* (S.93) ist davon die Rede, dass **HESSE** im Winter 1919 mit der indische Dichtung *Siddhartha* begonnen hatte, mit der er aber ins Stocken geriet. Als Grund nannte er Zitat: „Ich machte damals - nicht zum erstenmal natürlich, aber härter als jemals die Erfahrung, dass es unsinnig ist, etwas schreiben zu wollen, was man nicht gelebt hat, und habe in jener langen Pause, während ich auf die Dichtung *Siddhartha* schon verzichtet hatte, ein Stück asketischen und meditierenden Lebens nachholen müssen, ehe mir die seit Jünglingszeiten heilige und wahlverwandte Welt des indischen Geistes wieder wirklich Heimat werden konnte...“ Zitat Ende:

Die Quintessenz des Lebensweges des suchenden *Siddhartha* ist, dass er ...aus der Verzweiflung zu neuem Leben erwacht und als Gehilfe des Fährmanns Vasudeva das Geheimnis des Flusses, **die Dauer im Wechsel** der Erscheinungen, die Einheit im ewigen Wandel erfährt. Zitat: „**KLAGE DER SEHNSUCHT UND LACHEN DES WISSENDEN, SCHREI DES ZORNS UND STÖHNEN DER STERBENDEN, ALLES WAR EINS, ALLES WAR INEINANDER VERWOBEN UND VERKNÜPFT, TAUSENDFACH VERSCHLUNGEN. UND ALLES ZUSAMMEN, ALLE STIMMEN, ALLE ZIELE, ALLES SEHNEN, ALLE LEIDEN, ALLE LUST, ALLES GUTE UND BÖSE, ALLES ZUSAMMEN WAR DIE WELT. ALLES ZUSAMMEN WAR DER FLUSS DES GESCHEHENS, WAR DIE MUSIK DES LEBENS.** Und wenn *Siddhartha*

aufmerksam diesem Fluss, diesem tausendstimmigen Liede lauschte, wenn er nicht auf das Leid noch auf das Lachen hörte, wenn er seine Seele nicht an irgendeine Stimme band und mit seinem Ich in sie einging, sondern alle hörte, das Ganze, die Einheit vernahm, dann bestand das große Lied der tausend Stimmen aus einem einzigen Worte, das hieß Om: die Vollendung. Siddhartha ist in der Sprache des Sanskrits der Name für den, der sein Ziel erreicht hat. Siddhartha - Hesse hat die Harmonie der Welt wiedergefunden. Auch die ruhig gemessene, klangvolle Sprache der Dichtung gibt dieser Haltung Ausdruck. Ihren Inhalt bezeichnet der Dichter selbst als den Ertrag einer bald 20-jährigen Vertrautheit mit den Gedanken Indiens und Chinas. Enthält das ein Jahrzehnt zuvor erschienene Indien-Buch nur ein äußeres Bild des Landes, das ihm von Jugend an Verlockung war, so beweist das neue Werk, wie sehr er sich in die geistige Welt östlicher Weisheit eingelebt hat. Es machte ihm daher auch besondere Freude, dass ein indischer Gelehrter, den er bei einem internationalen Kongreß in Lugano kennen lernte, nach dem Vorlesen des Schlusskapitels von Siddhartha erklärte, es sei ihm unfasslich und ergreifend, einen Europäer zu finden, der wirklich ins Zentrum des indischen Denkens gelangt sei. Die Dichtung fand bei den indischen Völkern einen sehr interessierten und guten Widerhall...

Zitat Ende:

Das Erfahren der Gegensätze und ihre Synthese sind wesentlicher Bestandteil des Lebensweges von Siddhartha und damit auch die des Dichters HESSE! Ich glaube, dass Siddhartha und die literarische Auseinandersetzung HESSES damit deswegen als wichtige Dokumentationen angesehen werden können, weil sie Zeugnis davon geben, wie tief sein Denken auch in die Lebens- und Sichtweise indischer, hier besonders buddhistischer Weisheit eingetaucht war; oder, um es anders und mit einem Begriff C.G. Jungs zu sagen, wie er den Individuationsprozess als eine und auch besonders seine Lebensaufgabe verstand.

Das Ringen um ein Verständnis des eigenen wie auch allgemeinen Lebenssinnes kommt u.a. in diesem Brief zum Ausdruck:

Hermann Hesse; *Stufen des Lebens; Briefe, Auswahl und Nachwort*, von Siegfried Unseld, Insel Verlag, S.15-17:

An Helene Welti

Auszugweises Zitat aus dem Brief:

Montagnola, 28.2.1920

Liebe Frau Doktor!

[ . . . ] Sie nehmen an, das Leben aus dem eigenen Ich heraus sei einfach Egoismus. Das scheint aber nur so für den Europäer, der vom Ich nichts weiß. Das Ich, das der Suchende meint, und mit dem sich die ganze außereuropäische Gedankenwelt, mit Ausnahme der europäischen Wissenschaft, seit drei Jahrtausenden beschäftigt, dies »Ich« ist nicht der einzelne Mensch, wie er sich fühlt und vorkommt, sondern es ist der innerste, wesentliche Kern jeder Seele, den der Inder »Atman« nennt und der göttlich und ewig ist. Wer dies Ich findet, sei es auf dem Wege Buddhas oder der Veden oder des Lao Tse oder Christi, der ist in seinem Innersten verbunden mit dem All, mit Gott, und handelt aus einem Einverständnis mit ihm heraus. Zitat Ende:

Hierzu passen Anmerkungen von C. G. Jung aus: „Der Mensch und seine Symbole, (S.199) Zitat: „Das Selbst ist eben nicht völlig in unserem Bewusstseinsbereich und seinem Zeitraum enthalten, es hat einen Aspekt von Zeitlosigkeit und Allgegenwart. Darum wird es oft durch einen »großen Menschen« symbolisiert, der den ganzen Kosmos umfängt“..&..(S.200): „Kein Wunder, dass deshalb die Gestalt eines kosmischen Menschen in vielen Mythen und Religionen auftaucht und meistens eine sehr positive Rolle spielt.“...& (S.201): „Der Kosmische Mensch – die allumfassende Gestalt, die das Universum verkörpert und enthält – ist eine bekannte Darstellung des Selbst in Mythen und Träumen“..[Bild-FOLIE20]: (S.203):Zitat: „Im Westen ist der kosmische

Mensch weitgehend mit Christus identifiziert und im Osten mit Krishna und **BUDDHA**....“ Zitat Ende

In seinem Brief an H. Welti unterstreicht und bestätigt er diese Gedanken C. G. Jungs: ...: „Sie sagen, das Suchen des Ich sei weniger wichtig als das Finden des rechten Verhältnisses zu den Andern. Aber dies ist gar nicht zweierlei. Wer jenes echte Ich sucht, der sucht zugleich die Norm alles Lebens, denn dies innerste Ich ist bei allen Menschen gleich, es ist Gott, es ist der »Sinn«. Darum sagt der Brahmane zu jedem fremden Wesen ~nat twam asi« = das bist du! Er weiß, dass er keinem andern Wesen schaden kann, ohne sich selbst zu schaden, und dass Egoismus keinen Sinn hat.“ Zitat Ende

Besonders in dem Satz Zitat: „Wer jenes echte Ich sucht, der sucht zugleich die Norm alles Lebens, denn dies innerste Ich ist bei allen Menschen gleich, es ist Gott, es ist der »Sinn«. Zitat Ende kommt bei **HESSE** zum Ausdruck, dass er den alles durchdringenden Geist sucht, der allem innewohnt, alles bewegt:

So kann man seine Definition und sein Verständnis von *Weltgeist* aus dem Gesagten ableiten. Dieser *Weltgeist* will ..... uns *Stuf' um Stufe heben, weiten*, so wie es durch den »Kosmischen Menschen« beschrieben wird, wie es das o.a. Geheimnis des Flusses in *Siddhartha*, hier vor allem in symbolischer Hinsicht zu verstehen, dass man die Dinge in sich und in allen Lebensbezügen als etwas stets Fließendes sieht und auch als Erfahrung zulässt, um **die Dauer im Wechsel** der Erscheinungen, letztendlich die Einheit im ewigen Wandel erfährt.

Denn wer aus dieser Erkenntnis des Einsseins mit dem ewigen Wandel nicht lebt, dem droht, wenn wir... *kaum heimisch einem Lebenskreise sind und traulich eingewohnt, Erschlaffen*,.... was soviel heißt, wie, dass die Be - **GEIST** - erung nachlässt, wenn wir zu sehr an oder in etwas verhaftet sind; **EINFACH** gesagt: *Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise, mag lähmender Gewöhnung sich entrafen*. Hier geht es um innere Freiheit, Loslassen können, nicht weiter anzuhafte, wo es seinen Sinn verliert und uns am Nehmen, Gehen und /oder Besteigen der nächsten »**STUFE**« hindert.

Die schon einmal ventilerte zentrale Frage ist, ob das **EINFACH** so mit »*Bereitschaft*« zu machen ist. Das sich Entrafen aus lähmender Gewöhnung ist sicher mit einer Fähigkeit zum Loslassen und zwar zum lebenslänglichen Loslassen von scheinbar Liebgewonnenem oder auch nur Gewohntem verbunden.

Konsequent weitergedacht kann das nur bedeuten, dass man sich ein Forum schafft, in dessen Rahmen der hierzu notwendige Fluss (*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten*,) aufrecht erhalten werden kann. Hierzu möchte ich kurz auf eine Beschreibung des »**ZAZEN**« hinweisen. Im **Lexikon der östlichen Weisheitslehren**, S. 468 steht hierzu: **ZAZEN**, jap., wörtlich Za: „SITZEN“, zen (in) »Versunkenheit«; meditative Praxis, wie das Zen sie als den direktesten Weg zur → Erleuchtung .... lehrt.... **und weiter unten**..: Zitat: „In seiner reinsten Form ist Zazen das Verweilen in einem Zustand gedankenfreier, hellwacher Aufmerksamkeit, die jedoch auf kein Objekt gerichtet ist und an keinem Inhalt haftet. Mit Beharrlichkeit und Hingabe über einen längeren Zeitraum geübt, versetzt Zazen den Geist des »Sitzenden« in einen Zustand vollkommener inhaltsloser Wachheit, aus dem heraus in einem plötzlichen Durchbruch zur Erleuchtung seines eigenen Wahren-Wesens oder **BUDDHA** - Wesens, das mit dem Wesen des gesamten Weltalls identisch ist, gelangen kann.“ Zitat Ende

Hier bekommen dann auch noch einmal die schon oben besprochenen Zeilen von **HESSES** »**STUFEN**« eine erweiterte Bedeutung in neuem Lichte: [FOLIE16]:

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,  
An keinem wie an einer Heimat hängen,  
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,  
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.*

....“Wahres - Wesen oder **BUDDHA** - Wesen, das mit dem Wesen des gesamten Weltalls identisch ist....“, sind in meinem Verständnis, wenn auch schon nicht völlig übereinstimmend, so doch in einer relativen Annäherung Beschreibungen, die dem Gottesbegriff reifer Gläubiger [\*]1 [PAGANISTEN] nahe kommen.

Unter *Weltgeist* wird **HESSE** nach meinem Verständnis nicht nur den Geist hier unten auf unserer Erde verstanden haben, sondern ein kosmisches Prinzip quasi grenzenloser Transzendenz, so wie es u.a. die **Tiefenpsychologin Brigitte und der Kernphysiker Thomas Görnitz** in ihrem als Ehepaar gemeinsam verfassten Buch mit dem Titel: »**DER KREATIVE KOSMOS**« beschrieben haben, wo... [Zitat] *unsere psychischen Erfahrungen mit den modernen physikalischen und biologischen Erkenntnissen auf einer wissenschaftlichen Grundlage versöhnt...werden...* [Zitat Ende]

[\*]2 Das diese Interpretation von Hesses *Weltgeist*, der begrifflich aus seiner eigenen psychischen Erfahrung geboren wurde, keine Unterstellung ihm gegenüber ist, ist schon in einem Zitat weiter oben aus dem Glasperlenspiel mit den Worten des Musikmeister zu seinem jungen Schüler Knecht zum Ausdruck gekommen. [Zitat] *„Es gibt die Wahrheit, mein Lieber! Aber die »Lehre«, die du begehrt, die absolute, vollkommen und allein weise machende, die gibt es nicht. Du sollst dich auch gar nicht nach einer vollkommenen Lehre sehnen, Freund, sondern nach Vervollkommnung deiner selbst. Die Gottheit ist in dir, nicht in den Begriffen und Büchern. Die Wahrheit wird gelebt, nicht doziert. Nur das Denken, das wir leben, hat einen Wert.“* [Zitat Ende]

[\*]1 m.E. handelt es sich in erster Linie um den **PAGANISMUS** (SPIEGEL - Artikel 52 / 2000: »Jenseits des Wissens« S.126) Auszugsweise: *„Paganisten sind keine Atheisten“, stellt Alan klar, denn Atheisten glauben nicht an GOTT, wir dagegen sagen: Es gibt eine göttliche Macht und einen göttlichen Willen. Es gebe im Paganismus keine zentrale Autorität und keine Gurus, man werbe nicht um Konvertiten und folge dem Prinzip: „Solange du keinem wehtust, kannst du machen was Du willst, aber vergiss nicht, Du bist für alles was Du tust, verantwortlich.“ Während das Christentum lauter Erklärungen anbiete – „Du gehst in eine Kirche, und jemand erklärt dir, warum Jesus für deine Sünden gestorben ist“, basiere der Paganismus auf „Erkenntnissen und Entdeckungen“ die sich jeder selbst erarbeiten muss“. ... ..“Wir sind die Religion des 21. Jahrhunderts. Wir glauben an die Freiheit und Kraft des Individuums.“ Hier scheint eine Ideologiefreie Weltansicht zu dominieren.)*

[\*]2 Das Verstehen von Gehirn und Bewusstsein, das Leib-Seele-Problem und die Frage nach dem freien Willen, ist heute die zentrale Aufgabe der Wissenschaft. Thomas und Brigitte Görnitz, ein Physiker und eine Psychologin stellen in **DER KREATIVE KOSMOS, SPEKTRUM -V./ UMSCHLAGTEXT** eine revolutionäre Lösung vor: Eine kosmologisch begründete abstrakte Quanteninformation liefert die Basis für Materie und Geist: Die Evolution des Kosmos, des Lebens und des Bewusstsein kann damit unter einer einheitlichen Sicht erfasst werden, die unsere psychischen Erfahrungen mit den modernen physikalischen und biologischen Erkenntnissen auf einer wissenschaftlichen Grundlage versöhnt.

**HESSE** hat versucht, den Empfehlungen seines *Weltgeistes* gemäß Transzendenz und damit potenzielle **GRENZENLOSIGKEIT** zu leben, die ja besonders in den letzten Zeilen der Lyrik zum Ausdruck kommt, wo **HESSE** formuliert:

*Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde  
Uns neuen Räumen jung entgegenschicken,  
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden...  
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!*

In den Materialien zu Hesses >Das Glasperlenspiel<, 1. Band, *Texte von Hermann Hesse, Herausgegeben von Volker Michels, Suhrkamp*, drückt er in einem (Brief; 30. 31. 1. 1957, an einen Leser) auf S.300 [Zitat] aus: *„Zu »Stufen« wäre zu sagen: das Gedicht gehört zum »Glasperlenspiel«, einem Buch, in dem unter anderem die Religionen und Philosophien Indiens und Chinas eine Rolle spielen. Dort ist die Vorstellung der Wiedergeburt aller Wesen dominierend, nicht im Sinn eines christlichen Jenseits mit Paradies, Fegefeuer und Hölle. Diese Vorstellung ist mir durchaus geläufig und sie ist es auch dem fiktiven Verfasser jenes Gedichtes, Josef Knecht. Ich habe also tatsächlich an Fortleben oder Neubeginn nach dem Tode gedacht, wenn ich auch keineswegs krass und materiell an Reinkarnationen glaube. Die Religionen und Mythologien sind, ebenso wie die Dichtung, ein Versuch der Menschheit, eben jene Unsagbarkeiten in Bildern auszudrücken, die Ihr vergeblich ins flach Rationale zu übersetzen versucht.“* [Zitat Ende]



## Literaturnachweise.:

- 1) Biedermann, Hans, *Die Drillinge des Sigmund Freud*, Verlag Jungjohann Heidelberg 1982, S. 35
- 2) Deidenbach, Hans, *ZUR PSYCHOLOGIE DER BERGPREDIGT; Geist und Psyche*, Fischer 1993
- 3) Dethlefsen, Thorwald, *Schicksal als Chance*“, „Das Urwissen zur Vollkommenheit des Menschen“, Goldmann, 25. Aufl. 1/1989.
- 4) Draaisma Douwe, *SPIEGEL 36/2004: Interview mit dem niederländischen Autor des Buches: »WARUM DAS LEBEN SCHNELLER VERGEHT, WENN MAN ÄLTER WIRD«*, .
- 5) DYLAN, BOB: „Chronicles – Volume One, Hoffmann & Campe V. HAMBURG, 2004
- 6) Erikson H., Erik [1965] u.a. in *Kindheit und Gesellschaft*
- 7) Fröhlich, Werner D., *Wörterbuch Psychologie*, dtv, 22. Auflage, 1998
- 8) Govinda, Anagarika, 1961/92: *„Die (psychologische Haltung der) frühbuddhistische Philosophie“/ Die Dynamik des Geistes*,
- 9) Hesse, Hermann, *Siddhartha, Text und Kommentar*, Suhrkamp Basisbibliothek, 1998
- 10) Hesse, Hermann; *Stufen des Lebens; Briefe, Auswahl & Nachwort*, von Siegfried Unseld, Insel Verlag, 2002
- 11) Jung, C.G., *und nach seinem Tod M.- L. von Franz et al herausgegebenen Werk: Der Mensch und seine Symbole*, 9. Auflage der Sonderausgabe 1986
- 12) Kast, Verena, *Trauern*, Kreuz Verlag, 14. Aufl. 1993
- 13) Laplanche & Pontalis, *Vokabular der Psychoanalyse*. (1986)
- 14) Lurker, M., *Wörterbuch der Symbolik*, Kröner v.1991
- 15) Mettler, Heinrich, *Psychologie des 20. Jahrhunderts. Bd. XV, S. 844, Kapitel: »Kreativität als psychologischen Aspekt literarischen Schaffens« / » PSYCHOANALYSE ALS EIGENE ERFAHRUNG DES SCHRIFTSTELLERS«*
- 16) Michels, Volker, *HERMANN HESSE - Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne (1996) Ein Lesebuch*
- 17) Michels, Volker, Hrsg., 2003, *HESSE, »Mit der Reife wird man Jünger«*
- 18) Michels, Volker, *Materialien zu Hesses »Das Glasperlenspiel«, 1. Band, Texte von Hermann Hesse, Herausgegeben von, Suhrkamp 12. Auflage 1998*
- 19) Paul, Hermann, *Deutsches Wörterbuch, Bedeutungsgeschichte und Aufbau unseres Wortschatzes, 10., überarbeitete und erweiterte Auflage von Helmut Henne, Heidrun Kämper und Georg Objartel, Max Niemeyer Verlag Tübingen 2002*
- 20) *SPIEGEL 1/2004 über KANT*
- 21) Wilber, Ken, *»WEGE ZUM SELBST«*, Goldmann, 6/1991
- 22) Wyss Dieter., *Die Tiefenpsychologischen Schulen von den Anfängen bis zur Gegenwart*, (1972)
- 23) ZEILER, BERNHARD, *Biographie über HERMANN HESSE - MIT SELBSTZEUGNISSEN UND BILDDOKUMENTEN DARGESTELLT V. AUTOR, RoRoRo 1963/97*