

# sein und werden

Gedichte Gedanken Gebete

Stephan Hofinger



# **sein und werden**

Gedichte Gedanken Gebete

Stephan Hofinger © 2013

Alles Sein ist göttlich.

Meister Eckhart

# Geleitwort

Stephan Hofinger hat unter dem Titel „sein und werden“ Bilder und Gedanken zusammengestellt, die er mit anderen teilen möchte. Sie haben ihn bewegt und innerlich befreit, und er hofft, dass sie dies auch bei anderen tun werden. Wünschen wir uns nicht alle diese Verdoppelung unserer Freude durch „geteilte Freude“, wie das Sprichwort sie nennt?

So wünsche auch ich diese Freude allen, für die der Autor ihm selbst Geschenkte in Wort und Bild so liebevoll dargestellt hat, als hätte er es auf Goldgrund gemalt. Er könnte mit dem Mönch aus Rainer Maria Rilkes Stundenbuch sagen:

Nichts ist mir zu klein und ich lieb es trotzdem  
und mal es auf Goldgrund und groß  
und halte es hoch, und ich weiß nicht wem  
löst es die Seele los ...

Möge „sein und werden“ vielen Lesern die Seele lösen und sie dazu befreien, ihre eigenen Bilder und Gedanken hochzuhalten und ganz einfach mit anderen zu teilen, um Lebensfreude in der Welt zu vermehren.

David Steindl-Rast, OSB  
[www.dankbarkeit.org](http://www.dankbarkeit.org)

# Einleitung

Mit einer alten Astgabel erschien ich bei einer Seminarwoche, bei der ich Klarheit über meinen weiteren Lebensweg finden wollte. Der Seminarleiter hatte uns gebeten, ein Symbol mitzubringen, das unserer aktuellen Situation entsprach. Den vorgezeichneten Pfad weitergehen oder mich auf die ungewisse Abzweigung einlassen, die mich im Herzen anzog? Die im „Y“ der Astgabel verbildlichte Frage quälte mich durch die ersten Seminartage hindurch bis hinein in eine schlaflose Nacht, in der mir die Antwort kam:

Nicht die oberflächliche Entscheidung war mein eigentliches Thema, sondern es ging um etwas wesentlich Tieferes. Es ging um das Wiederfinden eines umfassenden Ganzen, einer alles tragenden Einheit, in der sich die unlösbar scheinende Polarität der Frage auflöste. Die weltliche Fragestellung wandelte sich in eine spirituelle. „Gott suchen, finden und sichtbar werden lassen“ war der Auftrag dieser durchwachten Nacht.

Mir war rasch klar, dass ich dabei ein neues Gottesverständnis entwickeln musste, denn mein traditionelles christliches Gottesbild passte schon länger nicht mehr. Was davon geblieben war, war eine tiefe Sehnsucht, die in jener Nacht durchbrach. Anknüpfen konnte ich bei einigen tief berührenden Herzenerfahrungen, in die

mich meine intensive Auseinandersetzung mit Yoga und Meditation bereits geführt hatte, und bei dem, was ich dank der östlichen Spiritualität auch im Christentum vereinzelt wiedergefunden hatte: der mystischen Tradition.

Die Gefühle und Gedanken dieser Sinn- und Gottessuche, die Veränderungen, die sie bewirkt hat, und die Freude, die mich im Finden immer wieder erfüllte, spiegeln sich in den Texten dieses Buches wider. Die meisten der Gedichte und Gebete sind mir letztlich zugefallen wie Geschenke, nachdem sie innerlich über die Zeit gereift waren. Auch wenn sie nur eine menschliche Annäherung an das Unsagbare sein können, scheint es mir dennoch wichtig, Ausdrucksformen zu suchen, um diese entscheidende Ebene unseres Seins zur Sprache zu bringen.

Die Texte in diesem Buch werden von Bildern begleitet, mit denen ich auf achtsame Weise Augenblicke bergen wollte, um sie weiterschenken zu können. Von der vor einigen Jahren verstorbenen Mystikerin Dorothee Sölle mit ihrer besonderen Sensibilität gegen Übergriffigkeit stammt die Frage, wie Photographie aussehen müsste, die nicht Herrschaft sein will, sondern Meditation. Die Bilder sind der Versuch einer Antwort.



## Veränderung

Das leichte Unbehagen,  
du könntest es übergehen.  
Die leise Stimme,  
du könntest sie überhören.  
Die flüchtige Ahnung,  
du könntest sie verdrängen.

Wagst du die Stille?  
Wagst du einzutauchen in deine Tiefe,  
wo das Unbehagen Abgrenzung fordert,  
die innere Stimme dich aus dem Gewohnten ruft  
und die Ahnung auf Veränderung pocht?

Vertraue dem Ursprung.  
Vertraue, dass dort, wo deine Seele die Unendlichkeit berührt,  
der Zweifel zur Klarheit wird,  
die Angst sich in Herzensruhe wandelt  
und das Leben in eine Quelle dankbarer Freude.



# Lebensquelle

In der Hektik und Unruhe des Alltags,  
in den Zwängen von Terminen und Pflichten,  
halte ich inne: spüre – ja, spüre wieder – meine verschüttete Seele.  
Noch im Bannkreis überholter Strukturen richte ich meinen Blick auf,  
hinaus in die Weite, und beginne zu suchen: die Quelle.

Ich verlasse die ausgetretenen Pfade,  
forsche nach Abzweigungen und unscheinbaren Spuren,  
bahne mir den Weg: meinen Weg.

Ich gehe langsam auf dich zu und setze mich zu dir, quellendes Wasser,  
spüre deine innige Kraft zu wandeln, sanft zu formen, zu verbinden.  
Ich vertraue mich dir an.





Doch da – die bange Frage: „Wie dich bringen – den anderen?“  
„Trink mich, nimm mich auf“ sagt sanft das Wasser, „Du selbst bringe mich!“

Ich trinke achtsam Schluck um Schluck, empfangen tief berührt.  
Trage dich so in den Garten des Lebens,  
wo Nahrung, Farbe und Heilkraft wächst,  
genieße dort und schwingen mich ein,  
gieße, pflege und behüte.

In Dankbarkeit sehne ich einen Tempel herbei,  
Ort der Ruhe und Begegnung,  
um in Gemeinschaft zu feiern:  
das Geschenk, die Freude des Lebens.

## Aus dem Rahmen

Ich falle aus dem Rahmen  
und das Glas zerbricht.

Da liege ich – verletzliches Ebenbild Gottes!  
Gelöst von der Schwere der Begrenzung,  
frei atmend in strahlenden Farben,  
offen für Blick und Begegnung.

Und die Angst vergeht.

<sup>13</sup>  
(Stephan Hofinger, 2012)



## evolution

unscharfer hoffnung vertrauend,  
entfaltung ersehnd:  
so wächst das leben.

## revolution

alles rot.  
ich explodiere.  
jetzt.





## Außenwelt | Innenwelt

Immer schneller, immer mehr  
fordert die Wirtschaftswelt,  
doch ich folge dem Rhythmus meines Atems.

Immer greller, immer lauter  
schreit die Unterhaltungswelt,  
doch ich lausche der Stimme meiner Seele.

Immer leerer, immer lebloser  
taumelt die Menschenwelt,  
doch ich spüre die Kraft meines Herzens.

## Sich gehen lassen

Wider alle Postulate,  
sich gehen lassen,  
dem Herzen folgend.

Um irgendwann bereit zu sein,  
sich ganz gehen zu lassen,  
hinein in die alles tragende Liebe.

