



Wesentliches so nah

Diese Begleitworte meiner Website sind angelehnt an den Titel eines wunderbaren kleinen Buches des Zen-Lehrers und Fotografen Peter Steiner. Es heisst «Das Wesentliche so nah».

Peter Steiner schreibt: *«Das Wesentliche im Leben ist herauszufinden, was das Wesentliche ist, das sagt man im Zen. Das ist aber natürlich einfacher gesagt als getan. Denn was ist schon der Maßstab für „etwas Wesentliches“? Erfolg? Prestige? Oder etwas ganz anderes? Was ist es, das uns wirkliche Zufriedenheit beschert? Das ist eben das Wesentliche.*

Ich persönlich glaube, dass das Wesentliche zuerst einmal keine Sache ist. Es ist nicht dies oder jenes. Es ist nicht diese Beruf oder jener. Es ist nicht diese Religion oder jene. Das Wesentliche muss über derart limitierende Aspekte hinausgehen. Sonst kann es in meinen Augen nicht wesentlich sein. Zudem glaube ich, dass das Wesentliche nicht weit weg sein kann. Was würde es für einen Sinn machen, wenn das Wesentliche weit weg wäre? Muss Wesentliches nicht ganz nah sein, um eben wesentlich zu sein? Vielleicht näher, als wir glauben? Ist es vielleicht so nah, dass wir möglicherweise viel zu weit suchen und ist deshalb meistens übersehen?»

Diese Gedanken und Überlegungen lassen sich wunderbar auf unseren Körper übertragen. Der Körper ist sehr nah. Er ist unser „Aufenthaltort“ während unseres Lebens. Das heisst, wir können durch Körperwahrnehmung Wesentliches erfahren, mit Wesentlichem in Berührung kommen und mit dem Wesentlichen in Verbindung bleiben. Dies zu entdecken und zu leben ist eine lebenslange Einladung.

Renate Lauper 2024

Peter Steiner, Das Wesentliche so nah. Edition Spuren Winterthur 2011