



Foto: CCO - women-1134987_1920

Hier und Jetzt

Ein Weiser wurde gefragt, wie es gelingen könnte, den Augenblick voll auszukosten, um etwas davon festhalten zu können. Schließlich sei der Augenblick zu wertvoll und unwiederbringlich, als dass man ihn einfach so entschwinden lassen könne.

„Was machst du“, fragte der Weise den Fragenden, „wenn du versuchst, den Augenblick festzuhalten?“ „Ich denke: *Jetzt*“, antwortete dieser.

„Und dann?“, fragte der Weise. „In dem Moment, in dem ich: *Jetzt* denke, ist er auch schon vorbei und ich habe nichts mehr davon. Festhalten kann ich nichts.“

„Du hast recht“, erwiderte der Weise. „In dem Moment, in dem du *Jetzt* denkst, ist das *Jetzt* schon vorüber. *Jetzt* sagen, nützt gar nichts.“

„Aber was soll ich tun?“ fragte der Suchende. „Ganz gleich, was ich denke, es ist sofort verfliegen.“ „Du täuschst dich“, sagte der Weise.

„Ich will dir ein Geheimnis anvertrauen. Versuch es einmal ganz anders: Atme tief ein und tief aus. Höre auf den Schlag deines Herzens. Schau, was *Jetzt* gerade ist und dann sag ganz einfach und ruhig: *JA* In diesem *JA* kostest du den gegenwärtigen Augenblick voll aus. Viele vergangene Augenblicke und viele Augenblicke, die noch kommen werden sind in diesem *JA* enthalten. Das *JA* verfliegt nicht wie das flüchtige *Jetzt*. Es bleibt bei dir. Das *JA* ist stärker als die Zeit. Es hat Teil an dem, was nicht vergeht.“

Der Weise lächelte: „In jedem *JA* wohnt ein Augenblick Ewigkeit. Du kannst es fühlen!“
(Zen-Geschichte)