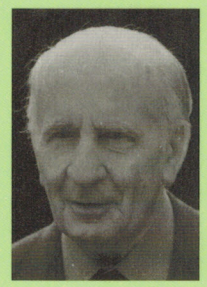
Karlfried Graf Dürckheim

Vom doppelten Ursprung des Menschen

Vorwort von Wolf Büntig

HERDER spektrum

Das grundlegende Werk eines großen Meisters der Spiritualität, das den Weg zu einer dem Leben gegenüber freien und reifen Haltung eröffnet. Aus der Weisheit des Ostens und der Kenntnis des Westens: die Grundlegungen und die praktischen Übungen hin zu einem inneren Weg. Ein Standardwerk des bekannten Autors.



K. Graf Dürckheim

1896-1988, Professor für Philosophie, Psychotherapie; seit 1948 in Todtmoos-Rütte tätig; Aufbau des Zentrums für Initiatische Therapie (mit Dr. Maria Hippius). Bei Herder Spektrum: Meditieren – wozu und wie.

ISBN 3-451-05141-9

9 783451 051418

€ 11,90 [D]

HERDER spektrum

Band 5141

Das Buch

„Der Mensch ist zweifachen Ursprungs, er ist himmlischen und irdischen, natürlichen und übernatürlichen Ursprungs. Wir alle kennen den Satz. Aber wer hat gelernt, ihn ernst zu nehmen, ernst als Aussage einer Verheißung, einer Erfahrung und eines Auftrags?" Karlfried Graf Dürckheim, einer der großen spirituellen Lehrer dieses Jahrhunderts und der wohl bedeutendste Vermittler östlicher Weisheit und westlicher Kultur, zieht die Konsequenz aus dieser Einsicht. Er erschließt die seelische Situation des Menschen in unserer Zeit, formuliert die möglichen Konsequenzen und weist lebbare Alternativen. Der Mensch des Westens, der nach den Gesetzen einer ausufernden Konsum- und Leistungsgesellschaft lebt, verfehlt seinen inneren Weg. Sich gegen diese beherrschende Wirklichkeit zu wenden, kann nur durch eine Rebellion seiner Tiefenschichten geschehen. Menschliche Reife ist kein Privileg östlicher Weisheit, auch kein Privileg, das nur wenige finden können. Karlfried Graf Dürckheim beschreibt in seinem Buch die Grundlegungen und die praktischen Übungen für die richtige, unverkrampfte innere und äußere Haltung, die jeder Mensch vollziehen kann, um reifer und freier zu werden.

Der Autor

Karlfried Graf Dürckheim, 1896–1988, Professor für Psychologie und Psychotherapeut. Begegnung mit dem Zenbuddhismus. Seit 1948 im Kreis seiner Mitarbeiter in Todtmoos-Rütte (Schwarzwald) psychotherapeutisch tätig. Gemeinsam mit Dr. Maria Hippius Aufbau des Zentrums für Initiatische Therapie.

Karlfried Graf Dürckheim

Vom doppelten Ursprung des Menschen

Vorwort
von Wolf Büntig

HERDER

FREIBURG · BASEL · WIEN

Gedruckt auf umweltfreundlichem,
chlorfrei gebleichtem Papier

17. Gesamtauflage

Alle Rechte vorbehalten – Printed in Germany
© Verlag Herder Freiburg im Breisgau 1973
Herstellung: fgb · freiburger graphische betriebe 2003
Umschlaggestaltung und Konzeption:
R·M·E München / Roland Eschlbeck, Liana Tuchel
Umschlagmotiv: © Sumi Higashiyama
ISBN 3-451-05141-9

Inhalt

Vorwort zur Neuausgabe 9
Das Thema 13

I Vom zweifachen Ursprung des Menschen

Zweierlei Leiden – Zweierlei Glück 21
Welt-Ich und Wesen 23 – Zwischen Wesen und Welt 25
Inbild und Inweg 28 – Transzendenz 30
Zweierlei Wissen 33 – Welle, Blatt und Rebe 35

II Der Mensch unserer Zeit

Im Schatten des Leistungszwanges 39
Lob der Leistung 41 – Es fehlt die Stille 43
Die Not der Zeit 46 – Ichwerdung und Wesen 49
Das Staunen und das Leiden 55 – Das geglückte Welt-Ich 59
Die Fehlformen des Ichs 63 – Mündigkeit 71

III Seinserfahrungen

Die Forderung 79 – Sternstunden des Lebens 80
Ein Gespräch 82 – Seinfühlung 84
Seinserfahrung und die Dreieinheit des Seins 86
Drei Grunderfahrungen 90 – Dreierlei Selbstbewußtsein 93
Mächtigkeit, Weisheit, Güte 95
Die Kriterien echter Seinserfahrung 99
Transparenz 113

IV Der Weg

Seinserfahrung und Verwandlung 119 – Der initiatische Weg und die Mystik 122 – Sinn des Weges 124
Widerstand auf dem Weg 129 – Heroisches Leiden 133
Widerstand als Chance 137 – Annehmen des Dunklen 139
Angst vor dem Leben 141 – Der Schatten 143

V Das Exerzitium

Sinn der Übung 153 – Neues Bewußtsein 155
Übung und Gnade 159 – Wiederholung 162
Zweifacher Sinn jeder Handlung 165 – Geformte Durchlässigkeit 167 – Der Leib, der man ist 169
Dreierlei Leibgewissen 173 – Der Bezug des Menschen zum Oben und Unten, zur Welt und zu sich selbst 175
Reife und Unreife im Leib 183 – Hara 185
Die Grundübung 191 – Spannung – Entspannung 195
Vom Atem 197 – Yin – Yan 200 – Leibesübung als Exerzitium 203 – Überwindung der Berührungsscheu 208

VI Der Ruf nach dem Meister

Der Ruf nach dem Meister 215 – Psychotherapie und Führung auf dem Weg 217 – Meister – Schüler – Weg 223
Der Meister 225 – Der innere Meister 228
Der leibhaftige Meister 230 – Der Schüler 232

VII Meditation und Meditatives Leben

Der Sinn meditativer Übungen 237 – Meditation 242
Meditatives Leben 246 – Die fünf Stufen 248

VIII Felder der Bewährung

Der Alltag als Übung 253 – Mitmenschlichkeit 256
Altwerden 260 – Sterben und Tod 263

Epilog 268
Anhang 270

Spiritualität

Karlfried Graf Dürckheim
Meditieren – wozu und wie
Band 5156
Geheimnisse erfahren und sich als ganzer Mensch verwandeln. – Eines der reifsten und praktischsten Werke Karlfried Graf Dürckheims.

Alan Watts
Leben ist jetzt
Das Achtsamkeitsbuch
Band 5139
Die meisterhafte und spielerische Verbindung von westlichem Denken und östlicher Erfahrung: Alan Watts vermittelt souveräne Gelassenheit und die Einsicht, dass es vor allem auf den Moment ankommt.

Anand Nayak
Die innere Welt des Tantra
Eine Einführung
Band 5113
„Ich spüre, also bin ich" – Tantra ist mehr und anderes als eine sexuelle Praktik. Eine sachliche und präzise Einführung in Grundbegriffe und Meditationen, Atem- und Konzentrationsübungen.

Willigis Jäger
Die Welle ist das Meer
Mystische Spiritualität
Band 5046
Mystik, was ist das – ganz praktisch? Eine Sicht, die enge Grenzen sprengt und den tiefen Reichtum auch anderer religiöser Kulturen erschließt.

Willigis Jäger
Geh den inneren Weg
Texte der Achtsamkeit und Kontemplation
Band 4862
Willigis Jäger ist einer der bedeutendsten spirituellen Lehrer unserer Zeit: tief verwurzelt mit einem kontemplativen Christentum und vertraut mit dem radikalen Weg der östlichen Leere.

HERDER spektrum

Meister der Spiritualität

Martin Maier
Oscar Romero
Meister der Spiritualität
Band 5072
Oscar Romero verkörpert die Einheit von Mystik und Poltik. Sein Eintreten für die Armen, sein Engagement für Gerechtigkeit und Menschenwürde ging bis zum Einsatz seines eigenen Lebens.

Jörg Zink
Jesus
Meister der Spiritualität
Band 5065
Sein Leben, sein Sterben und der Glaube an sein Weiterleben haben Weltgeschichte gemacht und das Leben vieler Menschen radikal verändert.

Annemarie Schimmel
Rumi
Meister der Spiritualität
Band 5093
Eine hinreißende Einführung in Rumis Leben, seine geistig-kulturellen Hintergründe, seine poetische Mystik und seine spirituelle Welt.

Gregor Paul
Konfuzius
Meister der Spiritualität
Band 5069
Moralische Integrität, Menschlichkeit, glückliches und sinnvolles Leben: Eine Einführung in sein Leben und Antworten auf zeitlose Fragen.

Stefan Kiechle
Ignatius von Loyola
Meister der Spiritualität
Band 5068
Ein Leben, dessen spirituelle Kraft noch heute viele Menschen motiviert und sie zu Innehalten und Veränderung führt.

HERDER spektrum