

Norbert Lechleitner

*Casen
für die
Seele*

*100 überraschende
Weisheitsgeschichten,
die jeden Tag ein wenig
leichter machen*

HERDER 

FREIBURG · BASEL · WIEN

Inhalt

<i>I. Die Nahrung der Zunge</i>		25. Ko(s)misch	40
		26. Planung	41
		27. Bestimmung	42
1. Einseitige Ernährung	7		
2. Gottergeben	10		
3. Wiedergeburt	11	<i>II. Meine Wahrnehmung – mein Leben</i>	
4. Je nach Lage	12		
5. Therapie	13	28. Lektion	43
6. Jagdfieber	14	29. Ansichtssache	45
7. Unterscheiden	15	30. Wirklichkeit	47
8. Verlust	16	31. Beurteilung	48
9. Noch nicht	17	32. In deiner Hand	49
10. Service	19	33. Herausforderung	51
11. Glückssträhne	20	34. Vorsorglich	53
12. Stärke	21	35. Streitfrage	54
13. Blaublütig	22	36. Tradition	55
14. Wünsche	24	37. Samariter	56
15. Zeitmesser	25	38. Gewohnheit	57
16. Mutterglück	27	39. Standhaft	58
17. Reinigung	28	40. Billiger	60
18. Mund halten	29	41. Ver-Sucher	61
19. Pessimist und Optimist	31	42. Unvereinbarkeit	62
20. Realistisch	33	43. Nachricht	63
21. Timing	34	44. Halbe Kosten	64
22. Ursache	35	45. Löwen bändigen	65
23. Die Wahrheit hören	37	46. Hindernis	68
24. Visitenkarte	39	47. Symptome	70

48. Vertraulich	71	75. Selbstüberwindung	111
49. Geheimnis	73	76. Mehrwert	112
50. Belastung	74	77. Schrecklich	114
51. Wunsch	75	78. Windfänger	115
52. Wunderbar	77	79. Lehrmeister	116

80. Einsparung	118
81. Wirkliche Welt	119
82. Anpassen	120
83. Zukunft	121
84. Erleuchtung	122
85. Weg	124

III. Alltag der Brückenbauer

53. Veränderung	79
54. Möblierung	80
55. Einfach	81
56. Sorglos	82
57. Berechnung	83
58. Wertschätzung	84
59. Aussicht	85
60. Vergebung	87
61. Anlass	88
62. Hinweghelfen	89
63. Unaufhörlich	92
64. Erkennungszeichen	93
65. Zuwendung	95
66. Bescheiden	97
67. Verwandlung	98
68. Mit-Teilen	100
69. Anwesend	102
70. Erleichterung	104
71. Gutes sagen	106
72. Schweigegelübde	107
73. Leitplanken	109
74. Kennzeichnung	110

IV. Wege zum Tor

86. Wie überall	125
87. Stille	126
88. Gute Wünsche	127
89. Zielsicher	128
90. Weg damit	129
91. Wirklich arm	130
92. Das Tor	131
93. Weiterschenken	134
94. Großvater kommt	135
95. Meisterwerke	137
96. Das Werk	139
97. Tod	140
98. Blickwinkel	141
99. Verkündigung	142
100. Lebensspanne	143

Ein Wort zuvor

Geschichten sind ein uraltes Mittel, um die Herzen anzu-rühren. Geschichten helfen, das Leben zu entdecken, uns selbst und andere zu verstehen. Weisheitsgeschichten sind sprachliche Bilder, die komplizierte Verbindungen im Zusammenleben der Menschen, aber auch in der eigenen Seele einfach erklären. Sie sind Wegweiser und Entscheidungshilfen. Und weil sie oft humorvoll und überraschend sind, können sie Herz und Verstand wie Sonnenstrahlen erleuchten.

Schon in alten Zeiten wusste man um die Zauberkraft der Weisheitsgeschichten, denn sie können Menschen verwandeln: Sie brechen Verhärtungen auf, schenken neue Wahrnehmung, verändern Standpunkte, erhellen Stimmungen, fördern Gefühle, machen sensibel, können trösten, helfen weiter. Die ältesten Motive in diesem Buch entstammen der vorbuddhistischen Zeit Indiens. Andere Erzählmotive finden sich im alten China, in der Tradition des Zen-Buddhismus, im Judentum, in der orientalischen Erzähltradition, bei afrikanischen und indianischen Völkern. Die Geschichten in diesem Buch sind neu erzählt und dem heutigen Verständnis angeglichen. Wie es die erste Erzählung anschaulich darstellt: miteinander sprechen, erzählen, lachen, singen – angenehme Kommunikation – das ist die Nahrung der Zunge und unerlässlich für ein erfülltes Leben. In diesem Sinne sind Weisheitsgeschichten Lebensmittel für die Seele: Oasen.

Und dazwischen ist das eine und andere Stückchen „Schokolade“ zu finden, zur eigenen Freude und zum Verschenken an andere.

Norbert Lechleitner

I. Die Nahrung der Zunge



1 Einseitige Ernährung

Die Gattin des Sultans war unglücklich und mager. Obwohl sie in großem Wohlstand lebte und ihr alle Köstlichkeiten des Gaumens zur Verfügung standen, war sie verhärtet und hager. Der Sultan ließ ihr süße Feigen, delikate Trauben und herrliches Naschwerk bringen, aber was er ihr auch anbot, es machte seine Gattin nicht heiterer und nicht runder.

Wenn der Sultan vom Dachgarten seines Hauses auf das kümmerliche Grundstück seines Nachbarn schaute, sah er dort dessen wohlbeleibte und fröhliche Ehefrau die Wäsche aufhängen oder die Blumen gießen.

Er ließ den Nachbarn zu sich rufen und fragte ihn: „Wie kann es sein, dass deine Frau gut genährt aussieht, immer gute Laune hat und gesund ist, obwohl du ihr doch weder erlesene Speisen noch Honigwaffeln und Zuckermanteln bieten kannst? Verrate mir das Geheimnis ihres Wohlergehens, und ich will dich reich belohnen.“

„Es ist ganz einfach und keine besondere Sache“, erklärte lächelnd der Nachbar. „Ich gebe ihr die Speise der Zunge.“

Der Sultan war erstaunt, dass es so einfach sein sollte, das

Wohlbefinden seiner Frau zu fördern. Er belohnte den Nachbarn reichlich. Dann gab er dem Koch genaue Anweisungen.

Vom nächsten Tag an erhielt die Sultansgattin zu allen Mahlzeiten Zunge von jedem Tier, das auf dem Markt angeboten wurde in allen nur erdenklichen Variationen, gegrillt, gekocht, gedünstet, mit raffinierten Marinaden und köstlichen Saucen. Doch sie blieb dünn und traurig.

Der Sultan war darüber sehr ungehalten. War seine Frau krank? Die Ärzte konnten nichts finden. Hatte der Nachbar ihn betrogen? Dann sollte er die Folgen zu spüren kriegen.

Darum befahl der Sultan, dass die Frauen ihren Platz zu tauschen hätten: Die Nachbarsfrau wohne als neue Gattin ab sofort im Palast, und die ehemalige Sultansgattin lebe von nun an im Nachbarhaus.

Niemand hätte darauf wetten wollen, was dann geschah. Mit dem Einzug in den Sultanspalast wurde die neue Gattin von Tag zu Tag trauriger und zusehends dünner.

Im Haus des armen Nachbarn aber gewann die neue Frau allmählich ihr Lachen zurück, wurde immer fröhlicher von Gemüt und schöner von Gestalt. Jeden Abend, wenn ihr neuer Gatte von seiner Arbeit heimkehrte, erzählte er ihr von den Mühen des Tages, von den großen und kleinen Ereignissen, von den Missgeschicken und den Sonderlichkeiten der Menschen, die ihm begegnet waren. Er beklagte sich nie, sondern wusste auch schwierigen Sachverhalten noch eine heitere Sicht abzugewinnen, und er erzählte so lustig, dass seiner Frau die Tränen des Lachens über die Wangen liefen. Und wenn er nichts zu erzählen wusste, dann nahm er seine Laute von der Wand und spielte Lieder und Melodien, er sang dazu, und sie tanzte. So waren ihre Abende erfüllt von Heiterkeit und Musik, und obwohl sie nur wenig und einfaches Essen hatten, waren sie zufrieden und guter Dinge.

Während ihrer Tagesarbeit dachte die Nachbarsfrau an die heiteren Stunden, an ihre Gespräche und an die munteren Geschichten. Immer wieder kamen ihr während des Tages schöne Erinnerungen in den Sinn, oder sie summt eine Melodie vor sich hin, die ihr Mann gespielt hatte. Ihre Haut bekam einen sanften Schimmer, ihr Haar glänzte und ihre Augen leuchteten.

Eines Tages ging sie zum Markt und begegnete ihrem früheren Mann, dem Sultan. Der war von ihrer Anmut entzückt und wollte sie zurückhaben. Doch seine frühere Frau lehnte das Ansinnen rundweg ab und sagte: „Mit meinem neuen Ehemann geht es mir sehr viel besser als bei dir.“

„Aber was hat dir der arme Schlucker denn zu bieten, was du bei mir nicht besser haben könntest? Schließlich bin ich weit und breit der reichste und mächtigste Mann. Nun verrate mir schon das Geheimnis, was deine wunderbare Verwandlung herbeigeführt hat!“

Die Frau erzählte ihm, wie sie ihre Tage und Abende im Nachbarhaus verbrachte. Sie berichtete von den Schilderungen ihres Ehemanns, von Musik und Tanz. Und allmählich dämmerte es dem Sultan. Er verabschiedete sich von seiner ehemaligen Frau und ging nachdenklich seines Weges. Er begann zu verstehen, was sein Nachbar „Die Speise der Zunge“ nannte.

2 Gottergeben

Ein Mann hatte einige Kilo zuviel auf den Rippen. In einem Magazin hatte er gelesen, man könne sogar schon dadurch abnehmen, wenn man zum Beispiel einen anderen Weg nehmen würde als den, der einen ganz sicher bei seinem Lieblingsbäcker vorbeiführe. Ab sofort fuhr er in seinem Wagen allmorgendlich eine andere Strecke zur Arbeit und fuhr auch abends nicht bei seinem Bäcker vorbei. Das hielt er schon eine Weile durch, und die Kollegen lobten seine Standhaftigkeit.

Doch eines Morgens kam der Dicke mit einer prall gefüllten Einkaufstüte aus seiner Lieblingskonditorei zur Arbeit. Die Kollegen spotteten und zogen ihn mächtig auf, weil er wieder schwach geworden war. „Was heißt hier schwach geworden? Ich bin nicht schwach geworden, sondern habe nur den göttlichen Willen erfüllt“, ereiferte sich der Dicke.

„Wegen einer Straßensperrung musste ich zwangsläufig bei meinem Lieblingsbäcker vorbeifahren. Das war der erste Wink des Schicksals. Als ich im Stau langsam am Geschäft vorbeirollte, sah ich im Fenster diese prächtige Mokkatorte ausgestellt. Ich wollte standhaft bleiben. Also schickte ich einen Seufzer zum Himmel und betete: ‚Herr, du hast mich heute bis hierher geführt. Doch führe mich nicht in Versuchung. Aber nicht mein Wille, sondern dein Wille geschehe. Wenn ich hier einen Parkplatz finden sollte, dann nehme ich das als dein Zeichen.‘“

„Und – hat’s geklappt?“

„Ja. Ich fand direkt vor der Konditorei einen Parkplatz, als ich das neunte Mal um den Block gefahren war.“