

VORWORT

Das Bewusstsein der großen Einheit, die Überwindung von Dualitäten, Einssein in Achtsamkeit und Mitgefühl – diese Themen sind heute hoch aktuell und genießen einen hohen Rang in der Diskussion moderner westlicher Psychologie und Spiritualität.

Mein Freund Rainer Pervöltz greift das Thema von einer ungewohnten Seite auf. Er spricht von der „Köstlichkeit der Distanz“.

Damit meint er die Erleichterung, die sich einstellt, wenn ich entdecke, dass ich meinen Lebenssituationen, meinen Fantasien, Gefühlen, Gedanken nicht ausgeliefert bin. Ich bin nicht einfach eins mit ihnen, sondern habe die Möglichkeit, die Dinge, die mir widerfahren, als Zeuge wahrzunehmen und mich in eine gewisse Distanz zu begeben.

Das Bewusstsein, immer eine Wahl zu haben, tut gut. Und gleichermaßen ist Mann/Frau in jeder Situation verantwortlich, gleichgültig was ihr begegnet, gleichgültig, was ihm geschieht. Nie sind wir nur das Opfer einer Situation, immer kreieren wir die Welt auf diese oder jene Weise.

Rainer ist ein Meister darin, Spirituelles erfahrbar werden zu lassen, indem er Beziehungen herstellt – mitten in alltäglichen Situationen, im therapeutischen Kontakt.

Oft erzählt er uns Geschichten. Sie beginnen immer bei den Erfahrungen des einzelnen. Sie entspringen der gegenwärtigen Lebenssituation, wie sie jede und jeder erleben kann, wie auch der individuellen Biographie.

Im gegenwärtigen Moment spiegeln sie alle Hoffnungen und Ängste. Sie zeigen unsere Anhaftungen wie unser Begehren und offenbaren die tiefsten Momente unseres Geistes. Dabei wird in

diesem Buch immer wieder deutlich, wie gerade eine gewisse Distanz die Augen dafür öffnet, wie persönliche Lebensmuster Teil einer universellen, spirituellen Erfahrung sind, die auch immer das Potential von Entwicklung und Heilung enthält. Die Möglichkeit zur Distanz des „edlen Zeugen“ wird auf diese Weise zu etwas Köstlichem.

Rainer Pervöltz ist erfahrener Psychotherapeut seit vielen Jahren, aber er spricht nicht aus einer nur professionellen Rolle. Vielmehr findet er in seinem Buch eine Sprache, die aufscheinen lässt, was jenseits der Theorien und Pläne, jenseits von Vorstellungen und Konzepten liegt.

So erzählt Rainer in diesem Buch auch von sich selbst – vom Kunstwerk eines Therapeutenlebens, das eigentlich eine Unmöglichkeit in sich selbst darstellt. Denn es geht letztendlich nur darum, aufzuwachen aus lähmenden Gewohnheiten und langweiligen Vorstellungen von dem, was Leben ist.

Das Wesentliche liegt in diesem Buch jenseits der Zeilen, der Worte, das Wesentliche liegt für Rainer selbst immer in dem, was uns überrascht. Es findet sich jenseits von mehr oder weniger erfüllten Rollenmodellen, seien diese auch noch so „anmutig“ wie Lehrer, Freund, Psychotherapeut, spiritueller Begleiter oder Nachbar.

Mögen Sie sich überraschen lassen beim Lesen dieses Buches und die Köstlichkeit einer Distanz erleben, die Ihnen die Wahl lässt, berührt zu sein, sich zu verschließen, zu weinen wie auch zu lachen. Es ist eine Wahl, die vielleicht gar keiner Entscheidung bedarf: die Wahl, sich selbst zu finden und sich einzufügen in den umfassenden Prozess alles Lebendigen.

Freiburg, 21. Mai 2009

Ingo Benjamin Jahrsetz