

Karlfried Graf Dürckheim

# Vom doppelten Ursprung des Menschen

Als Verheißung, Erfahrung, Auftrag

Herderbücherei

# Inhalt

Das Thema . . . . .	11
---------------------	----

## 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
Das erstarrte Ich-Gehäuse 63 - Der Mensch ohne Ich-Gehäuse 66 - Der Harmoniker 69	
Mündigkeit . . . . .	71

### III

#### SEINSERFÄHRUNGEN

Die Forderung. . . . .	79
Sternstunden des Lebens . . . . .	80
Ein Gespräch. . . . .	82
Seinsföhlung. . . . .	84
Seinserfahrung und die Dreieinheit des Seins. . . . .	86
Drei Grunderfahrungen . . . . .	90
Dreierlei Selbstbewußtsein . . . . .	93
Mächtigkeit, Weisheit, Güte. . . . .	95
Die Kriterien echter Seinserföhrung. . . . .	99
Die Qualität des Numinosen 99 - Die Strahlung 102 - Die Verwand- lung 107 - Die Geburt eines neuen Gewissens 110 - Das Auftauchen des Widersachers 111	
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-Yang . . . . .	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