

Sabine Hertweck

Das Momo-Prinzip

„Geh doch zu Momo!“ oder:
Aufbruch in eine bessere Welt

Mit Aquarellen von Simone Zachmann



Sabine Hertweck

Das Momo-Prinzip

„Geh doch zu Momo!“ oder:
Aufbruch in eine bessere Welt

Mit Aquarellen
von Simone Zachmann

opus magnum



Dr. phil. Sabine Hertweck
Jahrgang 1967, verheiratet, zwei
Kinder, Dozentin am Staatlichen
Seminar für Didaktik und
Lehrerbildung in Karlsruhe, Autorin
mit den Themenschwerpunkten
Literatur, Musik, Psychologie und
Persönlichkeitsentwicklung

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über www.dnb.dnb.de abrufbar
Alle Rechte vorbehalten.

© 2013 by *opus magnum*, Stuttgart (www.opus-magnum.de)

Version 1.02

Umschlaggestaltung, Grafik und Layout:

Simone Zachmann, Dr. Lutz Müller

Herstellung: Book on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 13: 978-3-939322-84-9

Inhalt

Vorwort.....	7
Einleitung	9
1. Sei ganz einfach du selbst	17
2. Bewahre dir dein inneres Kind	23
3. Lass dir Zeit und sei im Augenblick deines Lebens verwurzelt	29
4. Übe dich im Zuhören	35
5. Begegne anderen Menschen offen, freundlich und gütig	41
6. Erfülle deine alltäglichen Aufgaben achtsam und gut.....	49
7. Sei dir selbst treu und lass dich nicht zu Zwecken verwenden, die du nicht willst.....	55
8. Vertraue dem natürlichen Rhythmus des Lebens	63
9. Sei dir deiner kosmischen Verbundenheit bewusst	69
10. Dankbarkeit	75
Nachwort	81



Einleitung

*Denn so, wie ihr Augen habt,
um das Licht zu sehen,
und Ohren, um Klänge zu hören,
so habt ihr ein Herz,
um damit die Zeit wahrzunehmen.
Und alle Zeit, die nicht mit dem Herzen
wahrgenommen wird, ist so verloren
wie die Farben des Regenbogens für einen Blinden
oder das Lied eines Vogels für einen Tauben.
(Meister Hora an Momo, S. 176)*

Unsere moderne Welt ist immer komplexer geworden. Einhergehend mit dieser Komplexität ist es nur noch partiell möglich, die Welt zu verstehen. Um in unserer Welt bestehen zu können, sind Informationen und Wissen natürlich nötig. Aber das allein genügt nicht. Es ist noch etwas anderes, was sehr bedeutsam ist, um sich in dieser Welt zurechtzufinden, nämlich, die Weisheit unseres Herzens und die Liebe zum Leben bewusster in unsere täglichen Aktivitäten und Entscheidungsprozesse zu integrieren.

Dabei gilt es, das Vertrauen in uns, unsere Fähigkeiten und Begabungen und vor allem unsere innere Stimme in den Mittelpunkt unseres Seins zu stellen und nicht nur aus den Anforderungen unserer leistungsorientierten, materiell-geprägten und gehetzten Welt heraus zu funktionieren.

Dazu gehört auch, uns selbst besser kennen zu lernen. Wer bin ich wirklich, ohne dass ich irgendeine Rolle spiele? Was macht mich so einmalig und unterscheidet mich von anderen? Denn, Hand aufs Herz, wir sprechen immer von Individualität, aber wo ist sie denn wirklich? Und an dieser Stelle ist nicht das egoistisch-zentrierte, narzisstisch übertriebene Gehabe mit der eigenen Person gemeint, die nur sich sieht, sondern der Fokus auf einen Such- und Findungsprozess, der uns als Menschen, jeden einzelnen, mit seinen Fähigkeiten, Begabungen, Sehnsüchten und Unvollkommenheiten, die auch Teil von uns sind, als Ganzes in sich aufnimmt. Kann man nicht das Öfteren den Eindruck bekommen, dass unsere Welt immer eiförmiger wird, sich viele gar nicht mehr trauen, ihre Individualität hervorzuheben, sondern sich anpassen, um nicht (negativ) aufzufallen, um nicht aus dem allgemein erwarteten Bild zu fallen? Wo gibt es denn heute diese einmaligen prägenden Persönlichkeiten, die unser Leben facettenreicher gestalten? Wir leben in einer Zeit der Krise der Persönlichkeit. Das muss sich wieder ändern.

Jeder von uns sollte sich seiner besonderen Eigenart, seiner Fähigkeiten und Stärken bewusst sein und wissen, dass jeder, wirklich jeder Mensch spezielle Qualitäten hat. Diese herauszufinden und zu überlegen, wie diese zur Geltung kommen und für die Gemeinschaft nutzbar gemacht werden können, ist eine erfüllende Aufgabe.

Um sich so zu erforschen, dazu bedarf es Zeit und Muße, Geduld und Ruhe. Und es braucht einigen



Mut, sich auf diesen Prozess der Neuorientierung einzulassen, den vielfältigen täglichen Verführungen zu widerstehen und nicht im Mainstream der Zeit mit seiner Oberflächlichkeit und Hetze mitzuschwimmen.

Wenn wir uns auf diesen Weg zu einer tieferen Bewusstheit begeben, wird uns auch die Endlichkeit und Kostbarkeit unseres Seins bewusster. Damit verschiebt sich die Wertigkeit unseres Lebens. Das Hier und Jetzt wird uns wichtig. Darauf kommt es an.

Kennen Sie Michael Endes Märchenroman „Momo“? Wenn ja, dann sollten Sie das Buch noch einmal ganz bewusst lesen. Wenn noch nicht, dann müssen Sie Momos Geschichte unbedingt kennenlernen: Die Geschichte von dem zauberhaften Mädchen, das den Menschen ihre von den grauen Herren gestohlene Zeit wiederbringt, ihnen ihr Leben wieder wertvoll macht und mit Sinn erfüllt.

Die Erzählung von Momo, die ja fast eher eine Weisheitsgeschichte für Erwachsene ist und in ihrer aktuellen Brisanz und gesellschaftlichen Relevanz von Kindern noch kaum verstanden werden kann, hat für mich einen besonderen Status. Ich meine, mit ihr sollten sich viele Menschen auseinandersetzen, denn in ihr finden sich essenzielle Weisheiten, die unsere heutige Welt dringend benötigt.

Diese Weisheiten sind nicht neu, im Gegenteil, eigentlich uralte, haben ihren Niederschlag in unzähligen Werken der Religionen, der Weltliteratur, der Dichtkunst, der Philosophie, den Märchen und Mythen und in sprichwörtlichen Redensarten gefunden. Wahrscheinlich haben uns auch unsere Großeltern

und Eltern einige von ihnen auf ihre persönliche Weise vermittelt. Wir brauchen das Rad eigentlich nicht neu erfinden. Oft wäre es nur nötig, ein wenig zurückzublicken auf das, was von früheren Generationen bereits erkannt und gelebt wurde.

Dennoch scheint es, als hätten wir heute das Wissen um die – fast möchte ich sagen – ewigen Lebensweisheiten verloren oder als würden wir sie nicht mehr recht ernst nehmen können. Das ist ein großer Verlust. Umso dankbarer können wir sein, dass Michael Ende uns diese tiefgründige Geschichte mit Parabelcharakter geschenkt hat und uns daran erinnert, worauf es wirklich ankommt in unserem Leben.

Michael Endes Roman hat letztlich auch einen religiös-spirituellen Charakter, wobei die entsprechenden Anspielungen nur sehr vorsichtig und behutsam gemacht werden. Bezüge aber zu anderen göttlichen Kindern und Gestalten, von denen Mythen und Religionen erzählen, sind deutlich. Beispiele dafür sind der Zeitlosigkeits- und Ewigkeitscharakter, den Momo ausstrahlt oder dass Beppo Straßenkehrer das Gefühl hat, ihr schon viel früher einmal, in fernen Zeiten, begegnet zu sein. Oder dass Momo in die Nacht hinauslauscht und eine Art kosmischer Musik hört und in solchen Nächten besonders schöne Träume hat, ist ein Indiz. Auch hat sie als Einzige einen Zugang zu Meister Hora, den man als einen Aspekt ihres inneren Selbst ansehen kann. Als sie bei Meister Hora dem ewigen Wandel der Stundenblumen, dem Fließen, Werden und Vergehen der Zeit folgt, fühlt sie sich vom Universum angeschaut und gemeint. Das



zeigt, wie tief Momos Bezug zur Einheitswirklichkeit ist. Zudem: Der Name „Momo“ (japanisch: Pfirsich) erinnert nicht nur an das Wort „Moment“ (insbesondere wenn französisch ausgesprochen), sondern lässt auch die „Urlaute“ „Mama“ oder von rückwärts gelesen „Om-Om“, die heilige Silbe der indischen Spiritualität anklingen.

Diese religiösen Aspekte des Romans werden besonders in den letzten Kapiteln acht bis zehn zum Ausdruck gebracht.

Die Herrschaft der grauen Herren, die Michael Ende in seinem Roman bereits 1973 beschreibt, ist leider bittere Realität geworden. Eine ständig zunehmende Zeit-ist-Geld-Mentalität, die fortwährende Effizienzerhöhung, Durchrationalisierung aller Lebensbereiche mit dem Ziel der Leistungssteigerung und Gewinnmaximierung und der Materialismus mit seinen Besitz- und Statuswerten bestimmen unser Leben. Nur wer Kapital hat, ist „etwas“, ist „jemand“. Dabei spielt es immer weniger eine Rolle, wie und wofür das Geld erarbeitet wird, Hauptsache, es ist da. So rennt, und rackert (fast) jeder, um dieses vermeintliche Ideal zu erreichen.

Diese Lebensart hat jedoch weitreichende Konsequenzen. Unser Herz leidet, unsere Seele geht verloren. Die Qualität unserer Beziehungen zu unseren Mitmenschen wird oberflächlicher. Es ist keine Zeit mehr vorhanden für Tiefgründigkeit und Humanität, und wenn, so ist diese meist aufgesetzt und unecht, ohne wirkliche Herzlichkeit, vom Verstand gesteuert und berechnend. Die Zeit ist zum Luxus in

unserer Welt geworden und mit ihr auch die Muße, die noch vorhandene Zeit sinnvoll zu leben, sich von seinem Herzen leiten zu lassen.

Aber es gibt Wege, die aus dem Dilemma herausführen, die Licht in den Tunnel bringen und uns aus dem Labyrinth der Zwänge, Manipulationen und Fremdbeherrschung befreien. Folgen wir dem Momo-Prinzip in eine bessere Welt, in der sich jeder wohl und angenommen fühlt, seiner Einzigartigkeit bewusst. Brechen wir auf in Momos Welt, bevor es zu spät ist. Gleich jetzt!

Das Momo-Prinzip ist eine Sammlung von zehn Weisheiten aus Michael Endes „Momo“, die als Wegbegleiter in eine bessere Welt dienen können. Es sind ganz einfache Lebenswahrheiten, aber gerade durch und in ihrer Einfachheit und Klarheit bestechen und überzeugen sie. Denn es ist oft das Einfache, was wir benötigen, um unser Leben wieder reicher zu gestalten. Leider ist der Blick dahin häufig verstellt oder Einfachheit wird mit Beschränktheit verwechselt oder mit Dummheit gleichgesetzt. Diese Irrtümer möchte dieses Büchlein aufklären helfen: Es ist sehr oft das Einfache und uns unmittelbar Gegebene, das uns in der fehlenden Orientierung unserer Zeit wieder Richtung gibt.

Der Aufbau dieser Sammlung ist leicht verständlich und erschließt sich dem Leser durch die einheitliche Gestaltung. Auch sind die einzelnen Weisheiten des Momo-Prinzips miteinander verbunden, sie ergänzen und erweitern sich gegenseitig. Sie alle weisen uns darauf hin, wie einzigartig und kostbar unser Leben ist.



Zu den einzelnen Lebensweisheiten erfolgt eine kurze Kontextierung, die diese Weisheit in einen Zusammenhang zur Lektüre von „Momo“ stellt. Im Anschluss daran wird ein Impuls zur Reflexion gegeben, der mit dem Vorschlag für eine Übung, diese Weisheit in den Alltag zu integrieren, abgerundet wird. Damit dieses Büchlein auch als Arbeitsbuch verwendet werden kann, das den Leser im Prozess des persönlichen Wachsens täglich begleitet, ist zu jeder Lebenswahrheit auch ein wenig Platz für persönliche Notizen gelassen.



1.

Sei ganz einfach du selbst

*Und wenn jemand meinte,
sein Leben sei ganz verfehlt und bedeutungslos
und er selbst nur irgendeiner unter Millionen,
einer, auf den es überhaupt nicht ankommt
und der ebenso schnell ersetzt werden
kann wie ein kaputter Topf –
und er ging hin
und erzählte alles das der kleinen Momo,
dann wurde ihm, noch während er redete,
auf geheimnisvolle Weise klar,
dass er sich gründlich irrte,
dass es ihn, genauso wie er war,
unter allen Menschen nur ein einziges Mal
gab und dass er deshalb auf seine besondere Weise
für die Welt wichtig war.
(Momo, S. 16)*

Dies ist der Schlüssel, der uns den Zugang zu allen anderen Weisheiten, die uns von Momo vermittelt werden, eröffnet: Sei ganz einfach du selbst. Nimm dich an, wie du bist. Je weiter und tiefer du dich selbst liebevoll annehmen kannst, desto mehr kannst du auch andere Menschen liebevoll annehmen, desto leichter und schöner wird dein Leben.

Erläuterung

Momo ist ein acht- bis zwölfjähriges Mädchen, das seine Eltern nicht kennt, einem Waisenhaus entlaufen ist und jetzt Zuflucht in einem alten kleinen Amphitheater am Rande einer großen Stadt gefunden hat. Sie hat eigentlich keine besonderen Kräfte oder Fähigkeiten, sie kann nicht einmal lesen und schreiben. Was sie aber kann: Sie ist ganz einfach sie selbst und ganz einfach nur da, wo sie ist. Sie hat Zeit, Zeit, um mit ihren Freunden zu spielen oder ihren Geschichten zu lauschen. Sie ist ganz bei sich und bei den Menschen und in der jeweiligen Situation. Sie ist präsent, nicht in der Vergangenheit verhaftet oder ängstlich mit der Zukunft beschäftigt.

Momo kann so präsent und einfach sie selbst sein, weil sie nicht im Konflikt mit sich steht. Sie muss niemandem etwas beweisen, muss nicht besser oder anders sein, muss nicht dauernd über sich und ihre Fehler nachdenken. Sie ist in ganz tiefer Weise mit sich selbst in Übereinstimmung und in Frieden.

Momo scheint – trotz vieler möglicher Kindheitsbelastungen – mit einem tiefen Ur-Vertrauen beschenkt zu sein: ein Ur-Vertrauen darauf, dass das Leben es gut mit ihr meint, dass sie vom Leben gewollt und geliebt wird und dass sie damit ein selbstverständliches Recht hat, da zu sein ohne Angst, Schuld oder Scham.

Und da ist noch etwas ganz Entscheidendes: Sie hat offenbar einen unmittelbaren Zugang zu dem, was in den verschiedenen religiösen Traditionen als wahres



Wesen, die Mitte, der Ursprung, das Herz, Licht, Liebe, göttliches Zentrum oder transpersonales Selbst genannt wird. Dies wird im neunten Kapitel noch etwas ausführlicher beschrieben. Momo lebt wie selbstverständlich aus ihrem innersten Wesen heraus – wie es auch manche Kinder können, wenn sie gesund sind, mit liebevollen Bezugspersonen und in einer friedlichen Umwelt aufwachsen dürfen.

Dieser unmittelbare Zugang zu ihrem Wesen ist ihr selbst gar nicht recht bewusst, einfach, weil er bei ihr so selbstverständlich ist und sie gar nicht auf die Idee käme, dass andere Menschen nicht genauso selbstverständlich daraus leben.

Momos Ur-Vertrauen und ihre innige Verbundenheit mit der Schöpfung geben ihr aber die Kraft, den Kampf gegen die grauen Herren aufzunehmen. Ein solches Ur-Vertrauen gibt Momo auch an andere Menschen weiter. Sie gibt den Menschen in ihrer Umgebung damit den Halt und den Mut, den sie brauchen, um ihr verborgenes Selbst zu entdecken und zu entfalten.

Reflexion

Ähnlich einer Lotosblüte, die sich aus dem Schlamm hervorhebt und sich dann zu einer reinen und wunderschönen Pflanze entwickelt, ziehen die Menschen ein neues Selbst-Bewusstsein aus der Tatsache heraus, dass sie sich angenommen, geborgen und in ihrem Wesen bestätigt fühlen. Dazu bedarf es allerdings ei-

niger Zeit und einer ganz besonderen Einstellung zum anderen, die von Achtung, Respekt und Wertschätzung geprägt ist. Es bedarf einer Einstellung, die unbelastet ist von Vor-Urteilen, offen für das Hier und Jetzt, wie es sich gerade zeigt, einer Einstellung, in der eine menschliche, authentische Begegnung von „Herz zu Herz“ möglich wird. Zu einer solchen Art von Offenheit und Direktheit sind Kinder oft fähig. Auch unser eigenes inneres Kind ist dazu in der Lage.

Übungsvorschlag

Zieh dich an einen stillen Ort, an dem du dich geborgen, wohlfühlst, zurück. Geh in dich und betrachte dich so, als wolltest du dich (neu) kennenlernen. Was kennzeichnet dich? Was macht dich als Persönlichkeit aus? Betrachte dich wertfrei, und sei gut mit dir, so wie du bist. Lass alle An-Spannung fallen und stell dir vor, wie du geborgen als Fötus im Mutterleib liegst, beschützt und unangreifbar. Genieße diesen wunderbaren Moment. Versuche jeden Menschen, der dir begegnet, in seiner Besonderheit und Einzigartigkeit wahrzunehmen. Überlege dir, worin diese Einzigartigkeit besteht und versuche, den Menschen so anzunehmen, wie er ist, bedingungslos.



2.

Bewahre dir dein inneres Kind

*Aber die Kinder kamen noch aus einem anderen
Grund so gern in das alte Amphitheater.
Seit Momo da war,
konnten sie so gut spielen wie nie zuvor.
Es gab einfach keine langweiligen
Augenblicke mehr.
Das war nicht etwa deshalb so,
weil Momo so gute Vorschläge machte.
Nein, Momo war nur einfach da und spielte mit.
Und eben dadurch – man weiß nicht wie – kamen
den Kindern selbst die besten Ideen.
(Momo, S. 23)*

Bewahre dir die Ursprünglichkeit, Offenheit, Spontaneität und Lebensfreude deines inneren Kindes. Vergiss deine Fantasien, Sehnsüchte und Träume nicht und lass dir viel Raum für Spiel und Kreativität. Aber verliere dich nicht in deinen Träumen, versuche auch, sie zu leben. Erkenne dabei die äußere Realität an, die ihre eigenen Gesetzmäßigkeiten und Erfordernisse hat.



Erläuterung

Momo symbolisiert unter anderem auch das Kindliche in uns, das wir immer in uns tragen, aber oft nicht mehr leben lassen. Auch Gigi, dem Fremdenführer, ist es gelungen, sein inneres Kind lebendig zu halten. Er hat eine unglaubliche Fantasie und versteht es damit, Menschen zu begeistern, sie aus dem Alltag heraus in andere Welten zu führen.

Reflexion

Es sind gerade auch die kindlichen Eigenschaften, die uns lebendig sein, das Wunder des Daseins erkennen und uns die Welt mit dem nötigen Ur-Vertrauen wahrnehmen lassen.

Wenn wir es uns erlauben, wie ein Kind zu sein, dann dürfen wir über uns und die Welt mit großen Augen staunen, haben keine Scheu vor Neuem und Ungewissem, können mit allem Möglichen experimentieren und dabei dauernd Fehler machen, können uns mit Begeisterung und Faszination in alles Mögliche hineinversenken und dabei die Zeit und Umgebung um uns herum völlig vergessen.

Wenn wir wie ein Kind sind, dürfen wir unser wirkliches Wesen offenbaren. Dazu gehören natürlich auch Angst und Scham, uns zu entblößen, nackt wie ein Kind bei der Geburt da zu stehen. Aber bedarf es nicht gerade dieser Symbolik, um frei zu werden? Bedarf es nicht dessen, um zum Ursprung des Lebens



zurückzukehren, um das Wunder des Lebens mit uns als Bestandteil des Universums wahrzunehmen oder zumindest zu erahnen?

Liebes- oder echte Freundschaftsbeziehungen gelingen nur wirklich, wenn keine Maskerade im Spiel ist, wenn wir unser inneres Kind, unser wahres Selbst mit allen Facetten, auch mit unseren Fehlern, Schwächen und Schattenseiten zulassen und zum Ausdruck bringen können.

„Werdet wie die Kinder, dann werdet ihr den Himmel schauen“ heißt eine Prophezeiung aus der Bibel (Mt 18,3). Aber welch ein Spagat ist das zwischen den Anforderungen, die an uns als „vernünftige Erwachsene“ gestellt werden und der Offenheit, Emotionalität, Spontanität und Unangepasstheit unseres inneren Kindes! Diese Seiten stets aufs Neue auszubalancieren ist eine wunderbare Herausforderung für jeden neuen Tag.

Übungsvorschlag

Erinnere dich mehrmals am Tag an dein inneres Kind und frage dich, wie es ihm gerade geht. Was fühlt es, was denkt es, welche Wünsche und Bedürfnisse hat es, was würde es jetzt am liebsten tun? Höre ihm gut zu und nimm es ernst. Es verkörpert deine ursprüngliche Lebensenergie. Wenn es vielleicht jetzt auch gerade nicht möglich ist, dem Kind in dir direkt zu folgen und das zu tun, was es möchte, so kannst du ihm wenigstens ein wenig Zeit schenken, es in deiner Fantasie zu tun.

Lass Dir immer wieder einmal Zeit, die vielen Kleinigkeiten und Alltäglichkeiten, die dir begegnen, gut zu beobachten. Schau dir ein Tier oder eine Blume oder etwas anderes an und verweile dabei, ohne irgendetwas damit machen zu müssen. Lass es einfach so sein und wirken, wie es ist. Gib deiner Freude über deine Wahrnehmung Raum. Lass deine Begeisterung oder dein Staunen zu. Genieße diesen freien offenen Zustand.





9. Sei dir deiner kosmischen Verbundenheit bewusst

*Die ganze Welt bis hinaus zu den fernsten Sternen
war ihr zugewandt wie ein einziges,
unausdenkbar großes Gesicht,
das sie anblickte und zu ihr redete!*
(Momo, S. 182)

Alles was wir sind, verdanken wir der Erde und ihren Elementen, der Sonne und dem Universum. Wir alle sind Kinder des unendlichen Weltalls. Erde, Sonne, Mond und die Sterne sind unsere wahren Eltern. Von ihnen kommt das energiegeladene, pulsierende Leben in uns. Diese einfache Einsicht gibt unserer Existenz Bedeutung, Sinn und wirkliche Größe.

Erläuterung

Michael Endes Buch ist auch – vielleicht sogar vor allem – ein religiöses, spirituelles Buch. Das wird manchmal nicht recht bemerkt, weil man nur an die höchst brisante Zeit-Geld-Thematik denkt, die im Mittelpunkt des Buches zu stehen scheint. Aber an verschiedenen Stellen wird deutlich, dass Momo einen sehr direkten Zugang zu ihrem tieferen oder höheren Selbst hat. Vermutlich ist es eben dieser Zu-



gang, durch den sie ihre ganz besondere Wirkung auf die Menschen ausübt, so dass sie in ihrer Gegenwart zu sich selber finden, selbstbewusst, lebensfroh und kreativ werden. Durch den direkten Selbstbezug Momo spüren auch andere Menschen etwas von ihrer eigenen Tiefe, Besonderheit und Zeitlosigkeit.

Beppo Straßenkehrer z. B. hat, als die Welt für ihn eigentümlich durchsichtig geworden ist, den Eindruck, dass er und Momo schon viel früher einmal zusammen gewesen sind. Er glaubt Momo aus längst vergangenen Zeiten wiedererkannt zu haben. Er meint sich zu erinnern, dass sie beide damals am Bau der Stadtmauer der alten Stadt beteiligt gewesen wären und Steine dort in Form eines „T“ hineingemauert hätten. Das Taukreuz ist ein uraltes Symbol, das uns natürlich an die Ursprünge des Christentums denken lässt. Es ist auch ein Ganzheitssymbol, es verbindet die Gegensätze miteinander, z. B. die horizontale Ebene mit der vertikalen, das Materielle und Weltliche mit dem Geistigen und Spirituellen. Im Orient bedeutet es auch die Vollendung.

Momos anderer Freund, Gigi Fremdenführer, wird durch sie zu einem Märchen von einem unsterblichen Liebespaar inspiriert.

Die kosmische Tiefe ihres Wesens, die schon in dem Kinderlied auf der ersten Seite des Romans angedeutet wird, wird Momo aber unmittelbar in der Begegnung mit Meister Hora vor Augen geführt. Als sie in der Stille von ihm zu dem Ort geführt wird, von dem alle Zeit kommt, erfährt sie nicht nur den ewigen Rhythmus, das Werden und Vergehen, das

Sterben und die Wiedergeburt des Lebens, sie hört nicht nur die Worte und den Gesang der Sterne und Sphären, sondern sie erlebt, dass *sie* gemeint ist. „Und auf einmal begriff Momo, dass alle diese Worte an sie gerichtet waren. Die ganze Welt bis hinauf zu den fernsten Sternen war ihr zugewandt wie ein einziges, unausdenkbar großes Gesicht, das sie anblickte und zu ihr redete! Und es überkam sie etwas, das größer war als Angst.“ (S. 182 f.)

Was kann größer sein als die vielen Ängste und Sorgen, die wir dauernd in uns tragen und die unser Leben schwer machen und einengen? Ein „heiliges“ Erschauern vor der Unfasslichkeit und Großartigkeit unserer Existenz und dass auch wir gemeint sein könnten, dass das Universum auf uns und unsere Antwort wartet!

Dies einmal wirklich in seiner ganzen Tiefe zu erfahren, wäre sicher eine Sternstunde für jeden Menschen. „Was ist [...] eine Sternstunde?“, fragte Momo. „Nun, es gibt manchmal im Lauf der Welt besondere Augenblicke“, erklärte Meister Hora, „wo es sich ergibt, dass alle Dinge und Wesen, bis zu den fernsten Sternen hinauf, in ganz einmaliger Weise zusammenwirken, so dass etwas geschehen kann, was weder vorher noch nachher je möglich wäre. Leider verstehen die Menschen sich im allgemeinen nicht darauf, sie zu nützen, und so gehen die Sternstunden oft unbemerkt vorüber. Aber wenn es jemand gibt, der sie erkennt, dann geschehen große Dinge auf der Welt.“ (S. 162)

Momos Auftauchen in dem Amphitheater und ihr späteres heilsames Wirken war so eine Sternstunde.



Nach ihrem Sieg über die Macht der Zeit-Diebe kehrt die „aufgetaute“ Zeit in die Herzen ihrer rechtmäßigen Eigentümer zurück. Es setzt ein warmer Frühlingssturm aus Blumen und lauter befreiter Zeit ein, der Momo aufhebt, über die Erde trägt und wie ein übermütiger Tanz nach einer herrlichen Musik ist. Und als Momo zu ihren Freunden zurückgekehrt ist, feiern sie zusammen ein vergnügtes Fest bis tief in die Nacht, „bis die alten Sterne am Himmel standen“. (S. 297)

Schließlich stellt sich Momo in die Mitte des freien runden Platzes, sie denkt an die Stimmen der Sterne und an die Stunden-Blumen und beginnt zu singen... Sicherlich singt sie vom Wunder des Daseins und unser aller Hoffnung und Sehnsucht, im Einklang mit dem Größeren, mit der Natur, unseren Mitmenschen und uns selbst zu leben.

Reflexion

Ein Blick auf die unermessliche Weite des Universums und auf die Endlichkeit unseres Lebens könnte uns sofort deutlich machen, wie relativ vieles von dem ist, was uns belastet und worauf es eigentlich wirklich ankommt: Dieses Wunder des Lebens, an dem wir teilhaben, mit aller Begeisterung und Dankbarkeit, mit allen unseren Sinnen und Fähigkeiten zu feiern und unseren Beitrag dazu zu leisten, dass der erstaunliche Prozess der Evolution in Freiheit und Liebe gefördert und das Leiden aller Mitlebewesen gemindert wird.

Übungsvorschlag

Führe dir immer wieder einmal, wenn du etwas Zeit hast, deine Situation aus der Perspektive des Universums vor Augen. Stell dir vor, wie du dich hier auf der Erde befindest, wie unendlich lange es gedauert hat, dass sich das Leben und ein solch wunderbares Instrument wie dein Körper auf dieser Erde entwickelt haben, wie besonders es ist, dass gerade du hier auf diese Erde gekommen bist und frage dich, was könnte denn dein positiver Beitrag für die Evolution sein? Wie könntest du ihr am besten dienen? Wie könnte das Universum *dich* meinen und was könntest nur *du* an dem Ort, an dem du dich befindest, tun, damit die Welt ein besserer und schönerer Ort wird?

Persönliche Notizen



opus magnum

Wenn Ihnen dieses Büchlein Freude gemacht hat, werden Ihnen sicher auch die folgenden Werke aus unserem Verlag (www.opus-magnum.de) gefallen:

Lutz Müller: Trotzdem ist die Welt ein Rosengarten – Zum Glück des Seins erwachen und das Wunder des Lebens feiern. 244 S., € 16,90; ISBN 78-3939322535

Wir selber sind das Wunder, das wir immer gesucht haben! Die Einsicht, dass wir bereits hier, in diesem Augenblick, so wie wir gerade sind, unmittelbar Anteil haben an einem der unfassbarsten Ereignisse, das sich denken lässt, vermag dem Leben Glanz, ungeahnte Fülle und tiefen Sinn zu vermitteln.

Ein Stern kommt auf die Erde: Die spirituelle Symbolik von Weihnachten. Herausgegeben von Lutz Müller und Anette Müller, 204 S., € 19,90; ISBN 78-3939322078

Renommierte Psychotherapeuten umkreisen in diesem Buch vom christlichen wie vom symbolischen Standpunkt aus das Mysterium der Menschwerdung des Göttlichen und geben dem Weihnachtsfest eine zeitgemäße Deutung. Es geht ihnen dabei um die Bewusstwerdung und Feier des inneren Selbst und des Göttlichen Kindes in jedem Menschen.

Lutz Müller: Suche nach dem Zauberwort. Selbst-Verwirklichung und schöpferisches Leben. Dargestellt an Michael Endes „Die unendliche Geschichte“. 288 S., € 19,90; ISBN 78-3939322887

Wer im Kontakt mit seinem Selbst lebt, seinen „Wahren Willen“ gefunden hat und weiß, wer er wirklich ist und was er wirklich will, dem erschließen sich schöpferische Kräfte und dem erscheint die Welt in einem neuen Licht der Liebe und Freiheit, denn „die Welt hebt an zu singen, triffst du nur das Zauberwort.“



Das Momo-Prinzip ist eine Sammlung von zehn einfachen Weisheiten aus Michael Endes Märchenroman „Momo“, die als Wegbegleiter zur Meditation und Selbsterfahrung dienen können. Sie alle weisen uns darauf hin, wie einzigartig und kostbar das Leben jedes einzelnen Menschen ist.

Unter anderem werden folgende Themen behandelt und mit kleinen alltäglichen Übungen verbunden:

Sei ganz einfach du selbst – Bewahre dir dein inneres Kind – Lass dir Zeit und sei im Augenblick deines Lebens verwurzelt – Sei dir deiner kosmischen Verbundenheit bewusst – Dankbarkeit.

ISBN 978-3-95612-000-8



9

783956

120008