

12 Levels Kurzfassung

© fru.ch 2023



In 12 Levels gelingt Fru eine Synthese von christlicher Mystik und Zen. Die Bibel und die kritische Auseinandersetzung damit haben ihn sein ganzes Leben lang begleitet, genauso wie die Mystik, das „Tao-Te-King“ und die Zen-Geschichte von Ochs und Hirt. Sowohl der Mystiker Johannes vom Kreuz wie auch die Zen Geschichte beschreiben 10 Stufen im menschlichen Dasein. Sie können als allgemeingültige Entwicklungsphasen in jedem menschlichen Leben oder als Stufen zur Spiritualität angesehen werden.

Prolog: Lebensmitte

Je erfolgreicher wir sind, umso mehr sind wir davon überzeugt, dass der Erfolg unser Verdienst ist. Einige Menschen überdenken in der Lebensmitte diesen Ansatz und stürzen dabei in eine Krise. Dante beschreibt es als Irrweg in einem dunklen Wald.

1. Krankheit

Die Ochsen Geschichte beschreibt es als Zustand der Erschöpfung und Orientierungslosigkeit. Johannes vom Kreuz verwendet das Bild des Liebeskummers in Hohelied 5,8: „Ich beschwöre euch, ihr Töchter Jerusalems, findet ihr meinen Freund, so sagt ihm, dass ich vor Liebe krank liege“.

2. Suche

Johannes vom Kreuz zitiert Hohelied 3,2 „Ich will aufstehen und in der Stadt umgehen auf den Gassen und Straßen und suchen, den meine Seele liebt.“ Die Ochsen Geschichte erzählt von Spuren, denen man folgt, ohne noch richtig zu wissen, was es ist.

3. Etwas Tun

Johannes vom Kreuz zitiert den Psalm 112: „Er hat große Freude an Gottes Geboten und ist darauf versessen, viel zu wirken.“ Die Ochsen Geschichte beschreibt, dass der Ochs und die Einsicht nun gefunden sind.

4. Leiden und erdulden

Johannes vom Kreuz beschreibt das Leiden als Fasten und Busse im Sinnesbereich und zitiert aus dem Hohelied 8, 6: „Die Leidenschaft ist hart wie die Unterwelt!“ Die Ochsen Geschichte schreibt: „Um den Ochsen zu vollständiger Ruhe zu bringen, gebrauche die Peitsche.“ Es ist die Erkenntnis, dass es nichts umsonst gibt.

5. Sehnsucht

Johannes vom Kreuz zitiert den Psalm 42: „Meine Seele lechzt nach dir.“ Die Ochsen Geschichte sagt zum Zähmen des Ochsen: „Halte das Seil fest im Griff.“ Dabei sehnt man sich

danach, dass der Ochs sanft und zutraulich aus eigenem Antrieb folgt. Der Gegenstand der Sehnsucht ist ein Bild, das man sich gemäß einer Idee oder Vorstellung macht.

6. Leichtfüßiges Handeln

Johannes vom Kreuz zitiert den Psalm 40: „Sie laufen und werden nicht müde, sie gehen und werden nicht matt.“ Die Ochsen Geschichte beschreibt das Reiten auf dem Ochsen als grenzenloses Empfinden in jedem Taktschlag im Einklang miteinander.

7. Wagemut

Das Hohelied beginnt mit den Worten: „Er küsse mich mit dem Kuss seines Mundes.“ Wagemut bedeutet, das Leben zu küssen oder sich von ihm küssen zu lassen, auch wenn es sich widerspenstig oder abweisend gebärdet. Die Ochsen Geschichte erzählt, dass der Ochs nun wieder verschwunden ist und es nicht mehr notwendig ist, ihn zu suchen: Der Ochs ist ein Sinnbild für etwas, das da ist und immer da war und da sein wird.

8. Zugreifen

Johannes vom Kreuz zitiert Hohelied 3,4: „Ich packte ihn, ließ ihn nicht mehr los, bis ich ihn ins Haus meiner Mutter brachte.“ „Endlich die Hügel der Heimat“ sagt die Ochsen Geschichte. Es ist so grenzenlos einfach, genau hier, genau jetzt, man muss einfach zugreifen, die Lebendigkeit spüren, das Leben packen, das da ist.

9. Sanfte Geschmeidigkeit

Johannes vom Kreuz nennt es „con suavidad“. Es ist ein paradoxer Zustand der Stille und Bewegung zugleich, die Laufruhe, die Tschuang Tzu in seiner Parabel vom Koch erzählt, der das Fleisch mühelos zerteilt und dabei die Beherrschung des Handelns ganz aufgibt. Der Erfolg tritt als unbeabsichtigte Nebenwirkung ein, wenn ein Mensch begriffen hat, dass Erfolg nicht verfolgt werden kann: Ich gestalte das Leben und das Leben gestaltet mich oder ich liebe das Schicksal und das Schicksal liebt mich.

10. Verschmelzen

„Der Tropfen mag bisweilen schon wissen, dass er im Meer ist, aber selten wohl weiß er, dass das Meer auch in ihm ist“, sagt Anandamayi Ma. Johannes vom Kreuz zitiert 1. Johannes, 3, 2: „Wir wissen, dass wir ihm ähnlich sein werden, wenn er offenbar wird; denn wir werden ihn sehen, wie er ist.“ Es ist wie der Ursprung: Ein Chaos oder ein Nichts.

Epilog: Auf dem Markt

Kohelet gibt dazu in Kapitel 9 eine Anleitung: „Iss freudig dein Brot und trink vergnügt deinen Wein; denn das, was du tust, hat Gott längst so festgelegt, wie es ihm gefiel.“ „Mit einer Frau, die du liebst, genieß das Leben alle Tage deines Lebens voll Windhauch.“ Der Zen Meister Ikkyū Sōjun ergänzt: „Da ich kein Ziel habe, bin ich nie verloren.“ Die Ochsen Geschichte sagt: „Keine magischen Kräfte, kein Schlüssel zur Wahrheit.“ „In Spelunken und Fischbuden sich wandeln und zum Buddha werden.“

Johannes vom Kreuz, „Die Dunkle Nacht“, Herder 1995

Zen Geschichte aus dem alten China, „Der Ochs und sein Hirte“, Günther Neske 1999

https://beingwithoutself.files.wordpress.com/2015/11/die-ochsenbilder-des-zen_jeff-shore_deutsche-fassung.pdf

12 Levels Abstract

© fru.ch 2023



In 12 Levels, Fru succeeds in synthesising Christian mysticism and Zen. The Bible and the critical examination of it have accompanied him throughout his life, as have mysticism, the „Tao-Te-King“ and the Zen story of the ox and the shepherd. Both the mystic John of the Cross and the Zen story describe 10 stages in human existence. They can be seen as universal stages of development in every human life or as stages towards spirituality.

Prologue: Middle of life

The more successful we are, the more we are convinced that success is our merit. Some people rethink this approach at midlife and fall into crisis. Dante describes it as going astray in a dark forest.

1. Disease

The story of the ox describes it as a state of exhaustion and disorientation. John of the Cross uses the image of lovesickness in Song of Songs 5:8: „I adjure you, O daughters of Jerusalem, if you find my beloved, that you tell him I am sick with love.“

2. Search

John of the Cross quotes Song of Songs 3:2 „I will rise now and go about the city, in the streets and in the squares; I will seek him whom my soul loves. I sought him, but found him not.“ The ox story tells of tracks that are followed without yet really knowing what they are.

3. Do something

John of the Cross quotes Psalm 112: „He finds great delight when he obeys God's commands.“ The story of the ox describes that the ox and the insight are now found.

4. Suffering and endurance

John of the Cross describes suffering as fasting and repentance in the sense realm, quoting from Song of Songs 8:6: „For love is as strong as death, its jealousy unyielding as the grave.“ The story of the ox writes: „To bring the ox to complete rest, use the whip.“ It is the realisation that nothing is free.

5. Longing

John of the Cross quotes Psalm 42: „My soul thirsts for God.“ The ox story says to tame the ox, „Hold the rope firmly in your hand.“ In this, one longs for the ox to follow

gently and trustingly of its own accord. The object of longing is an image one makes according to an idea or imagination.

6. Light-footed action

John of the Cross quotes Psalm 40: „They shall run and not be weary; they shall walk and not faint.“ The story of the ox describes riding the ox as feeling boundless in every beat in unison with one another.

7. Daring

The Song of Songs begins with the words, „Let him kiss me with the kisses of his mouth!“ Daring means kissing life or allowing life to kiss you, even if it is recalcitrant or dismissive. The ox story tells us that the ox has now disappeared again and there is no need to look for it: The ox is a symbol of something that is there and has always been there and will be there.

8. Acquire

John of the Cross quotes Song of Songs 3:4: „I took him, and did not let go until I brought him to my mother's house.“ „At last the hills of home“ says the ox story. It is so boundlessly simple, right here, right now, you just have to grab it, feel the aliveness, grab the life that is there.

9. Gentle smoothness

John of the Cross calls it „con suavidad“. It is a paradoxical state of stillness and movement at the same time, the smoothness that Tschuang Tzu recounts in his parable of the cook who cuts the meat effortlessly, giving up the mastery of action altogether. Success occurs as an unintended side effect when a person understands that success cannot be pursued: I shape life and life shapes me or I love fate and fate loves me.

10. Merging

„The drop may sometimes already know that it is in the sea, but rarely does it know that the sea is also in it,“ says Anandamayi Ma. St. John of the Cross quotes 1 John, 3:2: „But we know that when he appears we shall be like him, because we shall see him as he is.“ It is like the origin: a chaos or a nothing.

Epilogue: On the market

Kohelet gives guidance on this in chapter 9: „Eat your bread joyfully, and drink your wine merrily; for what you do God has long since established as it pleased him.“ „With a woman you love, enjoy life all the days of your life full of the breeze.“ Zen master Ikkyū Sōjun adds, „Since I have no goal, I am never lost.“ The Ox Tale says, „No magic powers, no key to the truth.“ „In taverns and fish stalls, transform yourself and become a Buddha.“

Johannes vom Kreuz, „Die Dunkle Nacht“, Herder 1995

Zen Geschichte aus dem alten China, „Der Ochs und sein Hirte“, Günther Neske 1999

<https://beingwithoutself.files.wordpress.com/2011/07/tenoxpics.pdf>