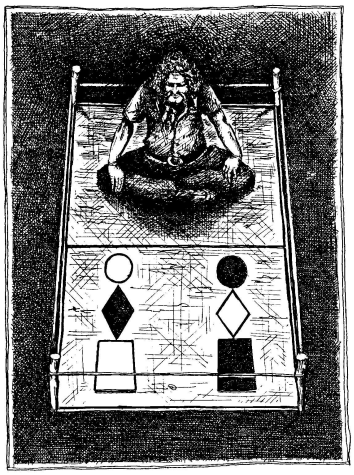
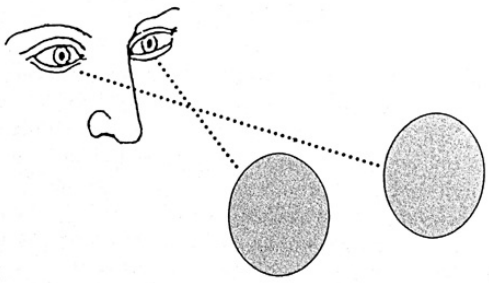
George Pennington

Die Tafeln von Chartres

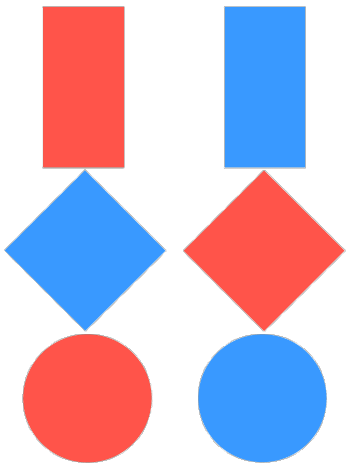


1978 stieß ich in einem Buch auf die Beschreibung eines visuellen Spiels französischer Fahrender, bei dem man verschiedene Objekte schielend betrachtete. Bei den Objekten handelte es sich um je zwei Exemplare von drei geometrische Formen (Kreis, Quadrat und Rechteck) in den Farben rot und blau. Sie bezeichneten diese Objekte als „Die Tafeln von Chartres“ und ihre Anordnung zur Betrachtung als „Garten der Einweihung“. Das Bild rechts zeigt einen Fahrenden in einem solchen „Garten der Einweihung“.

Das machte mich neugierig. Weniger der Zusammenhang mit „Chartres“ noch die in Aussicht gestellte „Einweihung“, sondern das Schielen. Schon an der Schule hatte ich damit herumgespielt, verschiedene Dinge schielend zu fusionieren, zum Beispiel aus meinen beiden Daumen einen dritten zu machen. Das Verfahren war mir also bekannt. Der Beschreibung im Buch folgend schnitt ich mir die sechs Formen aus Fotokarton, malte sie rot und blau an und probierte es aus. Das muss so um 19 Uhr gewesen sein. In dieser Nacht kam ich erst nach 03 Uhr früh ins Bett. Und am nächsten Morgen setzte ich mich gleich wieder vor diese „Tafeln“. Und danach so oft ich konnte. Sie erwiesen sich schnell als die spannendste Entdeckung meines Lebens.



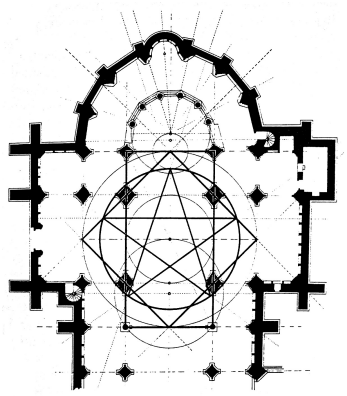
Bei der schielenden Betrachtung der farbigen Tafeln entstand zwischen den beiden fusionierten Reihen eine dritte Reihe von Formen, die ich teils mit dem rechten, teils mit dem linken Auge sah. Ihre Farbe war nicht eindeutig: ein Auge sah einen roten Kreis dort wo das andere einen blauen sah. Mit den Farben der zwei anderen Formen verhielt es sich ebenso. Die Farben, die ich sah, wechselten zwischen rot und blau hin und her. Ich kam auf die Idee, diesen Wechsel willentlich zu beeinflussen: „Jetzt will ich den Kreis rot sehen; jetzt blau“. Nach einer Weile gelang mir das. Mühelos.



Ich verstand, dass es mir gelungen war, das Maß der Beteiligung meiner beiden Sehzentren am Prozess des Sehens willentlich zu beeinflussen. Als der Farbwechsel sich nach und nach beruhigte konnte ich deutlich spüren, wie sich eine Anspannung unter meiner Schädeldecke und auch im restlichen Körper löste. Mir schien als seien meine Sehzentren - und somit wohl auch meine Gehirnhemisphären - jetzt in einer Art entspannter Balance. Die Farbe der mittleren, virtuellen, Tafelreihe war jetzt in einem stabilen grau-violett zu sehen. Mein Geist war ruhig und klar.

In England und in Deutschland hatte ich alle gängigen psychologischen Techniken der damaligen Zeit kennen gelernt. Aber so etwas hatte ich noch nie erlebt. In der Folgezeit saß ich buchstäblich jede freie Minute vor den Tafeln und erforschte den Einfluss meines Willens auf subtile innere Prozesse. Zum Beispiel auf meine Fähigkeit zu akkomodieren, d.h. das Bild trotz eines Sehfehlers gestochen scharf zu sehen. Ich stellte fest, dass das nicht mit dem Willen, sondern nur mit Entspannung gelingen konnte. Die Aufgabe lautete also: Wie kann ich wollen ohne zu wollen? Ich fand einen Weg.

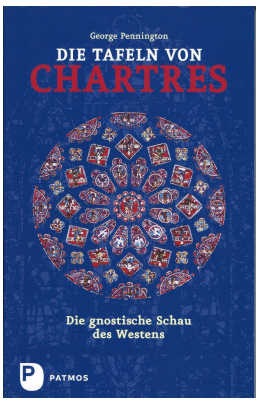
Diese ersten Erlebnisse mit den Tafeln sollen veranschaulichen, warum ich die nächsten 16 Jahre meines Lebens den Tafeln von Chartres widmete. Ich bin von meiner Passion her Psychologe, weniger akademisch als seelenkundlich. Mit den Tafeln hatte ich eine einfache Biofeedback-Vorrichtung gefunden, mit der ich meinem Sehen zusehen konnte: ich erlebte die Wahrnehmung meiner Wahrnehmung auf allen Ebenen. Besonders berührte mich, dass es in mir im Laufe der Zeit immer stiller wurde. Auch im Alltag: stiller, und noch stiller. Meditation pur.



Französische Fahrende haben wohl vor Jahrhunderten schon eine Meditationstechnik entwickelt, die sie im Geheimen von Generation zu Generation weitergaben. Der Grundriss der Kathedrale von Chartres orientiert sich an den Proportionen der Tafeln ebenso wie der Aufriss der Kathedrale von Lausanne (links). Die Bauhütten-Leute der Gotik wanderten ja von Bauplatz zu Bauplatz und hinterließen überall ihre Spuren. Und zwar unter den Augen der Inquisition, die zumindest bei den Sesshaften, jeden Weg, der nicht über Rom zum Heil führte, gnadenlos ausmerzte. Die Fahrenden waren mobil: wenn die Inquisition aus dem Westen kam setzten sie sich nach Osten ab. Ich glaube, dass es dieser Mobilität zu verdanken ist, dass dieses Verfahren bis in unsere Zeit überliefert werden konnte.

Allerdings stellte ich Ende der 70er Jahre sehr schnell fest, dass außer mir niemand die Tafeln kannte. Beim Zen gibt es Tradition, Klöster und Meister, bei der Vipassana und Mantra Meditation auch. Bei den Tafeln gab es niemanden, mit dem ich mich über meine Erfahrungen austauschen oder den ich um Rat fragen konnte. Also zeigte ich die Tafeln guten Freunden und bat sie, dieses Verfahren auszuprobieren. Bei manchen tat sich gar nichts, bei anderen erschütterte es die Grundfesten ihres Seins. Sie gingen denselben Weg des staunenden Blicks in den Spiegel der Tafeln, den ich vor ihnen gegangen war. Die Tafeln veränderten unser ganzes Leben.

Nach zwei Jahren intensiver Meditation, 1981, veröffentlichte ich eine erste Liebeserklärung an die Tafeln, mein „Kleines Handbuch für Glasperlenspieler“. In ihm beschrieb ich das visuelle Lernen, das ich vor den Tafeln erlebt hatte, in einer Serie von zwölf leicht nachvollziehbaren Übungen. Ich stellte meine Tafel-Erlebnisse in ihren literarisch-spirituellen Kontext und entwarf das „Glasperlenspiel“, dem das Buch seinen Namen verdankt. Mit dem Schreiben eines Handbuchs ließ ich mir viel Zeit. Es dauerte ganze 16 Jahre bis ich das Gefühl hatte, den Tafeln wirklich gerecht werden zu können. In „Die Tafeln von Chartres“ berichte ich über die mittelalterlichen Legenden, in denen die Tafeln eine Rolle spielen, über die Bauhütten, Theseus, den Minotaurus und den Faden der Ariadne. Das Buch enthält auch einen ausführlichen Leitfaden für die Praxis.



Die Tafeln von Chartres, die ich entdeckt und so sorgfältig erforscht und beschrieben habe, sind viel größer als ich: sie sind eine lange verschollene Perle europäischer Kulturgeschichte, die mit den großen fernöstlichen Meditations-Traditionen durchaus in einer Reihe stehen kann. Dass die Tafeln über die Augen direkt auf das Gehirn wirken, macht sie für uns extrem mental orientierte Europäer besonders geeignet. So scheint es mir. Die Tafeln sind eine Geistesschulung besonderer Art. Ich fühle mich verantwortlich dafür, dass möglichst viele interessierte Menschen von ihnen erfahren. Für sie habe ich diese Informationen zusammengestellt.

Infos: www.pennington-training.com **Bücher: www.lenzwald.de** **Facebook: Meditation und Geistestraining**

Youtube: Meditation (speziell Video Nr. 6)