

Dieses Buch untersucht den Menschen in seiner sichtbarsten und zugleich verborgensten Form: als lebendigen Organismus, als denkendes Wesen und als Träger einer inneren Wahrheit, die sich nur im aufmerksamen Dialog mit sich selbst erschließt.

Giorgio Paolo Mastropaolo führt den Leser durch die feinen Schichten der Wahrnehmung, der Selbstdeutung und der persönlichen Gesundheit – nicht als medizinisches Konzept, sondern als ganzheitliches Zusammenspiel von Körper, Geist und innerer Ausrichtung.

Dies ist kein Ratgeber, kein Versprechen einfacher Antworten. Es ist eine Einladung, wieder zu lernen – das Offensichtliche wie das Verdeckte. Ein Weg zurück zur wachsamsten Wahrnehmung, zur Selbstverantwortung und zur inneren Klarheit.

*Dieses Buch gehört zu jener seltenen Literatur,  
die nicht fragt, ob sie gebraucht wird,  
sondern ob der Leser bereit ist.*

# Vom Dasein der Erschaffung

*Leben. Weisung. Verantwortung.*

Giorgio Paolo Mastropaolo

## **Impressum**

**Schriftenreihe:** denk mal anders, Band 2

## **Vom Dasein der Erschaffung**

*Leben. Weisung. Verantwortung.*

**Autor & Verleger:** Giorgio Paolo Mastropaolo

© 2026 MIO GIO®

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt.

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG („Text und Data Mining“) zu gewinnen, ist untersagt.

**Vorwort:** Viola Roggenkamp

**Geleitwort:** Michael Batz

**Umschlag, Redaktion & Satz:** Giorgio Paolo Mastropaolo

## **Kontakt:**

MIO GIO® c/o MIT2WO e.V.

Postfach 13 04 46 | 20104 Hamburg | [info@denk-mal-anders.com](mailto:info@denk-mal-anders.com) |

[www.denk-mal-anders.com](http://www.denk-mal-anders.com)

**Verlag:** BoD · Books on Demand GmbH, Überseering 33, 22297 Hamburg,  
**bod@bod.de**

**Druck:** Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hamburg

**ISBN:** 978-3-7693-6305-0

**E-Book ISBN:** [wird von BoD ausgegeben]

**Informationen zum Titel:** Philosophische Essays, Phänomenologie des Körpers, Kulturtheorie und Ethik.

## **Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte Daten sind im Internet über [www.dnb.de](http://www.dnb.de) abrufbar.

## Widmung

Für **Michael Batz**, Sonja Blattmann, Karin Derks, **Marlies Engel**, **Margot Friedländer sel. A.**, Ernst Fuchs sel. A., Markus Galic, Eva Groß, Jutta Höflich, Marina Elli Jakob, Sonja Lahnstein-Kandel, Sewan Latchinian, **Ruth Lapide sel. A.**, Ute Lemper, Heike Linde-Lembke, Georg Münzel, **Peggy Parnass sel. A.**, Sandra Quadflieg, Michel Rodzynek, **Viola Roggenkamp**, Carsten Schmidt, Oana Solomon, Yehuda Teichtal, **Stefan Georg Troller sel. A.**, Norma van der Walde, Dionne Warwick, **Michael Weber**, Shlica Weiß, Miltiadis Zerpoulis und **meine Ahnen**, deren Schritte in meinen eigenen nachklingen.

*Ihr habt mir gezeigt, dass Menschlichkeit ein gemeinsamer Weg ist,  
Verantwortung eine geteilte Aufgabe und Weisung manchmal in einem Satz,  
manchmal in einem Schweigen liegt.*

Dieses Buch widme ich euch.

# INHALTSÜBERSICHT

<b>Vorwort von Viola Roggenkamp</b>	11
-------------------------------------	----

## **Hinweis zum Text**

• Hinweis zur Begrifflichkeit	12
• Hinweis zur geschlechtergerechten Sprache	13
• Hinweis zur Verwendung von Zitaten	14

## **Einführung**

• Anmerkung zu diesem Buch / Einführung	15
• Zur Praxis der Meditationen	19

<b>Prolog</b>	20
---------------	----

## **TEIL I – Der Mensch und seine Welt**

<b>1. Der Geist der Zeit</b>	24
------------------------------	----

• 1.1 Zeitgeist als Prüfung	26
1.2 Illusionen der Epoche	27
1.3 Der unveränderte Auftrag des Menschen	28
<b>Meditation: »Der Atem der Zeit«</b>	29

<b>2. Werk und Leben</b>	30
--------------------------	----

• 2.1 Das Werden des Menschen	32
2.2 Entscheidung und Charakter	33
2.3 Die innere Spur	34
<b>Meditation: »Was bleibt, wenn ich nichts tue?«</b>	35

<b>3. Weg der Weisheit</b>	36
----------------------------	----

• 3.1 Unterscheiden lernen	38
3.2 Vom Wissen zum Verstehen	39
3.3 Grenzen als Lehrer	40
<b>Meditation: »Die Stille zwischen zwei Gedanken«</b>	41

<b>4. Persönlichkeit und inneres Selbst</b>	42
---	----

• 4.1 Der sichtbare und der verborgene Anteil	44
4.2 Erinnerung, Erfahrung, Möglichkeit	45
4.3 Selbstbild und Selbstverschleierung	46
<b>Meditation: »Das ungesagte Ich«</b>	47

<b>5. Mensch und Welt</b>	48
• 5.1 Die Bühne des Handelns	50
5.2 Spiegel der Begegnung	51
5.3 Wirkung und Rückwirkung	52
<b>Meditation: »Der Schritt in die Welt«</b>	53

## **TEIL II – Denken, Wirklichkeit und Freiheit**

<b>6. Denken als Bewegung</b>	54
• 6.1 Denken vs. Gewohnheit	56
6.2 Die Anstrengung der Wahrheit	57
6.3 Innere Konfrontation	58
<b>Meditation: »Bevor der Gedanke entsteht«</b>	59

<b>7. Wirklichkeit und Wahrheit</b>	60
• 7.1 Das Faktische	62
7.2 Verlust der Illusion	63
7.3 Die Grenze des Ich	64
<b>Meditation: »Dem Wirklichen begegnen«</b>	65

<b>8. Wissenschaft, Verstand und Vernunft</b>	66
• 8.1 Das Messbare	68
8.2 Das Ordnende	69
8.3 Das Sinngebende	70
<b>Meditation: »Die Linie und der Kreis«</b>	71

<b>9. Denken und gemeiner Verstand</b>	72
• 9.1 Nutzen, Gewohnheit, Bequemlichkeit	74
9.2 Irritation als Beginn	75
9.3 Wahrheit ohne Zweck	76
<b>Meditation: »Die Frage ohne Antwort«</b>	77

<b>10. Metapher und Unsagbares</b>	78
• 10.1 Sprache als Raum	80
10.2 Bilder, die weiterführen	81
10.3 Schatten des Unsichtbaren	82
<b>Meditation: »Im Bild verweilen«</b>	83

<b>11. Ursprung des Denkens</b>	84
---------------------------------	----

• 11.1 Schmerz, Mangel und Erkenntnis	86
11.2 Das Aufbrechen	87
11.3 Der erste klare Gedanke	88
<b>Meditation: »Ich beginne zu denken, weil...«</b>	89
<b>12. Zwei in einem – das Gewissen</b>	90
• 12.1 Der Handelnde	92
12.2 Der Fragende	93
12.3 Das innere Gespräch	94
<b>Meditation: »Das stille Gegenüber«</b>	95
<b>13. Die Lücke – Freiheit des Menschen</b>	96
• 13.1 Zwischen Vergangenheit und Zukunft	98
13.2 Entscheidung als Neugeburt	99
13.3 Verantwortung für das Mögliche	100
<b>Meditation: »Die Lücke betreten«</b>	101
<b>TEIL III – Körper, Heilung und Berührung</b>	
<b>14. Krankheit und Heilkunst</b>	102
• 14.1 Der Körper als Ganzheit	104
14.2 Schmerz als Botschaft	105
14.3 Harmonie statt Rückkehr	106
<b>Meditation: »In den Körper hören«</b>	107
<b>15. Therapeutika und Prinzipien</b>	108
• 15.1 Stoffliche und nicht-stoffliche Heilmittel	110
15.2 Begegnung und Bewusstsein	111
15.3 Der Mensch heilt sich mit	112
<b>Meditation: »Die Hand auf dem Herzraum«</b>	113
<b>16. Körperkultur und Ritual</b>	114
• 16.1 Der Körper als erstes Haus	116
16.2 Pflege als spirituelle Praxis	117
16.3 Der Rhythmus der Rituale	118
<b>Meditation: »Der Körper als Tempel«</b>	119
<b>17. Salbung und Massage</b>	120
• 17.1 Die Salbung als Weg	122
17.2 Berührung als Sprache	123

17.3 Ausführliche Ritualbeschreibung	124
<b>Meditation: »Die Hände werden still«</b>	126

## **TEIL IV – Erscheinung, Selbstbild und Umkehr**

<b>18. Erscheinung, Wahrheit und Umkehr</b>	128
• 18.1 Erscheinung und Beurteilung	130
18.2 Die wahre Erscheinung	131
18.3 Wertumkehr und Selbsterkenntnis	131
18.4 Körper, Geist und Seele	132
18.5 Rückzug und Unsichtbarkeit	132
<b>Meditation: »Vor dem eigenen Spiegel«</b>	133

### **Nachspann**

• Schlusswort	134
Nachschrift	135
Danksagung	136

## **ANHANG: Texte und Meditationen für die Familie**

<b>Mini-Essay 1: Vom Dasein &amp; Meditation:</b>	
»Zwischen Anfang und Atem«	137
<b>Mini-Essay 2: Von der Erschaffung &amp; Meditation:</b>	
»Der Ort, an dem ich werde«	138
<b>Mini-Essay 3: Weisung und innerer Auftrag &amp; Meditation:</b>	
»Die Weisung hören«	139
<b>Bonus: Vorlesetext – »Worum es geht«</b>	140
<b>Anmerkungen und Quellen</b>	141
<b>Autorenvita</b>	142



## **Vorwort von Viola Roggenkamp**

Um ein Vorwort hat der Autor dieses Buches mich gebeten. Ich beginne mit einem Wort zum Autor. Ich kenne Giorgio Paolo Mastropaolo, und ich kenne ihn nicht. Wer kann behaupten, einen Freund wahrhaft zu kennen?

Hin und wieder sitze ich ihm gegenüber, manchmal neben ihm oder auch weiter entfernt, wir sitzen an einem langen Tisch mit anderen Juden. Es gibt nur diesen einen Tisch im Raum und nur diesen einen Raum mit so einem Tisch. Viele Stimmen.

Wie beim Lesen dieses Buches und seiner Gedankenwelt. Mal an der Seite der Leser, mal den Lesern gegenüber und mal die Leser weiter entfernt. Um sich zu besinnen, um Atem zu holen.

Einmal ging ich neben Giorgio durch Seitenstraßen, wir waren auf dem Weg zu dem langen Tisch, ich mußte mich gewaltig zusammennehmen, um Schritt zu halten, er geht schnell und spricht dabei und läßt seinen Blick freundlich schweifen.

Mastropaolo ist ein philosophisch Nachdenkender, ein pädagogisch Beobachtender, ein tiefster Schelm, so möchte ich ihn nennen, der mit diesem Buch auf der Bühne erscheint. Passender Weise in dem Moment, da das Publikum wie gebannt auf einen mächtigen Akteur starrt, der Erlösung verspricht und Freiheit für alle - die künstliche Intelligenz. Verbunden mit der Bedingung, das Denken künftig einfach zu lassen.

Dem entgegen stellt sich dieses Buch. Es fordert seine Leser auf, beim Fühlen und Denken – denn das Fühlen geht dem Denken ja voraus – sich selbst aufzupassen, sich selbst nicht zu entziehen, sich der Wahrhaftigkeit zu stellen.

***Viola Roggenkamp***

*(Schriftstellerin und Publizistin)*