

Sebastian Painadath

# Aus göttlichem Wurzelgrund

Der Baum - unser spiritueller Meister



VIER TÜRME



Inhalt

<b>Vorwort</b>	9
<b>Kulturanthropologische Perspektive</b>	11
Bäume sind überall	11
Baum und Mensch	13
Der Weltenbaum	15
Sakrale Bäume	16
Götter der Bäume	16
Geburt der Götter	17
Baum als Symbol des Alls	17
Der umgekehrte Baum	18
Femininum und Maskulinum	19
Offenbarungsbaum	19
Schicksalsbaum	20
Göttinnen	20
Lichtbaum	21
Gedächtnisbaum	22
Gerichtsbaum	22
Baum des Lebens	23
Der Baum, der Wünsche erfüllt	24

Menschlicher Körper und Baum . . . . .	24
Baum als Entstehungsort . . . . .	25
<b>Soziologische Betrachtung . . . . .</b>	<b>27</b>
Der Baum ist sozial . . . . .	27
Die kosmischen Elemente . . . . .	29
Vielfalt und Einheit . . . . .	30
Baum und Gesundheit . . . . .	31
Kommunikation unter Bäumen . . . . .	33
Baum und Wasser . . . . .	34
Redewendungen . . . . .	36
Ökologie und Ökosophie . . . . .	38
<b>Psychologische Deutung . . . . .</b>	<b>39</b>
Versuch einer Deutung der Paradies-Geschichte . . . . .	39
Wege, das Baumsymbol zu verinnerlichen . . . . .	43
Meditation über das Baumsymbol . . . . .	44
Einen Baum in der Nähe als Meister wählen . . . . .	46
Den Baum intuitiv zeichnen . . . . .	47
Baummotive in Träumen deuten . . . . .	48
Der Baum im Traum . . . . .	49
<b>Mystische Einsichten . . . . .</b>	<b>51</b>
<b>Theologische Reflexionen . . . . .</b>	<b>55</b>
Die Bibel: Altes Testament . . . . .	56
Israels Selbstdarstellung . . . . .	58

Die Bibel: Neues Testament . . . . .	58
Das Kreuz . . . . .	59
Die mystische Erfahrung des Johannesevangeliums . . . . .	61
Das Baum-Bild im Johannesevangelium . . . . .	62
Das göttliche Einheitsbewusstsein . . . . .	65
Dreieinigkeit . . . . .	66
Perichorese . . . . .	67
Kirchenväter über die Dreifaltigkeit . . . . .	68
Sprachbilder zur Dreifaltigkeit . . . . .	69
Was wollte Jesus uns mitteilen? . . . . .	71
Drei Dimensionen der Erfahrung Jesu . . . . .	72
Christusbewusstsein . . . . .	73
Ost und West . . . . .	78
Liebe . . . . .	79
Bildmeditation . . . . .	80
<b>Interreligiöse Anschauungen . . . . .</b>	<b>81</b>
Das Symbol des Baumes und die Harmonie der Religionen . . .	83
Einzelne Religionen . . . . .	85
Hinduismus . . . . .	85
Buddhismus . . . . .	87
Jainismus . . . . .	88
Taoismus . . . . .	89
Judentum . . . . .	90
Islam . . . . .	91

<b>Meditationen</b>	<b>93</b>
1. Den Meister-Baum finden	94
2. Der Baum als Lehrmeister der Stille	96
3. Der Baum – ein fließendes Wesen	97
4. Jenseits von Namen	98
5. Göttliche Gegenwart als Schwingung	99
6. Zu Hause sein unter einem Baum	100
7. Einatmen und Ausatmen	101
8. Der Baum als resiliente Wirklichkeit	102
9. Der Baum als sich verschenkendes Wesen	104
10. Vielfalt und Einheit	106
 <b>Leibmeditation am Baum</b>	 108
 <b>Anhang</b>	 113
Anmerkungen zum Text	113
Häufig verwendete Abkürzungen	115
 <b>Zitierte und weiterführende Literatur</b>	 116



## Vorwort

---

Der Baum ist unser Ur-Meister im spirituellen Leben. Alle Religionen kennen das Symbol des Baumes: Buddha erlangte seine Erleuchtung, als er unter einem Baum in tiefer Versenkung saß. Die Meister im Himalaya meditierten unter sakralen Bäumen. Jesus lehrte oft im Schatten von Bäumen. Am Anfang der Bibel steht ein Baum, und auch am Ende wird ein Baum erwähnt. Im Koran spricht man vom Baum im Paradies.

Eine Botschaft, die der Baum uns immer wieder vermittelt, lautet:

» Was wächst, macht keinen Lärm.

In der Natur vollzieht sich ein unermessliches Wachstum, alles in Stille. Stille ist die Quelle aller schöpferischen Kraft. In diesem Sinn ist der Baum ein guter Lehrmeister der Stille.

Mit diesen und ähnlichen Gedanken habe ich im Mai und Juni 2025 im Auftrag des katholischen Hilfswerks *missio* mehrere Meditationskurse gehalten, wie auch schon in den Jahren 2004 und 2005. Viel Vorbereitungsarbeit ist in diese Kurse geflossen. In Indien habe ich dazu ein Buch in englischer Sprache veröffentlicht: *TREE – Our Primal Spiritual Master*. Rückblickend kann ich sagen, dass ich mich in einer Art »Baumphase« befinde. Viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer meiner Kurse haben mich ermutigt, nun auch ein deutsches Buch zu veröffentlichen.

Im ersten Teil dieses Buches biete ich einige Reflexionen an – aus der Sicht der Kulturanthropologie, Soziologie, Psychologie, Mystik, Theologie und der Weltreligionen.

Im zweiten Teil folgen praktische Meditationen. Den Abschluss bildet eine Gebärdenmeditation zur »Baumwerdung« draußen in der Natur. Das gesamte Buch kann als Einladung zur Meditation gelesen werden.

Dieses Baum-Buch möchte ich meinen guten Freunden **Edeltraud und Walter Ulbrich** widmen. Beide setzen sich seit vielen Jahren für das Leben auf unserer *Einen Erde* ein. Edeltraud leitet einen Kreis zum Sonnengebet in der katholischen Gemeinde Puchheim bei München. Walter engagiert sich in vielen Gruppen für Fragen der Gerechtigkeit. Wir sind seit über fünfzig Jahren miteinander verbunden.

Ingrid Blöchinger bin ich sehr dankbar für die sprachliche und stilistische Begleitung. Dem Vier-Türme-Verlag danke ich für die Veröffentlichung.

Sebastian Painadath SJ  
Sameeksha, Kalady, Südindien  
19. November 2025

[spainadath@gmail.com](mailto:spainadath@gmail.com)



# Kulturanthropologische Perspektive

---

## Bäume sind überall

Wir lieben Bäume. Bäume üben eine Urfaszination auf uns Menschen aus: Es gibt eine angeborene Affinität zwischen Menschen und Bäumen. Andächtige beten zu den Bäumen, Sänger singen zu den Bäumen, Tänzer tanzen um Bäume herum, Dichter verfassen schöne Gedichte über Bäume, Maler zeichnen Bäume, Philosophen sprechen über die Botschaft der Bäume und Gläubige hören die göttliche Offenbarung durch Bäume.

» Bäume sind Gedichte,  
die die Erde in den Himmel schreibt.

Khalil Gibran

Der Kulturanthropologe Mircea Eliade entdeckt heilige Bäume, Vegetationsbräuche und -symbole in der Geschichte einer jeden Religion, in den Volksüberlieferungen der ganzen Erde, bei archaischen Mystikern und besonders in der Ikonographie und Volkskunst. Er nennt sieben Facetten des Baumes in der Kulturanthropologie:

- 1 Der Baum als *ein Mikrokosmos* in den Schichten des religiösen Lebens
- 2 Der Baum als *Bild des Kosmos*
- 3 Der Baum als *kosmische Gotteserscheinung (Theophanie)*
- 4 Der Baum als *Baum des Lebens* in Verbindung mit der großen Göttin oder der Wassersymbolik

- 5 Der Baum als *Mittelpunkt der Welt* und Stütze des Universums
- 6 Der Baum als *Sammelplatz der Ahnenseelen*
- 7 Der Baum als *Symbol der Regeneration* in der Natur<sup>1</sup>

»Was wächst, macht keinen Lärm.« Diese Botschaft strahlt der Baum ständig aus. Ein ungeheures Wachstum geschieht um uns in der Natur, aber alles in Stille. Der Baum erinnert uns daran, dass die Stille der Geburtsort der menschlichen Kreativität ist. Ein Dichter schreibt Gedichte in der Stille; ein Philosoph ordnet seine Gedanken in Stille; eine Mutter stillt das Baby in Stille.

Unsere angeborene Affinität zum Baum können wir in der Kultur der Urvölker erkennen. Sie verfassen keine Schriften, sie bauen keine Tempel. Ihre Versammlungen finden unter Bäumen statt. Auch ihre Gerichtsverhandlungen halten sie unter bestimmten Bäumen ab; der Baum steht als Symbol für Gerechtigkeit. Ihre Kulthandlungen vollziehen sie unter sakralen Bäumen. Der zuständige Schamane wird gelegentlich auf den Baum klettern und aus der Höhe dem Volk eine Botschaft des Geistes bringen. Bis der Schamane zurückkommt, erlebt das Volk intensive Zusammengehörigkeit durch ekstatisches Trommeln. Das Volk betrachtet den sakralen Baum als das Sprachrohr des universellen Geistes.

Ein Baum hat einen erhebenden und vertiefenden Einfluss auf die Menschen: Er hebt das Bewusstsein über das Alltägliche hinaus und vertieft es in den göttlichen Seinsgrund hinein. Wenn wir einen Waldspaziergang machen oder unter einem Baum sitzen, wird unser Bewusstsein erweitert oder vertieft.

» Die Bäume stehen wie die sehenden Wünsche der Erde auf Zehenspitzen, um einen Blick in den Himmel zu tun. Die Bäume steigen zu meinem Fenster empor, wie der sehnsgütige Ruf der stummen Erde. Sei still, mein Herz, diese großen Bäume sind Gebete.

Rabindranath Tagore

## Baum und Mensch

Es gibt eine angeborene **Beziehung** zwischen Menschen und Bäumen:

- › In der Evolution des menschlichen Körpers gab es eine Baumphase. Darum gibt in uns eine Uraffinität zum Baum.
- › Der Baum wächst in eine zweifache Richtung: in die Tiefe und in die Höhe. Das Verwurzeltsein und die Offenheit sind am Baum in Harmonie; so sollte es auch beim Menschen sein.
- › Der Baum wächst von Gegenwart zu Gegenwart. Alles, was wir Menschen haben, ist der gegenwärtige Augenblick. Um zur Gegenwart zu erwachen, ist der Baum ein guter Lehrmeister.
- › In die Psyche jedes Menschen ist ein Baum eingezeichnet. Entdecke ihn und gib ihm Raum zum Wachstum; dies ist heilsam für die Psyche.
- › Der Baum ist weitestgehend resilient gegenüber allem, was die Natur anbietet: Dürre und Kälte, Schnee und Regen, Blitz und Donner. Wir können viel von den Bäumen lernen.
- › Jeder Baum hat ein Energiefeld um sich, das man wahrnehmen kann. Auch wir Menschen haben ein Aurafeld um uns.
- › In jedem Ast, jedem Blatt, jeder Zelle des Baums spiegelt sich in geheimnisvoller Weise der gesamte Baum wider. Jeder Baum und auch jeder Mensch ist ein Mikrokosmos, in dem der gesamte Kosmos anwesend ist.
- › Der Baum wächst und gedeiht, trägt Blüten und Früchte, welkt und stirbt und wird nach dem Tod eins mit der Erde. Bäume und Menschen haben denselben Rhythmus des Lebens.
- › Der Baum steht wie ein statisches Wesen vor uns; aber in Wirklichkeit ist er ein fließendes Wesen: von den Wurzeln fließt der Saft aufwärts und

abwärts. Jeder Mensch, der vor uns steht, sieht statisch aus, aber auch er ist ein werdendes Wesen.

- › Es gibt verschiedenartige Bäume, ebenso wie Menschen.
- › Ein Wald ist ein Symbol für soziales Leben. Viel Geben und Empfangen vollzieht sich in einem Wald: Alle wachsen zusammen, jeder ernährt jeden. Wenn ein Baum stirbt, wird er Humus für die anderen Bäume. In diesem Sinne stirbt der Baum nicht. In sozialen Beziehungen wird die Liebe nie sterben.
- › Mithilfe der Baumsymbolik kann die eigene Sensibilität für die Natur wachsen.
- › Viele Jahrtausende vor dem Menschen gab es bereits Bäume auf der Erde.
- › Die Bäume wachsen allein oder zusammen wie in einem Wald. So sind auch wir allein oder sozial eingebunden.
- › Seit Generationen betrachten Menschen den Baum als Symbol der göttlichen Gegenwart.
- › Der Baum spricht zu uns über den leibhaften und psychologischen Wachstumsprozess.
- › Für Baum und Mensch gilt die Botschaft: Wer keine Wurzel hat, wächst nicht in die Zukunft; wer seiner Wurzel nicht entwächst, hat keine Zukunft.
- › Man fühlt sich wie zu Hause unter einem Baum. Auch in einem fremden Land kann ein Waldspaziergang Heimatgefühle auslösen.

Wir dürfen auch **Unterschiede** zwischen uns Menschen und den Bäumen wahrnehmen:

- › Menschen haben Füße, Bäume haben Wurzeln.
- › Menschen gehen hierhin und dorthin; der Baum steht fest.

- › Menschen sind in einer Aufbruchstimmung, der Baum steht standhaft.
- › Menschen neigen oft dazu, habbüchtig zu werden, der Baum ist von Grund auf großzügig.
- › Der Baum steht, Menschen kommen zum Baum.
- › Menschen sind oft in der Vergangenheit oder in der Zukunft, der Baum ist ganz in der Gegenwart.
- › Menschen leben höchstens hundert Jahre, Bäume werden älter.

## Der Weltenbaum

Der gesamte Kosmos wird als Baum angesehen. Viele alte Kulturen sprechen vom unsichtbaren Weltenbaum. Er wird mit vielfältigen Namen bezeichnet:

bei den Germanen	› Yggdrasil
in Indien	› Aswatha (Pipal) <i>Ficus religiosa</i>
in China	› Kein-mu (mit neun Quellen)
in Japan	› Sakkai
in Persien	› Vorukasha (der Baum, der aus dem Ozean aufragt)
in Ägypten	› Osiris
im Lamaismus	› Baum des Dharma

Yggdrasil ist der Weltenbaum der Germanen (3. Jh. vor Christus). Das Wort »Yggdrasil« heißt: »das Angst-Erregende«. Yggdrasil ist belebt durch die dreifachen Quellen *Urd*, *Werdandi* und *Skuld*, Synonyme für die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft. Wer von diesem Wasser trinkt, wird begnadet mit Weisheit. Yggdrasil verbindet unsere Welt (*Midgard*) mit der Götterwelt (*Asgard*) und der Totenwelt (*Niflheim*). Mythische Tiere leben unter dem Weltenbaum: die Ziege *Heidrun*, der Drache *Nidhöggr* und das Eichhörnchen *Rattenzahn*.

## Sakrale Bäume

Der unsichtbare Weltenbaum wird in bestimmten sakralen Bäumen veranschaulicht und verehrt, die auf dieser Erde wachsen – je nach Kulturkreis sind es unterschiedliche Bäume:

- |                      |                              |
|----------------------|------------------------------|
| bei den Germanen     | › Eiche                      |
| in Indien            | › Banyan (Bengalische Feige) |
| bei den Babylonieren | › Kiskanu                    |
| in Mesopotamien      | › Dattelpalme                |
| in Ägypten           | › Maulbeerfeigenbaum         |
| bei den Griechen     | › Lorbeerbaum                |
| bei den Römern       | › Eiche Jupiters             |

Das griechische Wort für den Baum ist *dendron*; es ist bezogen auf *dru* (Sanskrit), *dauru* (persisch), *triu* (gotisch), *derva* (keltisch), *dair* (irisch) und *tree* (englisch).

## Götter der Bäume

Meist wird der heilige Baum mit einer Gottheit in Verbindung gebracht:

- |            |            |
|------------|------------|
| Lorbeer    | › Apollo   |
| Mandelbaum | › Attis    |
| Myrte      | › Artemis  |
| Pinie      | › Dionysos |
| Ölbaum     | › Herakles |
| Platane    | › Helena   |
| Eiche      | › Perun    |

## Geburt der Götter

Viele Götter/Weise wurden unter einem Baum geboren:

- in Ägypten › Osiris wurde unter dem Kesbetbaum geboren,  
Horus ist mit einer Akazie verbunden
- bei den Babylonieren › Tammuz kam unter einer Zeder auf die Welt,  
Upuaut ist unter einer Tamariske geboren
- bei den Griechen › Apollo ist unter einer Palme geboren
- bei den Römern › Jupiter fand als Kind unter einer Eiche Schutz
- in Indien › Buddha ist unter einem Baum geboren
- in China › Laotse wurde unter einem Pflaumenbaum geboren
- im Islam › Jesus kam unter einer Palme auf die Welt
- in Persien › Mithra ist unter Vorukasha geboren

Ein neugeborenes Kind wird in vielen Kulturen in Blätter und Gras gehüllt, um zu zeigen, dass die Natur die eigentliche Mutter ist. Mancherorts wird ein krankes Kind unter einen Obstbaum gelegt mit der Bitte um Heilung. In vielen Gegenden der Schweiz pflanzt man einen Apfelbaum bei der Geburt eines Sohnes und einen Birnbaum bei der Geburt einer Tochter. In manchen Urkulturen in Indien gehen Braut und Bräutigam bei der Eheschließung um einen sakralen Baum; der Baum ist der göttliche Zeuge für die Verbundenheit in der Ehe.

## Baum als Symbol des Alls

Der unsichtbare, mythische, mystische Weltenbaum wurde zum Symbol des Alls:

- 1 Als *Weltenachse* verbindet er die drei Bereiche Himmel, Erde und Unterwelt.
- 2 Als *imago mundi* ist er das Sinnbild ständiger Erneuerung und kosmischer Regeneration.

- 3 Als *axis mundi* verleiht er allen Wesen Standhaftigkeit, Heilkraft und Fruchtbarkeit.
- 4 Als *Brücke zum Jenseits* verbindet er Leben und Tod.
- 5 Als *sakraler Baum* überspannt er Raum und Zeit.
- 6 Als *universeller Baum* verbindet er die Gegensätze zu einer universellen Harmonie.
- 7 Als *übernatürliche Wirklichkeit* ist er Symbol der Offenbarung des transzentalen Wurzelbodens.

## Der umgekehrte Baum

Der Weltenbaum wird oft auch als umgekehrter Baum (*arbor inversa*) dargestellt:

in Indien	› Aśwatha als Weltenbaum
in der jüdischen Mystik	› Baum der Kabbala
in der islamischen Mystik	› Baum des Segens
in Finnland	› Baumtradition der Lappen
in Australien	› der magische Baum

Manche archaischen Kulturen betrachten den menschlichen Körper als umgekehrten Baum: vom Wurzelbereich des Gehirns wachsen die Nerven, Blutgefäße, Knochen nach unten. Nach Platon ähnelt der Mensch einem umgekehrten Baum (Timaios, 90 A). In hinduistischen Schriften wird oft der umgekehrte Baum erwähnt (Kath. Up 6: 1; Swet. Up. 3: 9; Brih. Up. 4.3.13, 20; Bhagavad Gita 15: 1).