



Das Problem mit der „Rückkehr zum Urgrund“

Oftmals, wenn ich ein Buch oder eine Schrift mir vornehme, mit der ich Informationen und Anstöße zum Lebensgefüge meiner Selbst zu bekommen hoffe, stoße ich auf einen Vorschlag, eine Anweisung oder eine Idee, die soviel ausdrückt, als müsse ich eine Handlung verfolgen, die zurück zum Uranfang, zum Ursprung oder zum Urgrund führen könne. „Zurück“ ist der erste Begriff, der mich stört, denn ein Zurück kann es doch nur in Gedanken, innerhalb von Vorstellung und Geschichten, geben. Und die zweite Störung empfinde ich bei der Vorsilbe „Ur“, die mir zu suggerieren scheint, es gebe so etwas wie den einen Ausgangspunkt der Entwicklung, den einen Anfang, das Ereignis des Anfangs, der heute in mein aktuelles Leben mündet.

Gedanken zum Verzweifeln – 001

Beginnen wir also mit der Begrifflichkeit „zurück“. Also mir ist im Grunde genommen keine Handlung bekannt, die dazu in der Lage wäre, einen Gedanken und der damit verbundenen Handlung, der in der Vergangenheit liegt, rückgängig, ungeschehen zu machen oder in „nicht stattgefunden“, „nicht wirklich gewesen“ zu verwandeln. Selbst ein reiner Gedanke, der mir in den Kopf steigt und aufgrund seiner Seltsamkeit [1. Seltsamkeit = passt nicht in mein gelebtes Gefüge] sofort wieder verworfen wurde, wurde gedacht und bleibt somit wirklich. Denn wie oft geschieht es mir, das in einer späteren stillen Minute dieser seltsame Gedanke wieder erscheint, um erneut anzufragen, ob er nicht doch irgendwie zu berücksichtigen sei. Und auch eine Handlung, die begangen, aber nicht von irgend jemand bemerkt wurde, ist begangen und damit auch vorhanden. Wir wissen als einzelne Menschen doch gar nicht, was Gedanken und Handlungen in die Welt zu

setzen vermögen. Das alles zu überblicken würde uns unserer ganzen Kraft berauben und lähmen für alle Zeit. Es ist doch gerade das Geheimnis des Menschen, das er in der Lage ist, ohne wirklich zu wissen, was zu tun sei, in Angesicht des Flusses des Erscheinenden, einfach gehen kann. Es ist seine Stärke, das er, ohne grundsätzlich von Programm, Instinkt oder Trieb gesteuert zu sein, in vielfältiger und oft auch seltsamer Weise handeln kann. Er macht einfach. Das ist ja auch das Problem, das menschliches Dasein seinem eigenen Selbstgefühl stellt. Wir wissen oft nicht, versichern uns oft nicht, schützen uns oft nicht und tun trotzdem ständig etwas. Was, um zum Thema zurückzukehren, bedeutet dann „zurückgehen zur Quelle“, zum Anfang, als ob die Quelle jemals der eine Anfang gewesen sei. Haben wir nämlich die Quelle gefunden, fragen wir doch weiter, wo das Wasser herkommt, das diese Quelle speist. Und haben wir den Grund gefunden, aus dem das Wasser zur Quelle fließt, fragen wir weiter, wie es denn dort hinkommen konnte. Und was mit dem Fluss, der Quelle und dem Wasser sich nicht lösen lässt, lässt sich auch mit Gott und meinem Selbst nicht lösen. Das Ausschließen, Transzendieren oder Einrahmen, das wir in nahezu jeder Schrift irgendwo finden, ist doch auch keine Lösung, sondern die Fragen bleiben. Und was wir im Grunde dann tun, ist, irgendwann aus der puren Verzweiflung heraus ein Ende zu setzen, das jeder Logik unseres Denkens widerspricht. [2. Was in der Bibel steht, stimmt! Woher weiß ich das? Es steht in der Bibel!] Das Fragen wird so niemals zu einem Ende kommen können, das ist in meiner Vorstellung einfach sicher, denn ein Ende zu setzen heißt doch, mit Glauben beginnen zu müssen. Und mit Glauben habe zumindest ich so mein Problem.

Betrachten wir, um weiterzukommen, dann einfach den zweiten Störenfried, die Vorsilbe „Ur“. Laut Wikipedia dient die Vorsilbe Ur... dem Bezug auf eine lang vergangene, alte oder ursprüngliche Sache. Einen weiteren Bezug findet diese Vorsilbe in Bezug zu einem Ausgangspunkt und als Steigerungsform (Augmentativbildung) wie bei „urgermanisch“ zum Beispiel. Der nächste Bezug ist die Verwendung bei Ahnenreihen, wo sowohl zukünftige als auch vergangene Verwandte mit Ur... beginnen wie bei Urenkel und Urahnen. Und natürlich gibt es diese Steigerungsform auch bei Jugendsprachen, wo sie wie bei „urcool oder urgeil“ als ins Exzessiv gesteigert verwendet werden.

Was ist also jetzt der Uranfang? Wahrscheinlich ist meiner Einschätzung nach damit

der Ausgangspunkt gemeint, den der Sprecher als letzten oder öfters auch mal als ersten Punkt seiner Befragungsreihe festgelegt hat. Wir finden solche Punkte in der Astronomie als Urknall, in der zum Beispiel christlichen Theologie als der Urahn (Adam), in der Chemie als der Urstoff (Wasserstoff als Element). In der Spiritualität finden wir solche End- oder Anfangspunkte als Atman oder das Selbst, wobei beide als die letzte oder erste Ebene angesehen werden. Wir können das dann zielführend den Urgrund nennen. Nun sind die europäischen und indischen Systeme ja alle auf der Kausalität, dem Ursache-Wirkungsprinzip aufgebaut. Hier liegt wie bei nahezu allen europäisch orientierten Religionen und Anschauungen [3. Die Wissenschaften westlichen Stils sind hier ebenfalls dabei.] entweder ein oder mehrere Götter oder ein synthetisches Prinzip (Transzendenz, Existenz, Universum) zugrunde. Kurz gesagt ist die Befragungsreihe ja nicht abgeschlossen an den genannten Punkten, sie wird aber einfach so, sozusagen willkürlich, unterbrochen, weil die Menschen der Gesellschaft sich in Glauben und Wissen und in Bezug zu entsprechenden Definitionen darauf geeinigt haben, das so zu tun.

Was wir bis jetzt vorfinden, ist doch folgender Sachverhalt: Bei den zusammengesetzten Wörtern aus den Eingangszeilen, gibt es einen gesetzten Punkt, der nur aufgrund einer Vereinbarung nicht überschritten werden sollte. Diesen Punkt nennen wir Grund, Urgrund. Zurück zu ihm können wir nicht gehen, das haben wir schnell eingesehen. Wir können ihn uns nur vorstellen. Und in dieser Vorstellung kreierten, erfanden Menschen jeglicher Tradition in allen Zeiten ihren ureigenen (im Modus der Verstärkung) Beginn. Ich sehe das heute so wie zum Beispiel bei den alltäglichen Beurteilungen der Spezialisten an den Börsen. Jeder reimt sich dort irgend etwas zusammen, proklamiert das öffentlich und hofft, das viele Andere dieser Argumentation folgen und mit Taten unterfüttern, wobei mit zunehmenden Erfolg das Erratene immer mehr Wahrnehmung und somit mehr Wirklichkeit bekommt. Das besonders die erfolgreichen Treiber dieser Wirklichkeit in Wahrheit am Anfang ihrer Tätigkeit eigentlich Lügner und Betrüger waren, spielt dann schon bald keine Rolle mehr. Und hier haben wir dann auch die spezifische Eigenschaft des Menschen, die diese Lebensform vor allen anderen Wesen auszeichnet: Menschen sind unter allen Tieren die am höchsten entwickeltesten Lügner und Betrüger [4. Darüber in einem anderen, späteren Artikel mehr...]. Ihren Erfolg verdanken sie in weiten Teilen der überragenden Fähigkeiten zur Täuschung und Überlistung ihrer Feinde und Opfer, und weitergehend sogar noch gegenüber sich selbst. Und natürlich spielt auch Ausbeutung in allen Belangen eine Rolle. Aber das ist dann eine ganz andere Gedankenlinie. Nun gelten diese Ausführungen für alle der Kausalität folgenden Systeme. Aber es gibt ja auch solche, die weder diesem Prinzip folgen (Das klassische China wäre ein Beispiel) noch so etwas wie einen Urgrund kennen. Der Buddhismus sieht eine Leere als so etwas wie den Grund an, aber „leer“ ist ja

ein Eigenschaftswort, das so etwas bedeutet wie „nicht gefüllt mit etwas“. Da ist also bezüglich der Füllung kein Etwas, kein Subjekt zu erkennen. Und da die Metapher eines Gefäßes im buddhistischen Theoriegebäude ja auch bestritten wird, das Gefäß Universum ist unendlich und wird sogar als zeitlos gedacht, kann es somit gar nicht leer sein. Leer-Sein-Können bedarf immer eines abgegrenzten Raumes, eines Rahmens. Den gibt es für das Universum aber nicht. Im Mahayana [5. Der Mahayana ist die vorherrschende Form des Buddhismus] wird das sogar noch weitergeführt und als „Leerheit“ bezeichnet, also als ein Substantiv eines ursprünglichen Adjektivs. Für uns Europäer ist das vollkommen unlogisch. Im Leeren ist keine Substanz, kein Anfang, kein Ereignis, das sich eingrenzen ließe, möglich. Wo etwas leer ist, da ist nichts drinnen. Und wie kann etwas Unbegrenztes, Unendliches und sogar zeitlich nicht Eingrenzbare, als sozusagen „Alles, was ist“, leer sein.

Es stellt sich doch stets die Frage, was es mit dem Urgrund, den wir finden sollen und wollen und der so wichtig scheint, eigentlich verbinden. Was erreichen wir eigentlich, wenn wir den Urgrund erreichen? Was gibt es dort, was es hier und jetzt nicht zu geben scheint? Häufig wird dieses Erreichen als eine Erleuchtung angesehen, als ein Ankommen in Vollendung, eine Erfahrung, die alles andere in den Schatten stellt. Aber betrachten wir das einmal nüchtern. Das dort zu Erreichende wird ja nicht erst jetzt für uns geschaffen. Es ist ja schon da, war schon da vor meiner Geburt, und wird mein kurzes Leben auch überdauern. Darin sind sich alle einig, die zurück zum Ursprung wollen. Was erreichen, erleben, erfahren wir also, wenn wir ankommen? Ist es nicht eher das Erlebnis der Erfahrung, sich über Jahre hinweg stets geirrt zu haben, herumgeirrt zu sein in Geschichten und Setzungen, die nicht einmal die Spur einer Realität aufweisen. Und ist das Ergebnis der Brillensuche, das beschreibt, das ich dieses gesuchte Objekt schon die ganze Zeit auf der Nase sitzen habe und ich nicht in der Lage war, das zu bemerken, nicht eher ernüchternd und nicht als erhaben zu betrachten. Im Buddhismus sind Gier, Hass und Verblendung die drei großen Übel, die den Menschen auszeichnen. Weniger zu begehren, weniger zu hassen und weniger verblendet zu sein wäre also ein Schritt auf dem Weg zum Ziel. Aber ist die Suche nach einem Ziel nicht auch Begehren. Ist unsere Verblendung, die wir bemerken müssen, um ans Ziel zu gelangen, nicht gleichzeitig auch zumindest etwas Hass auf uns selbst, zumindest in der Form, in der wir uns gerade jetzt sehen. Und ist Verblendet-Sein nicht immer mit „einem Wissen, das...“ verknüpft. Ist also, um exakt weiter zu fragen, ein Ziel zu haben nicht Verblendung? Somit wäre auch das Zurückkehren

wollen zum Ursprung also auch Verblendung? Kompliziert? Nein, Logik!

Betrachten wir daher das ganze Dilemma mal aus einer weiteren Perspektive. Gibt es einen Anfang? War am Anfang meiner Existenz wirklich meine Zeugung oder Geburt? Für mich als Mensch betrachtet mag das aus allgemein gültiger Sichtweise ja folgerichtig sein. Für mich persönlich aber finde ich diesen Anfangspunkt nicht. Viel eher erscheint mir das Erlebnis eines Aufwachens in einer bereits vor-
ausgebildeten Existenz viel wahrscheinlicher zu sein. Der erste und älteste Punkt in meiner Erinnerung liegt in etwa im Alter von vier Jahren und besteht nur aus einer sehr kurzen Sequenz. Bereits der nächste Punkt liegt Jahre später, bei etwa acht Jahren und war ein sehr einschneidendes Erlebnis. Dazwischen ist, bis auf sehr kleine Zwischentöne, überwiegend Bilder, absolute Leere, in der Definition „keine Erinnerung“. Trotzdem kommt es mir vor, als wäre diese Leere doch irgendwie von mir durchlebt, durchlitten worden. Da ist kein Bruch durch die fehlenden Erinnerungen. Treiben wir es jetzt einfach mal auf die Spitze. Was wäre, wenn wir uns generell an Vergangenes nicht erinnern könnten? Wie würden wir denken, wie leben? Ich bin mir sicher, das wir als Menschen so in freier Wildbahn nicht hätten überleben können. Die Erinnerung gebiert in meiner Vorstellung ja gerade die Fähigkeiten, mit denen der körperlich eigentlich so schwache Mensch sich in der Natur gegen viele Neider und gefräßige Feinde hat durchsetzen können. Sollte die Erinnerung also nicht eine besondere Rolle spielen auch in der Planung einer Zukunft?

Es gibt im Chinesischen die schöne Geschichte mit dem Boot, das bei einer Wanderung zur Überfahrt eines gefährlichen Stromes benötigt wurde. Am anderen Ufer angekommen allerdings, ist es dann nicht mehr von Nöten. Es kann getrost zurückgelassen werden. Wenn unsere Erinnerungen wie das Boot gesehen werden, müssten wir dann nicht zu einer Schlussfolgerung kommen, die besagt, das Erinnerungen der Vergangenheit hier und da mal von Nutzen, überwiegend aber eher zu einer Last zu werden drohen, wenn sie nicht wirksam ausgedünnt werden. Die Frage ist doch, wie kann so ausgedünnt werden, das verschwindet, was wir nicht brauchen, und bleibt, was in naher Zukunft eventuell noch benötigt wird. Ich weiß nicht, wie das geschehen kann. Und damit bin ich wieder an der Stelle angekommen, die ich am Anfang des Artikels schon einmal gestreift habe. Ich weiß nicht und gehe trotzdem. Und wieder einmal bin ich gedanklich im Kreis gelaufen.

Oftmals müssen wir raten, müssen einfach tun auch ohne Wissen, ohne Nachdenken, ohne Sicherheit. Ist es nicht das, was ein Leben so richtig spannend und aufregend macht. Was ich allerdings einschränkend konstatieren muss ist der Ratschlag, das bei allem Mut trotzdem immer etwas im Hintergrund eine Rollen spielen sollte, das sinnvolle Maß. Daher unterscheiden wir auch zwischen den Begriffen Mut und Wagemut. Wir müssen viel riskieren, um recht zu leben, ja, aber das gilt eben nicht für alles und nicht zu jeder Zeit. Maß-Halten ist somit nicht nur ein Begriff für das Langweilige in einem, sondern sogar eine absolut notwendige Bestrebung für das Leben. Ein rechtes Leben enthält daher in meiner Vision immer einen gut durchdachten Anteil von Maß. Das gilt das für den Umgang mit Menschen, mit Tieren und Pflanzen, mit der Technik und auch innerhalb von kulturellen Systemen. Die Frage, die ich mir häufig stelle, ist: Muss das wirklich sein? Und sehr häufig und mit zunehmenden Alter immer öfter lautet die Antwort: Nein. Und manchmal wird auch schnell „nein“ gedacht und es trotzdem unmittelbar in eine Tat umgesetzt. So ist das eben mit mir als Mensch. Vollkommen-Sein geht wohl doch anders.

Wie am Anfang in der Überschrift ausgeführt, sind diese Zeilen der Versuch 001. Es werden weitere Versuche folgen müssen, wie das dreistellige Format das schon in der Überschrift, durchaus pessimistisch vorgeprägt, vorzugeben scheint. Vielleicht mit einem anderen Einstieg, vielleicht mit anderen, konträren Gedanken, vielleicht auch mit anderen Schlussfolgerungen. Ich denke, es müssen im Denken noch viele Versuche zum Scheitern gebracht werden, um wirksam vorwärts zu kommen. Es bleibt, zumindest für mich als Schreiber, spannend. Und das ist es auch, was mich auch in Zukunft hoffentlich zum Denken-Wollen beflügeln wird.



Spirituelle Suche und Weisheit

Bei der spirituellen

Suche sprechen wir gerne, ausgelöst durch eine große wahrgenommene Sehnsucht, von der Suche nach Einheit, Befreiung, Erlösung, Erleuchtung, um durch deren Verwirklichung ins Wahre, Schöne, Gute oder auch nur in eine friedvolle Stimmung und Lebensführung zu kommen, die die Angst vor dem Tod oder dem Vergehen endgültig zu besiegen und so der Welt, dem Lebendigen und uns selbst das wie immer gestaltete Paradies zurückzuerobern verspricht. Das ist die Vision nahezu aller Befreiungs-Theorien, die die Welt und deren umfangreiche Literatur zu bieten hat. Ich möchte nachfolgend einmal versuchen, etwas Struktur in diese Formen zu bringen und werde mich dann trauen, einige Begriffe und Annahmen kritisch zu hinterfragen.

Zunächst bedeutet spirituell zunächst einmal „Geistigkeit“, also eine Lebenshaltung, die der geistigen und fein-stofflichen den Vorzug vor der materiellen Welt einräumt. Diese Ausrichtung erfolgt in dem festen Glauben, eine Sehnsucht zu verspüren, die nach dieser als Priorität angesehenen Fähigkeit Ausschau halten lässt. Nun ist eine Sehnsucht in normalen Fällen ein Gefühl, das uns uns nach einem bekannten und als wohlführend erkannten Umfeld zurücksehnen lässt, also einer Umgebung oder Ausrichtung, die uns gewohnt war und die wir verloren haben. Die Sehnsucht nach dem Zuhause oder auch einer bestimmten Menschengruppe, nach bestimmten Orten oder klimatischen Verhältnissen, nach bestimmten Essen oder einer Tätigkeit ist nahezu jedem hinlänglich bekannt und auch verständlich. Die Sehnsucht nach Befreiung allerdings würde, im selben sprachlichen Kontext gebraucht, bedeuten, das wir einmal frei waren, diese Freiheit verloren haben und uns dahin zurücksehnen. Ein verständliches Gefühl. Wie aber würde es sein, wenn wir vollkommen sicher sein müssten, das wir die so ersehnte Freiheit noch niemals haben genießen können, zumindest nicht in diesem unserem Leben seit unserer Geburt?

Das würde bedeuten, das wir diese Sehnsucht nicht aus uns heraus, also aufgrund einer

eigenen erlebten Erfahrung, sondern auch einem anderen Grunde in uns aufleuchten sehend erkennen müssten. Diese anderen Gründe könnten die Geschichten sein, die uns Religionen, deren Bräuche und Überlieferungen, also Erzählungen vermitteln. Das Paradies zum Beispiel ist so eine Geschichte, die uns den Verlust der perfekten Welt vermittelt und uns anhält, ja nur alles so zu tun, wie es verlangt wird, um den Einzug in diese schöne Welt nicht zu verpassen oder zu verspielen. Andere Geschichten erzählen von einem Raum des endlosen Lebens, in dem es weder Not noch Angst gibt und in der alle Wesen in Glückseligkeit verharren. Das Nirvana des Hinduismus ist so ein Raum, der über die Realisierung von Atman/Brahman gewonnen und die leidensreichen Wiedergeburten ein für allemal beenden würde. Andere Wege der Sehnsucht-weckenden Geschichten sprechen davon, dass es Mittel und Wege gibt, uns vom Leiden in der Welt zu befreien und was uns ermöglicht, ein glückliches und einfaches Leben zu führen im Einklang mit der Natur und seinen Schönheiten. Viele sogenannte Aussteiger und sogar eine ganze Generation der westlich-zivilisierten Welt in den 70er Jahren sind diesen Rufen gefolgt. Diese Geschichten sind bekannt, verbreitet und heute jedem zugänglich. Die moderne Geisteswissenschaft nennt sie Narrative, Kultur-begründende Erzählungen, die unser Denken und Streben zu begründen vermögen. Was wäre also, wenn sich die wahrgenommene spirituelle Sehnsucht auf diesen Narrativen begründen würde? Würden wir einen oder den wichtigen Unterschied bemerken?

Gehen wir in der

Eingangsbeschreibung einen Schritt weiter und beschäftigen wir uns mit den Zielen, denen unser Aufbruch zugrunde liegen könnte. Ich meine die Suche nach Einheit, Befreiung, Erlösung, Erleuchtung, oder um eine Verwirklichung ins Wahre, Schöne, Gute oder auch nur in eine friedvolle Stimmung und Lebensführung. Wie kann ich mir das vorstellen? In den meisten Theorien um Befreiung überhaupt geht es doch um die Erringung einer Haltung, die als Einheit, Das Eine, Das All-Eine oder Gott, Atman, oder Monade beschrieben wird. Auch die altbekannte Seele, die es stets und immerzu zu retten gilt in christlichen Religionen, gehört hier in die Sammlung hinein. Keines dieser Begriffe, alle als Substantiv angelegt, liegt in irgend einer

Form eine materiell oder wissenschaftlich zu begründende Substanz zugrunde. Substantive beschreiben Lebewesen, Gegenstände und Begriffe, so will es deren Definition. Begriffe wiederum beruhen auf hierarchischen Systemen, die sich aus Einzelbegriffen zusammensetzen und so komplizierte Vorgänge in einem Wort zu beschreiben vermögen. Ein schönes Beispiel hierfür ist Kants „Kategorischer Imperativ“, dessen Verständnis-Voraussetzungen ganze Bücher zu füllen vermag. Auch die Eingangs genannten Begriffe Einheit, Atman und so fort sind solche Begriffsbündel, die so leicht und einfach nicht zu verstehen sind. Erschwerend kommt hinzu, dass verschiedene spirituelle Traditionen in Bezug auf den Inhalt dieser Begriffe sehr unterschiedliche Bündel benützen und diese als Begriff dann auch anders definiert sehen wollen. Die Befreiungen des Hinduismus, des Buddhismus und des Christentums haben, hört man in deren Erzählungen genau hinein, nicht viel miteinander gemein. Was allerdings wäre mit all diesen Begriffen, die ja auch alle auf eine absolute Einheit zielen, wenn Platon recht hätte und seine Behauptung sich als richtig erweisen würde, dass der Mensch als Wesen und mithilfe der Sprache, die er pflegt, Einheit gar nicht denken kann. Was wäre also, wenn es Einheit zwar gäbe, aber der Mensch sie nicht erfassen könnte? Würde er sie trotzdem weiter anstreben wollen, anstreben können?

Wer sich dann etwa intensiver mit dem Thema beschäftigt, findet heraus, dass sich seit nahezu 2500 Jahren unzählige Menschen mit diesem Problem beschäftigt haben und daraus eine unendlich Vielfalt an Zugängen geschaffen wurde, mit denen das Udenkbare denkbar gemacht werden kann, soll oder sollte. Jeder Religionsgründer, jeder Philosoph, jeder Weise, sie alle sind sogar in verschiedenen Weltgegenden und Kulturgebäuden zu Hause, beschreibt im Grunde seinen Zugang zu dieser Problemstellung. Es gibt Streit darüber, Disput genannt, es gibt verschiedenen Grundstrukturen, in denen diese Abhandlungen beschritten werden und fast ein jeder glaubte sich selbst mit seinen Ausführungen im Zenit des Universums angesiedelt zu haben. Grundsätzlich aber gibt es zwei große Strömungen, zwei Wege der Lösung. Die eine und am weitesten verbreitete Lösung erkennt einen Bereich des Begrifflichen als gegeben an, den der Mensch weder begreifen, denken noch erkennen kann, der damit transzendental ist und als gegeben, gesetzt verstanden werden muss. Transzendentalien

sind Begriffe wie Gott, das Wahre, das Schöne, das Gute, die Vernunft, die Idee usw., die allem Seienden als Modus zukommen. Sie sind nicht jenseits des Begriffes, sondern sozusagen als Grundlage, Font im Begriff als Voraussetzung enthalten.

Die zweite Grundlage

baut auf der Begrifflichkeit der Immanenz auf. Diese bezieht sich nicht auf Begriffe, sondern auf den Gegenstand, den der Begriff beschreibt und weist diesem eine innewohnende Eigenschaft zu, die weder durch Folgerung noch durch Interpretation abgeleitet oder begründet werden kann. Spinoza zum Beispiel beschreibt Gott als die eine Ursache aller Wirkungen, die allerdings auch andere Ursachen zwangsläufig mit einschließt. Immanenz bedeutet immer einen Einschluss aller Gegenstände und Bedingungen, die Leben und Welt hervorbringen. Eines der schönsten und weitreichendsten Beispiele für Immanenz-Denken und dies bezüglich allen Seins zeigt sich im Taoismus, in dem das „Tao des Himmels“ die rechte Beschreibung des Wegs benennt, der zum Heil und zum Gelingen führt. Immanenz wird allerdings in der heute federführenden westlich-orientierten Philosophie immer nur als Unterkategorie gesehen, wird mit Naturalismus oder als Einschluss ins Absolute angesehen, gleichgesetzt und wie eine Vorbedingung behandelt, die dann doch letztlich ins Gegenteil, also ins Transzendente hinüber führt. Schelling ist hierfür ein leuchtendes Beispiel.

Alle bisher

genannten spirituellen Begriffe und Erscheinungen beruhen letztlich auf der Suche nach dem Einen, das alles andere einschließt und somit dem Fragen ein Ende bereitet in der Hoffnung, damit das Leiden zu beenden und in Glück und Frieden leben zu können. Was aber, wenn wir damit einer Täuschung aufgesessen sind und einsehen müssten, dass diese ganzen dialektischen Gebäude sich schon mit einer einzigen Frage zum Einsturz bringen ließen? Wenn wir das Gute, das Glück und den Frieden, die Freiheit und die Erlösung anstreben und dieses alles auch erreichen, wo blieben das Schlechte, das Unglück und der

Unfrieden, die doch mit ihrem Gegenteil auch in die Welt gesetzt wurden und die es es nun zurückzulassen gilt? Was ist dann mit denen? Verschwinden die einfach? Wenn sie verschwinden, gibt es Glück, Frieden und das Gute dann überhaupt noch und was haben wir dann letztlich erreicht? Der Positivist würde es wahrscheinlich Glückseligkeit nennen, der Pessimist würde wohl Langeweile dazu sagen, und was sagt der Weise dazu? Würde der Weise nicht sagen, das sowohl ein Nachdenken als auch ein Ignorieren dieser Fragen nicht zu einem Ergebnis kommen kann? Der Weise sagt dazu, das Suchen nicht zum Finden führt, und meint damit, das die ganze Mühe niemals zum Ziel führen kann, weil... Und auch hier gibt es wieder viele Begründungen, aber diese gelten entweder nur für jetzt oder nur für dich oder beides oder keines von beiden. Was aber meint der Weise aber damit?

Weisheit ganz

allgemein gesagt, das sich der Mensch am Lauf der Welt, die sich in Immanenz (Tao, Gott) äußert, orientieren müsse. Da alles „von-selbst-so-ist, wie es ist“ ist, alles ständig im Wandel gegriffen ist, sind Natürlichkeit, Spontanität und Wandlungsbereitschaft die Grundlage für rechtes Handeln und Denken. In dem wir Harmonie bevorzugen und zurücktreten, bescheiden sind und ohne ein Ziel zu verfolgen unser Leben leben, kommt alles zu einem guten Ende. Für den Taoismus, der diese Grundsätze pflegt, gibt es die Unterscheidungen und Begriffspaare wie Gut und Schlecht, Glück und Unglück, Frieden und Unfrieden nicht, sondern diese treten im beständigen Wandel stets gemeinsam auf, werden in der Schrift auch oftmals zusammen in einem Zeichen verbunden und es gilt, diese Gegensätze zu überwinden, oder anders gesagt nicht in diesen Gegensätzen zu denken. Und der Weise begründet das damit, das diese Paare zwar zunächst kurzfristig zwecks Unterscheidung als hilfreich ansehen werden können, aber durch den Wandel keinem Wesen oder Ding dauerhaft zugeschrieben werden können. Damit wird eine Zuweisung grundsätzlich verhindert. Nichts ist daher von Dauer und so wird auch nichts als grundlegend betrachtet. Es kann auf diesem Grund keine Lehre aufgebaut und gesichert werden. Was bedeutet diese Sichtweise aber für ein Leben in einem westlichen Industriestaat, in Arbeitsteilung, Sozialverbund und einem kapitalistisch organisierten Wirtschaftssystem? Das ist eine sehr berechtigte Frage, und darauf gibt es bis heute wenige Antworten.

Zunächst einmal ist zu entscheiden, was wir definitiv erfahren haben und somit als Wissen aus eigenem Erleben zur Verfügung haben und Wissen, das wir nur gehört und erlesen oder uns nur vermittelt wurde. So ist zum Beispiel das Gros des Erlebens der Kindheit in der Regel erzähltes Wissen. Meine erste klare Erinnerung verweist auf das vierte Lebensjahr und besteht nur aus ein paar Bildern, die als Video nur Sekunden lang wäre. Die nächsten Erinnerungen verweisen bereits auf den Schulhof der Grundschule, weitere Erinnerungen gehen meist auf sehr einschneidende Erlebnisse (Beerdigung, Streit, Strafe) zurück. Der ganze Rest ist eher dunkel, unscharf und kaum zu einer Geschichte zusammensetzbar. Mit anderen Worten ausgedrückt ist meine Kindheitserinnerung entweder mir erzählt worden oder besteht aus sehr dezenten Fragmenten. Mit dieser Erkenntnis im Gepäck kann ich aus heutiger Sicht eigentlich nur sagen, das ich irgendwann mit 12 oder 13 Jahren wie aus einem Traum aufgewacht bin. Im Grunde war zu diesem Zeitpunkt bereits alles fertig, der Status in der Familie, die Ausbildungsrichtung und auch die Freundes- und Bekanntenkreise sowie das Gros der Interessen. Selbst die Schule samt meiner Leistungen darin entzog sich demnach so vollkommen meiner Einwirkung. Ich wurde in ein Leben geworfen, das seine Bestimmung bereits erhalten hatte. Die erste wirkliche Freie Gestaltung meinerseits bestand aus der Wahl meines Ausbildungsplatzes, der gegen den Willen meiner Eltern erfolgte und daher meine erste freie Entscheidung darstellte. Nur, die Wahl dazu bestand nicht etwa aus der unendlich großen Zahl an Berufen, sie bestand in meinem Fall aus genau zwei Alternativen, es ging also nur noch um ein so oder so. Weder die eine noch die andere konnte ich damals in voller Klarheit sehen. Ich entschied faktisch nur nach dem Kriterium, was ich nicht wollte.

Exkurs:

Grundsätzlich gibt es für jede Form des Lebens Phasen, die allgemein als gültig angesehen werden können. Die Phase der Kindheit und der frühen Jugend erfolgt in Abhängigkeit von den Erwachsenen (Phase 1), die die Betreuung von jungen Menschen übernommen haben. Dann erfolgt in noch sehr jungen Jahren die Phase

der Abnabelung von den ersten Göttern, die praktisch die Eltern darstellen und Pubertät (Phase 2) genannt wird. Mit etwas Glück trifft man, wie oben beschrieben, hier erstmals eine eigene Entscheidung. Dann geht die Ausbildung in die zweite Phase, Beruf, Passion, Orientierung genannt (Phase 3), in der Regel kombiniert mit der beginnenden Aufgabe als Eltern, dann erfolgt eine Stagnationsphase in einer beruflichen Routine, begleitet von der Abnabelung der eigenen Kinder (Phase 4), dann kommt der Eintritt in den Ruhestand (Phase 5), der dann von Stagnation begleitet (Phase 6) mit dem Tod endet, entweder mit Krankheit und Pflege begleitet, unterschiedlich lang oder auch kurz und überraschend. Was wir aber immer sehen können, meiner Meinung auch müssen, ist die Tatsache, das sich hier im Leben eines Menschen nur ein einziger Abnabelungsprozess ausgebildet hat. Zumindest wird in unserer Kultur und Wissenschaft in der allgemeinen Anschauung und kulturellen Beschreibung nur ein einziger dieser Prozesse beschrieben und behandelt, und das ist die Pubertät. Das ist meiner Ansicht nach falsch. Warum sehe ich das so? Ab Phase drei gibt es in unserer westlichen Kultur keine wirklich Wahl mehr. Es muss ja ein Einkommen aufrecht erhalten werden. Jeder Bissen und jeder Schluck kostet. Der erlernte Beruf, die gegründete Familie erlaubt maximal noch eine berufliche Fortbildung, die zwar mehr Geld bringt, aber dafür über Jahre hinweg die komplette freie Zeit bindet. Bleibt man einfach im Beruf, erfolgen automatisch Stagnationsphasen. Nur wenige Berufe erfordern lebenslanges Lernen, und so wird die Routine Tagesgeschäft. Das nervt, erst sich selbst, dann die Umgebung, und führt nicht gerade zu einer ausgeglichenen Stimmungsstabilität. Viele Ehen gehen in dieser Zeit einfach zugrunde. Dann wird das Rentenalter erreicht. Die Kinder sind selbstständig, die Routine erlischt und plötzlich steht die große Freiheit vor der Türe. Ein leistungsloses Einkommen, viel freie Zeit und 52 Wochen Urlaub. Nicht jeder verkraftet das. Wohl dem, der jetzt über ein Hobby, einen Bekanntenkreis in der gleichen Altersgruppe und/oder eine Passion verfügt, die ein sinnvolles sich beschäftigen erlaubt. Vorbereiten konnten sich nur wenige auf all diese Brüche. Die meisten Wendungen und Wandlungen kommen unverhofft und ungeplant. Muss das aber so sein?

Was ist daraus

abzulesen? Warum schreibe ich das auf? Und natürlich habe ich mich

gefragt, wie viel davon ist autobiographisch. Und auch die Frage habe ich gestellt, ob man dieses alles als eine allgemein gültigen Ablauf bezeichnen kann. Was mir persönlich immer mehr auffällt und zur Klarheit kommt, ist die Tatsache, das wir in unserer zivilisierten Welt zwar immer mehr Wahrheiten erkennen und Erscheinungen aufdecken, das daraus aber nahezu immer keinerlei Reaktionen erfolgen. Anscheinend, zumindest ist dies ein erster Erklärungsansatz, erkennt die große Mehrheit der Menschen zwar die Aussagen im Einzelnen, aber verfügt nicht mehr über die Fähigkeit, diese einzelnen Erkenntnisse zu einem Ganzen zusammen zu fügen. Ich für meinen Teil habe mir einige Traditionen spirituellen Arbeitens angesehen, und obwohl ich mich letztlich für zwei dieser Übungsweisen entschieden habe, halte ich alle anderen Möglichkeiten nicht für falsch oder unbrauchbar. Und um in Zen-Sprech diese Erkenntnis auszudrücken, all diese oftmals auch seltsam anmutenden Wege führen zu ein und demselben Ziel. Sie sind nur unterschiedliche Pfade im gleichen Gelände, denn: Der Weg liegt vor unseren Füßen, ist unendlich breit und ist so offensichtlich, dass er wie der Wald vor lauter Bäumen nicht wahrgenommen wird. Das Problem dabei ist, das ein Abstand zwar hilfreich wäre, um wahrnehmen zu können, aber nicht möglich erscheint. Denn von Allem als Einem kann es keinen Abstand geben. Es müsste also mindestens zwei geben, um eines davon wahrnehmen zu können. Und aus Zweien entsteht dann ein Drittes und daraus, wie es im Zen heißt, die Welt. Aber die Welt ist trotzdem nur Eines, und dieses Wissen im Hintergrund zu halten und doch in Teilungen zu denken ist das große Problem der spirituellen Suche überhaupt.

Nun sind

Transzendenz und Immanenz ja Gegensätze, die beide bis zum Einen hin gedacht, aber nicht denkend realisiert werden können. Daher versuchen beide Richtungen, das Denken auf die eine oder andere Art auszugrenzen, auszuschließen. Aber im Einen geht ausschließen ja eigentlich ebenfalls nicht. Daher versucht der Weise auch nicht, das Denken auszuschließen, sondern zu vereinen. Und die Mittel zu diesem zunächst als unmöglich zu bezeichnenden Sehen ist der Versuch, das Denken in Gegensätzen und Wertungen, die ja ebenfalls immer etwas

ausschließen, zu meiden, soweit das eben möglich ist. Dies gelingt in der Annahmen der Wandlung, die immanent gedacht, sowohl das eine wie das andere als vorhanden betrachtet, aber durch den Abstand der Wandlung jeweils immer nur eines von beiden zur Existenz kommen lässt, das andere aber denkend als immanent mit einbezieht. So kann eine Aussage heute richtig, aber morgen bereits falsch sein, kann ein Rat für den einen richtig, für einen anderen aber falsch sein. Da nichts von Bestand angenommen wird, ist nichts als Gesetz, Regel oder Sein festgelegt. Alles besteht in Abhängigkeit zu anderen. Daher kann es für Weisheit auch keine Regeln, keine Festlegungen, keine Grundsätzlichkeit geben. Alles steht zu etwas in Abhängigkeit, um existent zu sein. Die Fachwelt nennt das relativierend denken. Es gibt nur endlose Relationen, keine feste Substanz. Daher auch die Aussage, das im Grunde genommen alles leer ist, da nichts, was existiert, ewig andauern kann. Alles ist im Fluss, oder besser gesagt im Wandel. Niemand kann sagen, wann dieser Wandel einsetzt und wie lange er andauert. Und da nichts ewig ist, was vergehen kann, kann das alles auch leer genannt werden. Und so ist auch der Satz zu verstehen, das „nur die Leere existiert“, denn ewig ist nur das, was nicht vergehen kann. „Sein an sich“, das ist die Lehre der Weisheit, gibt es nicht und kann es sogar gar nicht geben. Kein Gott, kein Selbst, kein Atman und keine Monade wird ewig andauern, kein Verstand, keine Vernunft und kein Sein kann als ewig gültig angenommen werden. Sein kann nur etwas in Bezug zu anderen. Dazu aber kann es nicht auf Das Eine reduziert werden. Es kann nur in Relation gedacht werden.

Wenn wir uns in

Spiritualität bewegen, muss und sollte uns dieser Konflikt in jedem Fall klar vor Augen stehen. Das Eine ist und bleibt im Hintergrund, immer, ist nicht fassbar und nicht vermittelbar. Und ab zwei erst ist Dialektik, also Denken überhaupt möglich. Wir können uns daher der Wirklichkeit, der Wahrheit denkend nur annähern, aber das Ziel nie erreichen. Und nur, wer bereit ist, das auch zu verstehen, kann weise genannt werden. Die spirituelle Suche bleibt daher immer ohne Ziel. Es ist der Weg, um den es geht, es ist das Fortschreiten auf einem Weg (...der kein Ziel haben kann, weil ein Ziel den Weg am Ende verlöschen ließe...), auf dem spirituelle Suche stattfindet.



Es sind Interpretationen, die den Fluss zum Stehen bringen...

Im spirituellen

Umfeld sind Sätze, die mit „Ich“ anfangen, oft verpönt. Und meist wird dieses „Ich“ dann nicht als Subjekt, sondern als Objekt betrachtet, wie zum Beispiel im Zen in der Frage: „Was bin ich?“ Was aber bedeutet das? Für mich ist das eine der schwierigsten Fragen, die ich kenne.

In unserer Sprache

ist die Trennung von Subjekt (Ich sehe/denke/bin...) und Objekt (das Gesehene/Gedachte/Seiende...) selbstverständlich. Daher beginnen viele Sätze mit „**Ich...**“ und deuten von da auf ein Objekt. Subjekt und Objekt bewohnen so verwendet nicht die gleiche Welt. Für das Subjekt ist alles, was nicht-Subjekt ist, Welt. Es gibt daher immer ein „Ich“ und eine „Welt“. Bin ich aber nicht auch in der Welt, bin ich nicht sogar ein Teil der Welt, gehört also „Ich“ nicht zur Welt und die Welt nicht ebenso zum „Ich“?

Immanenz nennt die Wissenschaft dieses Phänomen, das wir aber aus meist praktischen Gründen in unserer Sprache stets missachten. Man nennt das Dualismus. Und Dualismus ist eine Setzung, die uns das logische Denken, dem wir folgen (wollen), auferlegt. Geht das nur so? Diese Frage beschäftigt mich seit langem.

Nach unserer Logik

ist **Sein** ein absoluter Begriff. Und Aristoteles hat festgelegt, das „zu sein“ nicht gleichzeitig „nicht zu sein“ bedeuten kann. Nehmen wir den Menschen als Ding, so ist er jetzt im Augenblick ganz sicher im Sein. In 200 Jahren allerdings wird er das wohl nicht mehr sein können. Der Zustand des „nicht-Seins“ wird also mit großer Sicherheit entstehen. Wie geht das aber dann, vom „Sein“ ins „Nicht-Sein“ hinüberzuwechseln, wenn das nach unserer Logik gar nicht langsam und kontinuierlich geschehen kann, denn für einen Übergang müsste „Sein“ dann das „nicht-Sein“ ja bereits enthalten, um hinüber wechseln zu können. Nach Aristoteles und auch nach heutiger Auffassung geht das nicht, ist das unlogisch. Nun sind solche Fragen philosophischer Natur und für Otto-Normal keine ernsthaft zu betreibenden Problemfälle. Wir sterben einfach, basta. So ist das eben! Das „Warum sterben wir?“ und auch die Frage nach dem „Danach“ sind nicht so wichtig. Trotzdem, diese Frage liegt oft und ganz besonders in der Aktualität wie ein Stein im Rucksack der Seele, bringt die Unsicherheit und Ungewissheit doch die alltägliche Angst hervor, die allgemein üblich in unserem Kulturkreis mit dem Tod verbunden wird. „Sein“ kann nicht als absolut gesetzt werden. Trotzdem verwenden wir es genau so, warum? Was fehlt? Müsste zwischen „Sein“ und „nicht-Sein“ nicht ein Übergang gesetzt werden, der so etwas wie Dauer besitzt? Lässt das unsere Sprache überhaupt zu?

Eine Lösung des

Problems mit dem „Sein“ ist die Setzung einer „**Seele**“.

Diese ist unsterblich, ewig, wird uns ins Paradies nach guten Taten oder in die Hölle nach schlechten Taten eintreten lassen oder irgendwie wiedergeboren werden, um sich erneut zu bewähren. Wenn ich einem Menschen die Seele abspreche oder behaupte, diese sei verloren, werde ich große Reaktionen heraufbeschwören. Die Seele, auch gerne Monade oder Atman genannt, obwohl weder jemals erkannt, gesehen noch gewogen ist ein heiliges Gut. Sie erlöst vor der Angst. Aber sie verhindert auch das Leben. 2000 Jahre christliche Geschichte [1. Empfehlung: Schatten über Europa, Rolf Bergmeier, ISBN 978-3-86569-075-3] zeigen mehr als deutlich auf, wie groß die Angst vor dem Seelenverlust sein kann und welche fatalen Wirkungen diese

neue Angst zeugt. Diese sind in weiten Teilen der Welt auch heute noch oft größer als die Angst vor dem Tod. Haben wir mit der der Setzung der Seele also nur eine Angst gegen eine andere eingetauscht? War die Setzung der Seele nur ein cleveres Machtinstrument, das Wenigen die Macht über viele gab? Diese Frage möge jeder selbst für sich beantworten.

Was mich weiterhin

beschäftigt, sind Worte wie Selbst, Geist, Schöpfung usw. Nun hören wir sehr oft in spirituellen Kreisen, das der/die Eine oder Andere auf der Suche nach dem wahren **Selbst** sich befindet. Das zur Zeit als aktiv empfundene Selbst wird folglich als unwahr aufgefasst, das wahre Selbst aber ist im unwahren Selbst verborgen und wird durch die Ausübung von Techniken aufgedeckt. Das „wahre Selbst“ also steckt direkt im oder hinter dem „unwahren Selbst“. Was geschieht dann mit dem unwahren Selbst, wenn das wahre Selbst erscheint? Stirbt es? Wie dem auch sei. Wahr und Unwahr sind also bis zur Läuterung gemeinsam in einem Ding zu Hause. Nach Aristoteles ist das aber trotzdem nicht möglich. Sein und nicht-Sein, wahr und unwahr? Wo ist da der Unterschied? Wer hat sein wahres Selbst schon jemals gesehen? Wer hat sein Selbst, ob unwahr oder wahr, schon jemals gesehen? Was machen diese Setzungen aus? Sie sind reine Spekulation. Warum verwenden wir sie dann aber dauernd?

Eine weitere

wunderbare Bedeutung hat das Wort **Geist**. Es bezeichnet das mentale Konstrukt, das wir wie oben schon gesehen „Ich“ nennen und in eins gesetzt ist mit dem ebenfalls schon erwähnten Selbst. Eine besondere Rolle spielt das neben Geist verwendete Wort **GEIST**, das den Individuellen Geist weit überflügelt und ihn in eine kosmische Umgebung setzt und damit das ausdrückt, was die Summe aller geistigen Aktivitäten von Leben darstellt, auch gerne als Speicherbewusstsein [2. Alaya vijñana] und Schatz des Lebens bezeichnet. In vielen spirituellen Traditionen ist daher als Übungsweg angelegt, von Geist zu GEIST zu gelangen, teilweise als Transzendenz [3. Gott, etwas außerhalb der Welt stehendes, der Grund, das der sinnlichen Wahrnehmung verschlossene.] oder auch in dessen Gegenteil, als Immanenz [4. Das in allen Dingen enthaltene.]

bezeichnet. Mentale Zustände, in denen diese Barrieren überwunden sind heißen dann Meditation oder Versenkung, Trance oder Hypnose. Allerdings beschreiben trotzdem viele Lehren von Bewusstseinstechiken diese Zustände als unvollkommen, ja sogar gefährlich und es wird davor gewarnt, sie dauerhaft zu erreichen und sozusagen in ihnen steckenzubleiben. Sie zeigen wie im Buddhismus beschrieben nur an, welchen Fortschritt die Übenden gemacht haben und diese werden immer wieder aufgefordert, auch diese Ergebnisse zu überwinden. Darüber hinaus fortschreitende Zustände heißen dann lichte Weite oder kosmisches Bewusstsein. Ich selbst kann dazu nichts sagen, denn diese beiden sind mir weder zugänglich noch bekannt.

In unseren Sprachen

sprechen wir gerne, wenn wir die Welt und ihr Dasein positiv überhöhen, von **Schöpfung**, was nichts anderes bezeichnet als entweder von Gott gemacht oder aus sich selbst entstanden, je nachdem welche Religion oder Weltanschauung der These zugrunde liegt. Im Gegensatz zur Schöpfung ist die Welt meist schlecht und unvollkommen, entweder durch den Menschen selbst gemacht [5. Sündenfall im Christentum] oder durch den Einfluss von Stimmungen wie Habgier, Hass und Neid [6. Buddhismus], die scheinbar aus dem Nichts plötzlich auftauchen und die Welt vergiften. Die Schöpfung selbst ist meist vollkommen und wird nur durch falsches Denken, falsches Benehmen, durch falsche Geschichten oder Erzählungen verdunkelt und muss daher nur befreit werden, um wieder ein Paradies zu sein. Besonders große Organisationen berufen sich gerne auch die Schöpfung und geben vor, Verwalter und Befreier derselben zu sein. In der Historie erleben wir diese meist so in Szene gesetzt, das sie durch den Glauben an diesen Anspruch große Macht gewonnen hatten und haben und diese stets zu missbrauchen verstanden. Ich selbst halte es daher mit Krishnamurti, der eine Organisation als Träger von Weisheit als nicht vereinbar/machbar verstand.

Und dann müssen wir

noch über unser Verständnis von **Zeit** reden. Zeit, das sind

sich sogar die Wissenschaft und die Esoterik einig, gibt es nicht. Zeit ist ein Konstrukt des Menschen, eine Erfindung des Menschen. Nicht umsonst hat die Wissenschaft die Zeit erst an der Bewegung und dann an dem Raum festgezurr. Die Natur kennt nur einen Wechsel der Jahreszeiten, die durch den Abstand zur Sonne und durch dies daraus resultierenden Klimaveränderungen und Lebensbedingungen gekennzeichnet sind. Weiterhin entsteht unterschiedlich in der uns zugänglichen Welt ein Wechsel der Hell-Dunkel-Zeiten. Die Zeit, die wir meinen zu kennen und die 24 Stunden und 3600 Minuten pro Tag in einem 365 Tage usw. dauernden Jahr enthält ist ein künstliches, nicht am Leben orientierten Produkt der Technik. Wir erinnern uns an die Vergangenheit. Diese erstellt Regeln und Handlungsweisen, die sich bewährt haben und die uns eine Fortsetzung eines Lebens ermöglichen. Diese Vergangenheit wird ständig gefüllt mit einem kontinuierlichen Strom von Erlebnissen aus der Gegenwart. Aus diesen erinnerten Erlebnissen konstruiert und erschließt sich der Mensch eine Idee der Zukunft, in dere er sich Fortschritt erhofft und die eine möglichst angenehme Fortsetzung des Lebens ermöglicht. Ein eigentlich genialer Schachzug, der das eben sichert, aber auch mit Risiken behaftet. Denn die mögliche Zukunft, so sie denn nicht die erhoffte Qualität besitzt, erzeugt auch Angst und Negativität, erzeugt über den Wunsch nach Sicherheit auch Gier, Hass und Neid. Und hier entstehen auch die Leiden, die das menschliche Leben so reichhaltig ausfüllten und die eigentlich unsinnig und unerwünscht sind. Was für diese Lage wichtig wäre und was mir im europäischen Denken oft fehlt sind daher Begriffe, die eine Dauer in der Gegenwart auszudrücken imstande sind und die eine Neigung beschreiben können, eine Neigung, die positive und negative Motive in Bewegung zu bringen imstande ist. Nun ist in meiner Anschauung Negativität nicht grundsätzlich schlecht, aber sie sollte mit der Freude, die ich jetzt mal Positivität nennen möchte, zumindest in einer ausgeglichen Balance stehen. Meiner Ansicht nach sind Freude und Leid die Würze des Lebens. Beide in Balance zu halten ist Lebenskunst, sie durch Erfahrung ineinander zu verweben aber ist Weisheit. Angst und Leid zu überwinden geschieht durch das Bewusstsein ihrer Beschaffenheiten, die Kenntnis über die Ursachen und die unendliche Neuausrichtung der Neigungen, die einen Ausgleich, eine Balance ermöglichen. So wird im Thema Freude und Leid für mich ein Schuh daraus.

Es gibt viele

weitere Worte und Redewendungen die in diesem Rahmen gerne und oft Verwendung finden und gebraucht werden, um etwas zu beschreiben, was nahezu unbeschreiblich erscheint. Die hohe Anziehungskraft dieser Beschreibungen drückt die Sehnsucht der Menschen aus, zurück in einen wie immer auch gearteten paradiesischen Zustand zurückzukehren, wo das Leben und das Sein vollkommen und leicht und jeglicher Gefahren enthoben ist. Dafür dann sind Menschen bereit, zu üben, zu sitzen, zu singen, zu tanzen, zu praktizieren oder zu kämpfen, um nur einige Techniken zu nennen, und sie wenden viel Zeit und Energie auf, um dabei sein zu dürfen bei der großen Befreiung.

Nun könnte

man aus meiner Wortwahl schließen, das ich das alles ganz entsetzlich finde und empfehlen würde, dass man das dringend abstellen müsse. Nun, das oder zu Gegenteil ist der Fall. Ich schätze Menschen sehr, die sich um ihr Seelenheil bemühen und bereit sind, dafür Opfer zu bringen. Und ich wünschte mir, das es mehr und mehr werden.

Was ich mit meinen

Zeilen erreichen möchte ist aber die Einsicht, das es nicht die Wortbedeutungen sind, die in der Spiritualität eine Rolle spielen. Es sind auch nicht die unzähligen Aktivitäten und Bemühungen, die für Veränderungen aufgewendet werden, die ich hier beschreiben möchte. Was mir am Herzen liegt ist die Ansicht, das es vor allem nicht allein darum geht, andere Menschen zu überzeugen, einen von mir favorisierten Weg zu gehen, sondern das jeder einzelne Mensch selbst und für sich zu der Überzeugung gelangen muss, seinen eigenen spirituellen Weg zu gehen. Und dafür können gerne Gleichgesinnte helfen, können unterstützen, können sozusagen helfen, bei der Sache zu bleiben, aber letztlich ist jeder für sich auf dem spirituellen Weg allein unterwegs. Seinen Weg erst einmal für sich selbst zu gehen ist die Bedingung, in der Entwicklung überhaupt möglich ist. Und dabei sind die Worte und Beschreibungen anderer, so gut sie auch gemeint sein können, eher hinderlich als förderlich. Der eigene Weg ist immer ganz neu, wird an jedem Tag neu sein, und ist immer verschieden vom Weg der anderen. Das ist meine Überzeugung.

Und daher ist es auch sehr schwer und sehr verwegen, große Organisationen zu gründen, die die Lehre einer wie immer gearteten Freiheit in die Welt hinaustragen. Die Freiheit kann immer nur die Freiheit des Einzelnen sein. Es geht einfach nicht anders. Und jeder, der darüber lange genug nachgedacht hat, wird wie ich irgendwann zu diesem Punkt kommen müssen. Ob dieser danach noch überwunden werden kann, ist für mich ungewiss.

In vielen spirituellen Texten wird mit den Bedeutungen von ich, sein, selbst, Geist und Seele dialektisch gespielt. Ihr Verwendung bezieht sich auf Bedeutungen und Schlussfolgerungen, die genau betrachtet einen in sich geschlossenen Kreis bilden. In unzähligen Verkettungen werden diese Begriffe ineinander verwoben, werden zu Argumentationsketten verbaut, die letztlich immer wieder zu dem gleichen Ergebnis führen. Dieses Ergebnis kann wie folgt beschrieben werden: „Du tust nicht genug, daher...“. „Du musst mehr tun, damit...“ ist auch ein schönes Ergebnis dieser Ketten. Gemeint ist damit aber nur, das du etwas tun musst für andere, für die Organisation zum Beispiel, für den Guru, den Meister, für die Gemeinschaft und, und, und. Mehr tun, größer wirken, mehr investieren, ist das Ziel dieser Dialektik. Dabei sprechen alle Traditionen und besonders der Buddhismus davon, das unser Leiden daher kommt, das wir eben immer mehr wollen. In meiner Anschauung ist Freiheit nur in sich selbst verwirklichtbar. Nur ich selbst kann für mich und damit auch für meine Umwelt frei sein. Mein einziges Wirken besteht dann darin, für andere ein Vorbild zu sein. Viele große Meister waren unscheinbar, wurden oft verkannt oder zogen sich in die Einsamkeit zurück, da sie ihr „nicht-wie-alle-anderen-zu-denken“ für sich und andere als Gefahr empfanden. Sokrates wurde gezwungen, den Giftbecher zu leeren, Laotse zog sich in seiner bekannten Geschichte in die Einsamkeit der Berge zurück und ward nie mehr gesehen, und unzählige Andere werden ebenso gehandelt haben, von denen daher nie etwas bekannt werden konnte. Anders zu sein war und ist immer noch gefährlich, und der Weise erkennt das auch und handelt entsprechend.

Wie kann ich mich also verhalten, meiner Meinung nach, gegenüber den oben beschriebenen Wortschöpfungen und Gefahren, die darauf basieren? Unsere Sprache verwendet nun einmal ich und sein, verwendet Selbst und Seele, und die Schöpfung ist auch, wie im letzten Satz zu sehen, nicht gerade selten. Ich helfe mir so, das ich Sprache generell als unvollkommen empfinde, ich Kommunikation insgesamt als unvollkommen empfinde, und das schließt so vielfältige Dinge mit ein wie Rituale, Gesten, Zeichen, Musik, Kunst, Literatur, Offenbarungen und die vielen anderen wortlosen Ausdrucksformen ebenso. Wir Menschen können eben nicht nur ausdrücken, was in uns vorhanden ist, sondern auch das, was wir gehört haben und nur vermuten, was uns suggeriert wurde, was uns Angst zu machen droht oder sich durch geschickte Manipulation in uns verfestigt hat. Und da wir zur Zeit erleben, das Kommunikation überhand nimmt und wir sozusagen fast erschlagen werden von der Vielfalt und dem Reichtum an Bedeutungen, empfehle ich einem alten Sprichwort gemäß: „Fragen zu stellen ist wichtiger als Antworten zu finden!“. Ich frage mich zum Beispiel immer häufiger, was ich meine oder gemeint habe, wenn ich einen Satz im Gespräch oder im Artikel wieder mal mit „Ich“ begonnen habe, frage mich, was für mich das Wort „selbst“ bedeutet, wenn es bei mir Verwendung fand, und vermeide Worte wie Schöpfung oder Seele in meinen Beschreibungen, da sie alles und auch nichts bedeuten können. Das Verb „sein“ allerdings und das Verständnis von Zeit sind in unserer Sprache unverzichtbar, und ich muss mir sehr bewusst darüber sein, was genau sie bedeuten und wie ich sie entsprechend verwenden sollte.

Wie gerne würde ich empfehlen, in eine Sprache zu wechseln, in der diese dialektischen Verfahren nicht bekannt sind und keine Bedeutung gewinnen konnten. Neben einigen Sprachen von Naturvölkern ist heute allerdings die Wahl dazu sehr beschnitten. Es gibt nur eine alte, nicht dialektisch vergorene Kultursprache, die diesem Anspruch meiner Meinung nach gerecht wird, und diese kommt auch heute schon im eigenen Volk immer seltener zum Tragen. Gemeint ist das klassische Chinesisch, die Sprache Chinas aus der Zeit von Laotse und Konfuzius. Und daher möchte ich gerne eine kleine Kostprobe anhängen, wie diese Sprache aussah, die ohne Verkettung in Dialektik auskam, und die doch eine Hochkultur begründet hat.

Himmel, Erde,
tief-dunkel, gelb
Welt, Zeit, fluten, brach-liegen
Sonne,
Mond, anfüllen, Abendstrahlen
Gestirne, Sternbilder, aufreihen,
ausbreiten
Kälte, kommen, Hitze, gehen
Herbst, ernten,
Winter, horten

(Unter dem) unergründlichen (tief-dunkeln) Himmel (die) gelbe Erde,
(in der) Welt (die) Zeit, (das eine) flutend, (das andere) brach(liegend),
Sonne (und) Mond füllen an (die) Strahlen des Abends,
Gestirne (und) Sternbilder reihen (sich auf und) breiten (sich) aus,
(Die) Kälte (des Winters) kommt, (die) Hitze (des Sommers) geht,
(Im) Herbst (wird) geerntet, (im) Winter gehortet.

Der aus den
Tausend-Zeichen-Klassiker stammende Text, den jeder Gebildete seiner
Zeit auswendig zu lernen hatte, drückt aus, was wichtig ist zu einer
bestimmten Zeit zu tun im ewigen Wechsel der Jahreszeiten:

Wenn Sonne und Mond
am unergründlichen Himmel (tief-dunkel) den Abend über der gelben
Erde bestrahlen, wenn die neue Jahreszeit sich wandelnd (flutend)
über die unberührte (brachliegende) Welt ergießt, wenn die
Gestirne und Sterne sich aufreihen, wenn die Hitze des Sommers sich
in die Kälte des Winters zu wandeln ankündigt, ist Herbst und die
rechte Zeit zu ernten und die Nahrung für den Winter zu horten.

In beginnenden Herbst erscheinen Sonne und Mond am Abend gemeinsam am Himmel in
wunderbaren Sonnenuntergängen. Die meist klaren Herbstnächte erlauben erstmals
wieder den Sternen, anders als in den warmen Jahreszeiten, sich am Himmel zu
zeigen. Die Jahreszeit erlebt erneut einen Wandel, aus Hitze wird Kälte werden und

die Menschen sind angehalten, zu ernten und Nahrung für den Winter zurückzulegen.

Wie klar und ausdrucksvoll wird hier beobachtet, wie ein Jahreszeitenwechsel sich ankündigt. Und ganz klar wird den Menschen ans Herz gelegt, das Richtige zur richtigen Zeit zu tun. Keine Pflicht und kein Sollen erfüllt die Zeilen. Alle Worte erscheinen wie selbstverständlich. Und niemand wird sich widersprechend gegen diese Zeilen erheben wollen. Könnten doch unsere europäischen Sprachen sich auch so klar ausdrücken..., der Fluss würde dann wieder fließen.



Das Ende der Geschichten? Eine Denkreise

Eigentlich, ja

richtig, eigentlich habe ich längst genug von all den Geschichten, die mir einreden wollen, so und so oder nicht so und deshalb und darum zu sein. Sie stimmen einfach nicht, diese Geschichten, nicht hinten, nicht vorne, und in der Mitte ganz und gar nicht. Es gab historisch niemals einen Anfang, und ein Ende wird es daher auch nicht geben können.

Tatsächlich

erschließt sich mir das Leben so, dass ich irgendwann aufgewacht bin und somit einer Welt begegnete, so wie sie einfach ist. Diese Welt wurde nicht geschaffen, verdankt nichts und niemand ihr Sein, ist auch nicht von irgendwo gekommen und strebt auch nicht zu einem Ziel hin. Zumindest gibt es dafür keinen wirklichen Beleg. Sie ist, sonst

nichts. Soweit ist mir die Sache klar. Und weil ich mich in dieser Welt befinde, bin ich nicht automatisch Herr, Knecht oder Diener. Ich bin nur ein sehr kleiner Teil dieser Welt wie alle Dinge einschließlich aller anderen Lebewesen auch. Und ich habe die Freiheit zu leben wie alles andere auch. Alles und jedes sollte darin seinen Platz finden und niemand sollte die Möglichkeit wahrnehmen dürfen, darüber zu entscheiden, was wann und wo etwas sein darf und was nicht. Doch dieser absolute Anspruch hat seine Grenzen, denn wie alles mir Bekannte ist „werden und vergehen“ eine der Grundstrukturen dieser Welt, so wie wir sie nun einmal kennen. Werden und vergehen in der Welt heißt, geboren zu werden und zu sterben, darin essen und trinken zu müssen, darin seinen Platz finden und auch halten zu müssen, darin Träume zu haben und auch Enttäuschungen zu erleben.

Es ist in meiner Vorstellung einfach nicht so, das geboren zu werden ein Glück, und sterben zu müssen eine Plage ist. Stellt man sich ein Leben ohne sterben vor, so ist unser erster Gedanke bestimmt nicht das Glück, endlich ohne diese Konsequenz ewig in den Tag hinein zu leben. Ohne ein Ende zu leben heißt, dass nichts mehr Bedeutung gewinnt, nichts mehr sich verändert, nichts mehr geschieht, alles so bleibt, wie es ist für die Ewigkeit. Der gleiche Tag immer wieder, kein älter werden, keine Erfahrung sammeln, keine Freude über Neues oder Sinnstiftendes mehr finden. Irgendwann weiß ich alles und fange nichts damit mehr an, weil es egal geworden ist. Wie trostlos, wie leer. Obwohl, wie „leer“ zu sein ist für viele Menschen schon ein Anreiz. Viele spirituelle Traditionen werben mit diesem Ziel, halten leer zu sein (im Denken) für das Ziel aller Ziele. Ist das aber wirklich so? Ist es wirklich das Ziel dieser Verfahren, „leer“ zu sein in diesem Sinne. Ich glaube das so nicht. Leer zu sein als Ziel der Meditation heißt nicht nicht zu denken. „Leer zu sein“ heißt, dem Werden und Vergehen, dem Wandel nicht im Wege zu stehen, der alles Lebende auszeichnet. Es heißt, auf dem Weg der Wandlung zu leben, mehr noch, diesen Pfad zu sehen und ihm zu folgen, ohne Widerstand, ohne all die Emotionen, Wünsche und Ziele, denen wir so schöne Namen gegeben haben wie Begierde, Zorn, Hass, Neid, Wahn, Lust oder Macht. Einfach tun, was das Leben, das ich führe, verlangt, zu essen, wenn es hungert, zu schlafen, wenn es müde ist, sich einen neuen Platz zu suchen, wenn der alte nicht mehr für das Leben spendet. Und das dabei nicht alles gelingen kann, sollte uns nicht wundern. Wenn viele einen Platz für sich suchen, wird es auch Reibung geben, zumal unser Planet sich mit immer mehr Menschen füllt. Es ist daher nicht verwunderlich, dass die Weisen aller Traditionen sich stets in die Einsamkeit zurückzogen. Denn wer dieses leere Leben für sich zu leben anstrebt, stößt regelmäßig mit denen

zusammen, die diese Erkenntnis nicht machen konnten oder diese gar ganz und gar ablehnen. Das war früher so, das ist heute so und wird in Zukunft auch so bleiben.

Das Lebewesen sich

ernähren müssen, das Lebewesen sich nur von Leben ernähren können, ist eine Binsenweisheit. Auch das Salatblatt ist schließlich Leben. Es stellt sich aber nicht die Frage, ob wir es tun müssen, sondern die Frage lautet vielmehr: Wie wir es tun, damit auch anderes Leben seinen Raum behalten kann? Muss sich, um Klartext zu reden, der Mensch immer weiter ausbreiten und diesem Planeten ersticken? Und muss sich der Mensch so maßlos bedienen an den Ressourcen der Natur, das der ganze Lebensraum immer schneller im Chaos versinkt? Wir Menschen leben ja auch nicht in Gemeinschaften, auch wenn das immer so erzählt wird, sondern wir leben in Parzellen, eingezäunt, gepflegt. Wehe dem Unkraut, das sich auf den heimischen Rasen verirrt. Wir leben von anderen Parzellen isoliert und sind für alle Lebewesen, die wir nicht niedlich finden, unzugänglich. Auch der ungeliebte Nachbar, Mensch seinesgleichen, findet keinen Zugang in unsere heilige Parzelle. Ist das Gemeinschaft, Gemeinschaft unter Menschen, Gemeinschaft unter Lebewesen, in der Natur, in der Welt? Ist es wirklich das Ziel des Lebens, in Parzellen zu wohnen? Geht weiterhin das Töten, das wir tun müssen, nur so wie wir es jetzt tun? Müssen wir unser lebendes Essen in Schachteln aufziehen, an einem artgerechten Leben hindern von ersten bis zum letzten Tag, oder geht das auch anders? Das sind Fragen, die auf den Nägeln brennen. Ich sehe nicht einmal einen Anfang einer Antwort, die als Lösung Bestand haben könnte.

Und dann hatte ich

noch die Träume, Wünsche und die Enttäuschungen genannt, die ebenso zum werden und vergehen gehören wie die schon ausgeführten. Was sind Träume? Woher kommen Wünsche? Was ist eine Enttäuschung? Diese Fragen sind schwer-wiegend und weit-reichend, denn sie bestimmen den Großteil unseres mentalen Lebens. Wo kommen Träume her, nicht die, an die wir uns morgens nach dem Erwachen dunkel

erinnern, sondern gemeint sind die Träume, die zum Leben erweckt werden, indem ich strebe, verfolge, entwickle und investiere. Es sind die Träume, die uns einen Tag überstehen lassen, der, seien wir ehrlich, nahezu keine Zeit mehr lässt zum Leben. Und haben wir es dann geschafft, ein Leben eingerichtet, so wie es eben geht, dann kommen die Wünsche, die uns immer weiter treiben. Wünsche sind, wenn wir ehrlich gestehen, all das zu besitzen, zu tun und zu leben, was andere auch getan, bekommen oder verdient haben. Was ich nicht kenne, wünsche ich nicht. Ich kann nur wünschen, was ich kenne, und da ich etwas zu haben wünsche, das ich noch nicht habe, kann es nur etwas sein, was andere mir gezeigt oder erzählt haben. Krass gefragt, muss ich, um wer zu sein, auf dem Mount Everest gestanden haben? Ich war mal auf dem höchsten Berg Deutschlands, der Zugspitze. Sie lag voll im Nebel, und ich habe nichts gesehen außer Wänden, Schnee und habe dort eine Gaststätte besucht, in der schlechtes Essen verkauft wurde. War das eine Enttäuschung? Nein. Es gibt Fotos, die ich auch im Internet mir hätte ansehen können. Aber ich konnte wochenlang erzählen, auf der Zugspitze gewesen zu sein, und ich konnte auch die Bilder zeigen, die ich gekauft hatte. Was für ein Irrsinn. Eine Enttäuschung ist das herausfallen aus einer Täuschung. Ich hatte sozusagen etwas falsches im Kopf und musste es bemerken. Ist das gut oder schlecht? Die Frage ist nicht so einfach zu beantworten. Denn wenn ich den Berg nicht besucht hätte, würde ich von anderen als träge eingestuft. So war es halt nur ein Pech mit dem Wetter. Somit wäre in diesem Fall eine Ent-Täuschung gewesen, wenn ich gelernt hätte, das etwas zu tun, um erzählen zu können, schlichtweg nicht der Freude meinerseits, sondern dem... ja was eigentlich, dem Neid der anderen Futter gibt?

Jetzt

mal ganz ehrlich? Ist das alles, was ich hier bis jetzt geschrieben habe, nicht traurig und desillusionierend? Dieser Inhalt ist mir eingefallen, als ich einen Brief eines Freundes zu beantworten begonnen hatte. Der Hilferuf lautete kurz gesagt etwa so: Wie die Stille und die Ruhe zu Hause denn zu ertragen ist, wenn es gelingt, diese sich auch einfinden zu lassen. Ich

habe diesen Brief mit den nachfolgenden Zeilen beantwortet:

Was ich bemerkt und in letzter Zeit aufgenommen habe ist die Tatsache, dass man sich selbst nicht ändern kann und auch nicht braucht. Eine verrückte Ansicht? Nein! Meiner Meinung und Erfahrung geht es einzig und allein darum, sich bewusst zu werden, was im Leben nicht stimmt. Und dann, wenn das geschehen ist, aufmerksam zu sein und möglichst früh zu bemerken, wann ich wieder mal geneigt bin, wie gewohnt in die falsche Richtung zu steuern. Und dann ist es relativ einfach, sich eine andere Neigung zu geben. Das ist ein wenig so wie auf einem Brett zu balancieren. Zunächst ist die Ausgleichsbewegung grob, aber mit der Übung wird sie immer feiner, und bald entwickelt sich das, und du brauchst die große Aufmerksamkeit nicht mehr, weil die innere Natur gelernt hat, auf dem Brett stabil zu sein. Ein Prozess wie ein Leben ist etwas fließendes, das nicht aufgehalten werden darf, um laufen zu können. Grobe Korrekturen stören das Fließen. Daher spreche und handle ich mehr von Änderung, sondern mehr im Sinn von Neigung oder geneigt sein, und überlasse den Rest dem "in der Welt sein". Es geschieht, und ich lasse geschehen, und wenn es falsch läuft, neige ich mich in die mir besser erscheinende Richtung und warte geduldig auf die Richtungsänderung. Aber ich bleibe nicht stehen, kehre nicht mehr um, versuche nicht mehr mich umzubauen oder vertiefe mich nicht mehr in die Geschichten, die eigentlich nur trösten sollen. Das ist eine etwas selten angewandte Art der Wandlung, die gerne in der Psychologie und Philosophie übersehen und wenig kommentiert wird, weil sie keine Brüche erzeugt, die zu einem Ahaaa- oder Ohhh-Erlebnis führen, was Auflage schafft und wissenschaftliche Diskussionen erzeugt. Der Wandel darin entsteht still und leise und eckt nicht nur nicht an, sondern geht mehr wie selbstverständlich über die Bühne. Das ist meine neue Art heute, mich zu wandeln. Das gibt mir Frieden und lässt mich jetzt selbst in der Langeweile des Rentnerlebens noch getragen und still sein.

Was
heißt das jetzt im Kontext eines Lebens? Was
tun? Was denken? Wie antworten?

Wir

leben alle in unseren Geschichten. Diese bilden nämlich die Basis für unser Denken. Denken findet nicht in der Welt, sondern auf den mentalen Ansichtskarten der Welt statt. Ohne die Begriffe, die Dinge auf den Karten in Absprache mit anderen erhalten, können diese nicht in Beziehung zueinander gebracht werden. Die Begriffe wie Namen und deren Erscheinungen, Bewegungen, Veränderungen bilden Sprachen. Was in der Sprache, die wir zu sprechen gelernt haben, abgebildet werden kann, ist die Basis unseres Denkens. Hier entstehen diese Träume, Wünsche und Enttäuschungen, um nur drei Motive zu nennen. Worüber wir uns also klar werden müssen, ist die Beschaffenheit dieser Basis des Denkens. Was sagt diese Basis über unser Leben aus?

Da ist, um irgendwo zu beginnen, die Aussage: Ich denke... Und da wir glauben, das begründen zu müssen, heißt es: ...also bin ich. Cogito ergo sum, ich denke, also bin ich. Um sich diesen Satz in seiner Nützlichkeit klarzumachen, genügt es, einfach mal von einem anderen Ding auszugehen und zB. zu sagen: Es hat eine Eigenschaft, also ist es: Wasser ist nass, also ist es. Aber der Fehler liegt ja nicht, wie wir sehen werden, nur in der Schlussfolgerung, sondern schon in der **Absicht**, die erlebte Wirklichkeit begründen zu müssen. Das muss ich nicht! Grabe ich weiter, komme ich zu der Frage, die da heißt: Ich **bin**? Oder anders gefragt: Bin ich? Was heißt das? Sein, so wie es gedacht wird, setzt eine Substanz, einen Geist voraus, der nicht dem Leben unterliegt, der also nicht vergeht, somit ewig ist. Wäre das nicht ewig, wäre „Sein“ eine falsche Aussage, denn sie hätte Anfang und Ende und würde vergehen, also nicht ewig sein. Somit müsste ich mich fragen, ob sich in der Basis meines Denkens

nicht schon einen Fehler eingeschlichen hat, denn ob es diese Grundsubstanz/Geist überhaupt gibt, weiß ich nicht.

Und

dann ist da ja noch das „Ich“,
das denkt, also auf der Karte mit den Namen der Dinge Beziehungen und Einteilungen vornimmt und zu Schlussfolgerungen kommt. Wenn ich einen Stein von Ort A nach B verlege, habe ich etwas getan. Das „Ich“ ist dabei das Lebewesen Mensch, das in der Welt lebt und wahrgenommen hat, einen Stein verlegt zu haben. Ist klar, also worüber reden wir eigentlich? Wenn ich aber nur die Absicht bekunde, einen Stein von A nach B verlegen zu wollen, wer ist „Ich“ dann? Ist die Idee bereits eine Substanz, ein Geist, oder was auch immer? Was ist, wenn ich den Schwerpunkt meines Denkens auf die Frage lege, was der Stein auf B in Beziehung zu A bedeuten könnte, wenn ich ihn verlegen würde? A und B sind darin Punkte auf einer gedachten, abgesprochenen Landkarte, deren Existenz nicht wirklich belegbar ist. Und dann...

Diese

unsinnige Satz

ist doch nur der Anfang einer endlosen Diskussion, die wie ein Keim immer neue Keime produziert. Das geht weiter und weiter und weiter... und was daraus entsteht sind:

Träume, Wünsche und Ent-Täuschungen. In

der Basis unseres Denkens gibt es viele Sätze dieser Art, die zerpfückt schlicht und einfach nichts bedeuten, nichts bewirken und aussagen.

Viele davon sind einfach

nur falsch oder

zeigen sich als willkürlich gesetzt: Ich komme leer auf die Welt und habe die Aufgabe zu lernen. Da war/ist ein Gott, der das so wollte und das getan hat. Er hat mich erschaffen nach seinem Ebenbild. Daher darf ich als auserwähltes Ebenbild (Der Esel zum Beispiel darf das nicht.)

auch oft Gott

spielen. Gott macht keine Fehler, also sein Ebenbild auch nicht. Mein Lernen orientiert sich an den Beispielen, die mir in den Jahren der Ausbildung begegnen. Vater, Mutter werden von mir kopiert, und ihr Lebensablauf bestimmt somit direkt den meinen. Verlieren Eltern in der Pubertät ihre große Bedeutung, was gar nicht so selten vorkommt, übernehmen Vorgesetzte, Promis und Freunde diese Aufgabe, mir ein Beispiel zu sein. Und die gemeinsame Sprache samt den damit erzählten Geschichten bilden zusammen eine Kultur, die ebenfalls und fortschreitend mir als Beispiel dient. Und so geht das weiter und weiter und weiter...

Seien wir ehrlich! Nichts davon ist wirklich als Notwendigkeit belegt. Und wahr wird es erst dann, wenn ich dem auch bereitwillig mit Taten oder Denkvorgängen folge. Soll ich also nicht folgen? Oder soll ich dem nur nicht immer folgen? Soll ich also alles und jedes hinterfragen? Wie soll das gehen? Wonach entscheide ich? Muss ich mich immerzu entscheiden?

Fragen wir doch einmal anders herum: „Muss ich überhaupt einen Plan haben, um zu leben?“ oder auch mal: „Ist mein jetziges Leben gut oder schlecht; lebe ich also verkürzt gefragt unter gerechten oder willkürlichen Bedingungen?“. Das sind scheinbar banale Fragen... auf den ersten Blick, denn ein zweiter Blick beschert mir genau genommen viele weitere Fragen, und die Antworten sind nicht automatisch in den Fragen enthalten, sofern das, wie die Philosophie verkündet, die falschen Fragen waren. Es sind eben grundlegende Fragen, die ein alltägliches Fragen, ein Suchen und ein Finden-Können erst begründen. Wenn es mir also gut geht, gibt es wohl keinen Grund, mein Leben zu ändern? Wenn es mir folglich schlecht geht, sollte ich aber mein Leben verändern! Aber geht das? Es scheint ja nicht so einfach zu sein. Wenn ich unter gerechten Bedingungen lebe habe ich Glück, unter

willkürlichen Bedingungen dagegen hatte ich bis heute Pech. Stimmt das? Und wenn „ja“, kann ich das ja wohl nicht so einfach ändern. Und dann dazu eine alles entscheidende Frage: „Gibt es Glück und Gerechtigkeit überhaupt? Und was muss geschehen, damit diese Frage sich beantwortet? Genügen dazu Definitionen? Brauche ich Moral, Ethik, Religion und Dogma, um eine mir genügende Antwort zu finden? Wir sehen, unsere gewohnten Denkweisen finden hier, falls überhaupt, nur sehr holprig einen Zugang zu Antworten. Das ist so, weil wir in festgelegten Motiven, Schemen, Formalitäten, Gewohnheiten, Verfahrensweisen, Riten und Gesetzen denken. Sogar der Vorgang des Trauerns hat eine bestimmte und von allen einzuhaltende Form. Die normale Trauer ist meist in unserer Kultur ein Spiel, eine Maske, ein vorgegebenes Verhalten. „Nicht schlecht über den Toten sprechen...“, die echte oder auch unechte Trauer der anderen nicht durch Freude stören ist das Gebot auf dieser Veranstaltung. Etwas wird geschützt, das vielleicht gar nicht echt sein muss, und vielleicht wird etwas unterdrückt, was wahr ist. Und dieses kleine Beispiel steht stellvertretend für all die ungeschriebenen und geschriebenen Gebote, die unser Leben bestimmen.

Geht das auch anders? Das ist eine im Moment zumindest die erste wirklich produktive Frage dieses Artikels.

Wir hören oft, wenn wir uns mit solchen Fragen beschäftigen, das wir uns selbst oder unsere richtige Mitte finden müssen. Ratgeber, Zeitschriften und Bücher sind voll davon. Aber unser „Selbst“ ist, wie oben bereits hinterfragt, doch nur ein Name ohne Substanz, ein Zeichen auf der Landkarte. Das als Substanz behandeln zu wollen [Mein Selbst ist...], wie es im Ratgeber-Milieu oftmals geschieht, ist ein fragwürdiges Verfahren. Gleiches gilt übrigens auch, die Theologie bitte ich um Verständnis, mit einer wie immer gearteten Seele oder Monade. Und auch die Existenz eines Atman ist nebenbei erwähnt bisher unbelegt.

Und die Mitte? Ja, das ist ein Problem für sich, das einige Worte mehr bedarf. Ist die Mitte wirklich nur das mathematische Mittelding zwischen zwei Extremen? Was ist das Mittel zwischen gut und böse, heilsam und schädlich, nützlich und sinnfrei: Langweilig vielleicht? Wie findet ein Mensch, der geliebt werden möchte und niemanden findet, der dieses Gefühl in ihm auslöst, seine Mitte? Wo ist die Mitte in der Gesellschaft? Und ruht die Mitte immer, oder kann sie auch bewegt sein? Was ist diese Mitte eigentlich? Meiner Ansicht nach sind das gute Fragen, und gute Antworten darauf sind eher rar.

Beginnen

wir mit einem Zitat eines China-Kenners und Philosophen, Francois Jullien (aus „Der Weise Hängt An Keiner Idee“, Seite 33):

... Diese „rechte Mitte“

ist deshalb „recht“, weil sie reguliert ist: Man verharret oder „erstarrt“ in keiner Position, sondern bewegt und entwickelt sich unablässig, um sich der Situation anzupassen; es gibt zwar eine „Mitte“, doch ist sie doppelt: Sie befindet sich an den beiden Extremen, die beide jeweils in sich legitim sind...

Sich

der Situation anzupassen, sich seiner Möglichkeiten bewusst zu sein und im Bereich des nützlichen, möglichen und legitimen, vielleicht sogar zusammenfassend gesagt

im „Heilsamen“

dieser Spanne zu handeln,

nennt man in China, im chinesischen Denken die „rechte Mitte wahren“. Das ist etwas anderes als Mittelmaß oder im ängstlichen „sowohl als auch“ sich von Ausprägungen und Festlegungen fernzuhalten. Das kann heißen, das eine Mal über die Strenge zu schlagen und an einem anderen Tag schlicht „nein“ zu sagen zur selben Anforderung, und dazwischen liegt ja noch der ganze Graubereich, der ebenfalls legitim sein kann. In dieser Spanne ist eine Lebendigkeit möglich, die fast das Gegenteil zeigt von der Starre eines Mittelmaßes, wie es in Europa gedacht wird.

Brauchen

wir Ratgeber um zu leben? Brauchen wir immerzu einen Plan? Müssen wir wirklich alles wissen und durchdringen, was uns im Leben begegnen könnte? Müssen wir uns auf jedes erdenkliche Szenario vorbereiten? Und wie viel Vorsorge und Vorarbeit ist wirklich nötig, um glücklich und frei leben zu können? Ich habe den Eindruck, das wir niemals fertig werden mit den Anforderungen, die wir uns selbst immerzu stellen. Wir hetzen sozusagen einem Ideal hinterher, das

viel zu
hoch gehängt ist und
daher niemals zu
erreichen ist. Im Buddhismus werden alle Forderungen an einen Mönch
mit „der (die, das) rechte...“ begonnen. Sollten wir nicht auch
unsere Ängstlichkeiten, unsere Anforderungen an unser
Selbst und an die Welt um uns herum nicht auch
mit dem Wort „recht(e)“
beginnen? Und was legt dann fest, was das „rechte Maß“ dieses
„rechten“ ist? Vielleicht
sollten wir einmal beginnen, dieses rechte Maß nicht festzulegen für
alle Zeit, sondern intuitiv und spontan im Augenblick einfach nur das
„rechte“ zu tun und darauf vertrauen, das das Leben lebt und
keinen Plan braucht, um zu gelingen. Ein Haus bauen zu wollen braucht
einen Plan, ein Leben zu
bauen eigentlich
nicht. Leben, wissen,
lernen, bedenken und sich vorstellen wie gewohnt, zu wissen, was
„recht“ ist, aber offen und unentschieden bleiben für den einen
Augenblick, in
dem sich das Handeln lohnt
und vertrauen darauf, das es geht.
Das wäre doch mal ein Plan, etwas ungewohnt vielleicht,
aber doch bedenkenswert.

Nun

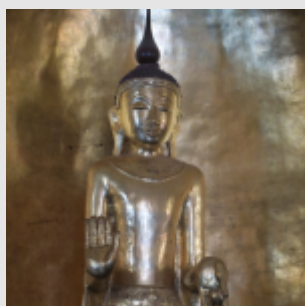
mehr, aus Seite 5 angekommen, frage ich mich, was um alles in der
Welt habe ich hier zu Papier, nein, zu „Bits“ gebracht? Und wie
komme ich darauf, so etwas zu einem
Text zusammen
zu schreiben?

Ich nenne das Geschriebene
nach kurzer Überlegung
jetzt einfach einmal eine

Denkreise,

ausgelöst durch einen Brief, ein Telefonat oder ein Gespräch denke
ich schreibend darüber
nach, woher und warum diese Kommunikation so
zustande kam, was
ich ausgelassen, nicht erwähnt, nicht bedacht habe oder haben könnte

und schreibe das einfach so mal auf. Eine Denkreise eben, inspiriert durch den Begriff der Phantasiereise, und ich füge das jetzt ebenso einfach der Überschrift hinzu. Eine Denkreise in diesem Sinne verfolgt keinen Plan, kein roter Faden zieht sich durch den Text und keine Botschaft wird verfolgt. Es steht da einfach so da, wie es in den Kopf geschossen kam.



Spiritualität ist für mich immer „der Weg in der Mitte“

Wo immer ich heute diskutiere

[1. Diskussionen sind notwendig, auch

und besonders über Politik und Gesellschaft im globalen Maßstab, da der Verdacht nicht wirklichkeitsfremd erscheint, dass zunehmend mehr und mehr Regionen der Welt aus den Fugen geraten und der allgemeine Trend der zu beobachtenden Akzeptanz mehr und mehr den Krieg als Mittel der politischen Auseinandersetzung wieder mit einschließt.]

sehe ich mich mit der oft auch ungestellten Frage konfrontiert, warum ich mich selbst eigentlich so umfangreich mit Spiritualität befasse, wo die Welt und deren Konstruktionen doch viel mehr der Aufmerksamkeit bedürften. Die Frage ist berechtigt, ist nachvollziehbar und in der Wichtigkeit der Beantwortung auch hoch zu priorisieren. Aber sie geht von der Annahme aus, dass Spiritualität (Geist, Geisteswissenschaft, Religion) zur Weltlage keinerlei Beitrag leisten könne. Diese Annahme ist falsch, und daher möchte ich nachfolgend verständlich versuchen, diese Annahme zu begründen und für ihre Beachtung zu werben.

Spiritualität beschäftigt sich mit dem Mensch-Sein an sich, beschäftigt sich mit der Frage, was der Mensch sei, warum er das ist und wohin die Reise gehen könne, allerdings betrachtet der fragende Mensch diese Aufgabe nicht aus einer objektiven, sondern vielmehr aus einer subjektiven Sicht oder Perspektive. Daher lautet die objektiv perspektivierte Frage „Was ist der Mensch?“, aus der subjektiv perspektivierte Sicht aber „Wer oder was bin ich?“ und folgerichtig in der Erweiterung „Was ist mein Weg jetzt und hier?“. Des Weiteren wird auch im Beantwortungsversuch nicht die Perspektive eingenommen, was muss sich in der Welt, in anderen Menschen ändern, sondern die Antwort wird immer lauten müssen, „Was und wie kann ich mich verändern?“, um damit auch die mich umgebende Welt in die Veränderung (Verbesserung) einbinden zu können. Richtig ausgesprochen beschäftigt sich Spiritualität heute mit dem Subjekt, das je nach Tradition „Nicht-Ich“, „Selbst“ genannt wird oder sogar unbenannt bleiben oder nur „Leere“ heißen kann. Daher ist die Beschäftigung mit Spiritualität auch schwierig, besser gesagt abstrakt und erschließt sich erst nach ausgiebigem Studium. Viele Schriften der Vergangenheit sind auch in ihrer Sprache ungewohnt facettenreich, bedienen sich Bildern und Aphorismen [2. Ein Aphorismus ist ein Gedanke oder ein Urteil, das aus wenigen Sätzen selbständig bestehen kann.], was darauf zurückzuführen ist, das in der Zeit ihres Entstehens die wissenschaftlich Begrifflichkeit der heutigen Zeit noch nicht erfunden oder gebräuchlich war. Für den Leser sollte daher die Kultur ins Studium der Schriften einfließen, in der die Zeilen entstanden sind. Das ist leider nicht immer ganz so ganz einfach, weil nicht alle Schriften eindeutig in eine Epoche eingeordnet werden können und der/die Autoren nicht immer klar benannt werden können.

Spiritualität fragt also danach, wer ich selbst als Fragender wirklich bin. Da ich selbst als Subjekt nicht mich selbst als Objekt beobachten kann, muss ich die Perspektive der gebräuchlichen Beobachtung (Ich als Subjekt sehe

ein Objekt)

aufgeben und bin gefordert, einen

für die Aufgabe bessere, brauchbareren Blickwinkel zu finden. Alle

Techniken der Spiritualität (Meditation, Zen, Yoga, TaiChi)

bearbeiten diesen Schritt, diesen Sprung, der zu einer anderen

Sichtweise auf die Welt, nicht nur auf

die uns umgebende, sondern die uns immer

auch beinhaltende Welt, führt. Dabei

erfahren wir (Spiritualität baut, da tiefe und innere Vorgänge und

Verbindungen nicht belegt, nicht bewiesen werden können, auf

Erfahrung auf und nicht auf Wissen), wie vernetzt wir in Wirklichkeit

sind, wie verstrickt und wie verbunden wir ins Netz des Lebens

eingewoben sind. Diese Erfahrung (Wir haben erfahren, dass es so ist;

daher wissen wir, wie es ist.) letztlich bewirkt, dass es uns nicht

gleich sein kann und darf, was um uns herum geschieht. Wir sind in

jedem Fall betroffen. Nichts

geschieht ohne Rückkopplung auf uns selbst.

Für das Leben in

der Gemeinschaft, dazu gehört, da das Netz des Lebens nicht an der

Grundstücksgrenze, an der Ortsgrenze und der Landesgrenze aufhört

und neu beginnt, der ganze Globus, ergeben sich ungewohnte und

bedeutende Schlussfolgerungen, in denen „interessiert mich nicht“

oder „ist für mich weit weg“ nicht mehr vorkommen können.

Unsere Verantwortung weitet sich auf das ganze Lebensgefüge aus. Es

gibt keine Schubladen mehr. Alles was Leben trägt, unterstützt,

möglich macht oder beeinflussen kann wird wichtig. Das aber sollte

dann nicht ins andere Extrem (Von „der Mensch darf alles

tun, weil...“

bis „ich darf gar nichts mehr tun, weil...“)

ausgedehnt werden, wo nahezu alles profan

oder heilig wird. Die Natur und die sie

bildende Evolution besitzen auch den Grundsatz „Fressen und

gefressen werden“. Darüber kann, darf und sollte man sich nicht

erheben wollen. Es ist das Maß, das hier eine Rolle spielt, es ist

das Gefühl von Gerechtigkeit, von richtig und falsch, das hier mit

in die Betrachtung einfließen muss. Der Weg liegt für

mich mehr oder weniger in der Mitte der

Extreme. Er fordert Balance und

Neuausrichtung zu jedem beliebigen Zeitpunkt, ist immer in Bewegung,

ist immer neu.

Der

Unterschied von Wissen und Erfahrung ist der, das Wissen festgefügt ist und Erfahrung sich allgegenwärtig anpasst. Diese Mitte, die wie eine Schlangenlinie sich vorwärts bewegt, ist der Weg der Erfahrung. Dieser Weg ist nicht ausgeschildert, ist nicht bekannt, ist nicht lern- oder planbar. Er kann nur erfahren werden, wenn er gleichzeitig gegangen wird. Daher ist Erfahrung die Grundlage von Spiritualität. Soweit die Theorie. Wie aber geschieht so etwas in der Praxis?

Zunächst

einmal ist wichtig zu verstehen, wie Glaubenssätze und -inhalte entstanden sind und wie sie ihre Bedeutung wechseln. Nehmen wir die oft publizierte und vertretene Ansicht, echte Yogi(ni)s ernähren sich selbstverständlich vegetarisch. Nun ist es sicherlich gut und gültig, sich so zu ernähren, nur, mit Yoga hat diese Ansicht ursprünglich nichts zu tun. Keine der wichtigen Schriften des Yoga (Hatha Yoga Pradipika, Patanjali Sutras, Upanischaden) schreiben eine Ernährungsweise vor. Ernährung muss die Lebensumstände berücksichtigen, unter denen Menschen leben. Dazu sind die Belastungen der Menschen im Alltag, die sie umgebende Natur samt Klima, Vegetation und Temperatur heute auch Infrastrukturen zu berücksichtigen. In den Großstädten der Welt kann jeder Ernährungsstil, so man ihn sich leisten kann, verfolgt werden, in der Trockenheit einer Wüste, im Sumpf der Tropen wird das deutlich schwieriger, auf der Hochebene von Tibet, vielleicht noch abseits der großen Handelswege, ist das schier unmöglich. Weiterhin sind Menschen untereinander verschieden geprägt und ausgestattet. Manche können z.B. essen was sie wollen, ohne anzusetzen, andere werden satirisch gesagt schon beim Gedanken an Essen zunehmen..., so dass immer von Fall zu Fall entschieden werden müsste, was für die Gesundheit des Einzelnen jetzt und hier notwendig ist und auf dem Tisch stehen sollte. Zu berücksichtigen ist auch, ob und welche Ernährungsweise über Jahrzehnte gefahren wurde, denn eine überschnelle Umstellung hat dann immer auch Konsequenzen in den Stoffwechselaktivitäten, die Entzugerscheinungen ähnlich sind. Im Grunde finde ich es vernünftig, die Entscheidungen darüber nicht vorzufertigen, sondern sie jedem selbst zu überlassen. Das heißt

auch, als Yogalehrer oder –schule nicht für eine ganz bestimmte Art sich zu ernähren zu werben.

Dann,

als weiteres Beispiel, sind alle Schriften immer in den Lebenskontext eingebunden, in dem der Schreiber lebte und arbeitete. Zum Kontext gehören gesellschaftliche Organisationsformen, gelebte Religiosität einschließlich deren Tabus und auch die Möglichkeiten von Zeit- und Machtmanagement. Diese Motive, als Kultur zusammengefasst, bestimmen stark die Lebensumstände, denen auch der Schreiber der Schriften unterworfen ist. Dieses Alles kann mit dem Zustand heute einerseits nichts mehr zu tun haben, kann andererseits auch vollkommen falsch oder immer noch richtig sein. Weil viele Menschen eine bestimmte Meinung vertreten, muss sie aber nicht zu jeder Zeit und immer für alle gültig sein. Hier sind Übersetzungen und oft auch Neuausformungen wichtig, um die Umstände für jetzt und hier einzubetten. Sehr schön ausformuliert ist dieses Prinzip in den Kalama Sutta, einem Brief Buddhas an eine seiner Gemeinden:

Kâlâma-

Sutta (Anguttara Nikâya III. 66)

Geht nicht nach Hörensagen, nicht nach Überlieferungen, nicht nach Tagesmeinungen, nicht nach der Autorität heiliger Schriften, nicht nach bloßen Vernunftgründen und logischen Schlüssen, nicht nach erdachten Theorien und bevorzugten Meinungen, nicht nach dem Eindruck persönlicher Vorzüge, nicht nach der Autorität eines Meisters! Wenn ihr aber selber erkennt: diese Dinge sind unheilsam, sind verwerflich, werden von Verständigen getadelt, und, wenn ausgeführt und unternommen, führen sie zu Unheil und Leiden, dann möget ihr sie aufgeben.

Die

beiden Beispiele (Ernährung, Kontext des Schreibers) machen deutlich, dass wir alles Wissen, alle Ansichten, Meinungen und auch

die Auswahl, die wir getroffen haben, immerzu und jederzeit alles infrage stellen dürfen und dieses, wenn wir ehrlich sind, auch müssen. Das genau ist ja Spiritualität, das ist der Weg in der Mitte. Nichts gilt für immer, denn: was heute richtig ist, kann morgen falsch sein, was heute super funktionierte, kann morgen in einer Katastrophe enden. Nichts ist endgültig, fertig oder abgeschlossen. Nichts existiert für sich allein und ist getrennt vom Ganzen. Alles ist Eines und Vieles zugleich.

Frei übersetzt und zusammengefasst, kann man sagen, dass diese Ausrichtung nicht nur für Spiritualität gilt, sondern das ganze Leben durchziehen sollte. Auch in den vielen anderen Bereichen des Alltagslebens, von der Arbeitswelt bis zum Urnengang bei politischen Wahlen, sollte geprüft und immer wieder hinterfragt werden. Es gelten fast immer die nachfolgenden und daher zu Recht berühmten Sätze:

„Nichts ist so beständig wie der Wandel.“

-Heraklit von Ephesus-

„Um klar zu sehen genügt oft (schon) ein Wechsel der Blickrichtung (Perspektive).“

-Antoine de Saint-Exupéry-



Narrativ vs. Spiritualität

In vielen spirituellen Traditionen sind Gier, Hass und Verblendung als die Grundübel allen Seins benannt, verursacht durch die wirkkräftige Macht des Denkens und der Vorstellungskraft, und der Verstrickungen in beiden. Diese Ansicht, diese Beschreibung greift in meiner Vorstellung aber immer noch etwas zu kurz.

Die Ursachen von Gier und Hass benötigen immer eine Erzählung, an der ich mich, mein Leben, meinen Erfolg und mein Selbstbild messe. Diese Erzählungen, wissenschaftlich Narrative genannt, sind Bilder, die dem Menschen im Mythos-Zeitalter, das wir zwar technisch überwunden zu haben glauben, aber dem wir meiner Meinung nach immer noch in der breiten Masse anhängen, eine Vorstellung davon gibt, wie ein Leben und Erleben auf dieser Welt zu sein habe, welche Gefühle und Wahrnehmungen wir brauchen, welche Fertigkeiten wir besitzen, und , sehr wichtig, welchen sozialen Status wir anstreben, halten oder erreichen müssen, um dieser Welt und seinen Bewohnern zu genügen. Und hier setzt dann die Verstrickung ein, die nicht neben, sondern mit Gier erfolgreich verläuft, oder durch Misserfolg Hass gebiert. Die Verblendung, die dritte verfehlende Kraft, die ich oben genannt wurde, sehe ich als eine Grundvoraussetzung an, durch die Gier oder Hass erst ermöglicht wird. Denn diese Verblendung erst setzt den Standard, der mich alsbald verstricken wird, und zwar durch eine Erzählung, die mir das notwendige Wissen und das notwendige Ideal einflößt, das die Gier im Gelingen entfacht oder das Scheitern begründet, das Hass erst möglich macht.

Betrachten wir zunächst einmal das Narrativ, die Erzählung ganz allgemein. Wir erkennen ein Narrativ besonders gut dann, wenn Empörung laut wird, wir oder wer auch immer also etwas tut, was man -der Normalfall im gelebten Narrativ- eben nicht tut. Ein einfaches Beispiel mag das belegen. Ein

unbeliebter Nachbar ist gestorben, ein Mann, der mit nahezu allen im Streit gestanden hat und gerade zu Grabe getragen wird. „Über Tote nur Gutes zu reden...“ ist eine Anforderung unseres zurzeit in Deutschland (2018) gelebten Narratives. Ob ich mich nun über den Tod dieses Menschen freue, ob ich, christlich korrekt, ihn bedaure und mich um seine Seele Sorge oder ob es mir egal ist, das er gegangen ist, ändert nichts an der Anforderung, zusammen mit den Hinterbliebenen zu trauern oder zumindest auf der Beerdigung so zu tun und kein hoch erfreutes Gesicht oder eine diesbezügliche Bemerkung zu machen. Das ist so, weil die Trauer, und das ist weithin relativ unbekannt, den Hinterbliebenen, nicht den Toten, gilt. Sie soll den Verlust zu verarbeiten und die Lücke schließen helfen, die der Verstorbene hinterlässt. Sie ist Zuspruch und ein Versprechen auf Hilfe durch die Gemeinschaft. Sie gilt nicht, zumindest wie im Narrativ gedacht, dem Verstorbenen. Wieviel anders würden Sterbefälle sein, wenn alle Menschen der betroffenen Gemeinschaft diese Narrativ-Anforderung verstehen würden und entsprechend handelten.

Was wichtig ist und aus dem Beispiel klar wird, ist das die Erzählung, auf der unsere Gemeinschaften beruhen und die sie tragen, auch verstanden werden müssen. Sehr viele Details diesbezüglich aber werden besonders heute nicht mehr richtig verstanden, weil einerseits der Rahmen des Lebens sich verändert hat und andererseits es aus der Mode zu kommen scheint, sich über solch grundlegenden Fragen noch Gedanken zu machen. Anders ist es meiner Ansicht nach nicht zu erklären, das neben den wirtschaftlichen und politischen auch die spirituellen Fragen des Lebens, die nebenbei gesagt heute wichtiger sind als je zuvor, mit einer so dünnen Oberflächlichkeit behandelt werden. Warum sind spirituelle Fragen aber heute so wichtig?

Wir haben heute eine Gesellschaft, die immer mehr zu Vereinzelung der Mitglieder aufruft, die Konkurrenz und Leistung in eine unerreichte Höhe treibt und die erzähltechnisch so ausgefuchst formuliert und auch so wirksam verbreitet wird, das wir nicht mehr klar zwischen Anforderung, Meinung, Notwendigkeit und Wirklichkeit unterscheiden können. Nehmen wir einmal ein einfaches Auto als Beispiel. Wenn ich acht bis zehn Stunden täglich

arbeiten muss, ich morgens und abends im Stau stehe und meist nur langsam vorankomme, wenn ich dann noch täglich allein in einem Viersitzer fahre, der 200 PS besitzt und 240 Spitze macht, möglichst breit und hoch gebaut ist (SUV) und der nicht mehr auf den der Parkplatz vorm Haus passt, dann frage ich mich, warum dieses Auto gekauft wurde. Nun, ganz einfach, es ist ein Symbol, ein Statussymbol genau gesagt, das nicht zum Fahren allein, sondern auch zur Selbstdarstellung benötigt wird und dem Mitmenschen kundtut, das ich viel verdienen muss, um mir ein solches Fahrzeug leisten zu können. Damit steigt mein Standing, erweitert sich meine Kreditwürdigkeit, ist meine als Mann fürs Paarungsverhalten wichtige wirtschaftliche Potenz für jede Frau sichtbar. Wir kennen das in der Natur als Balzverhalten.

Ein ähnliches Verhalten wie beim Autobesitz weisen viele Menschen auch in ihrem spirituellen Weltbild auf. Das geht häufig von „ich weiß und kann im Spirituellen mehr als andere...“, was im Bezug zu Hintergrundwissen und Praxis zu sehen ist bis zum krassen Gegenteil davon, also „das spirituelle Nachdenken ist doch nur Humbug und Aberglaube...“. Und natürlich gibt es zwischen diesen beiden Ansichten eine große Anzahl von Grautönen. Nun ist, wie zum Beispiel die Literatur des Zens deutlich belegt, Wissen und Können sowie Glauben und Denken gar nicht die Substanz der Spiritualität. Zu wissen, das vor 2500 Jahren Buddha zur Befreiung gelangt ist hilft mir im jetzigen Leben nicht wirklich weiter. Auch dass er einen Weg aufzeigte, der vom Leiden befreien kann, und ich darüber alles gelesen habe, was es gibt, führt mich nicht zu Leidlosigkeit. Was notwendig ist, ist den aufgezeigten Weg zu gehen und dafür die Konsequenzen zu akzeptieren, die damit verbunden sind. Und diese widersprechen in aller Regel den Narrativen der Zeit, in der ich lebe.

Auch hilft es nicht im Yoga, tolle Asanas zeigen zu können. Asana muss man mit dem Fleisch des Körpers verstehen. Asana muss durchgreifend durch alle Lagen verkörpert sein, um vollkommen wirken zu können. Natürlich kann ich damit auch Rückenschmerzen verhindern oder Stress abbauen. Aber dafür muss man Yoga, wenn es als Gefäß dargestellt wäre, nur am Lack ankratzen. Die Wirksamkeit, besser die Wirklichkeit befindet sich im Inneren des Gefäßes, und dazu müssen alle Lackschichten sowie der Gefäßkörper irgendwann durchdrungen werden. Dann erst beginnt Yoga wirklich.

Und dann haben wir noch den Glauben. Was ist denn Glauben anderes als der Inhalt einer Erzählung. Wenn wir uns die Wissenschaft heute filterlos anschauen, dann müssen zur Ansicht kommen, das Glauben und Wissen sich hier, vorsichtig betrachtet, maximal die Waage halten. Viele Aussagen wie „Geister und Engel gibt es nicht...“, „das ruht im Unterbewusstsein...“, „Wissenschaftler haben herausgefunden...“ Und „alles ist relativ...“ ebenfalls nur Glaubensinhalte darstellen. Wenn Menschen an Engel glauben ist das doch ebenso gut wie zu glauben, dass ich mich mit dem und dem gesund ernähre und die und die Theorie die Wirklichkeit am besten beschreibt. Hauptsache ist doch, dass mir damit ein glückliches und in sich ruhendes Leben ermöglicht wird.

Und was kann heute wirklich schon als Humbug betrachtet wird oder zu der Aussage „der spinnt...“ Anlass geben. Für den Psychologen heute ist jede Wahrnehmung, jede Äußerung, jeder Glaubensinhalt eines Menschen ein ernst zu nehmendes Erkenntniskonstrukt. Da gibt es so ohne weiteres kein richtig und falsch, gesund und krank, sondern jeder Inhalt, so absurd er auch dem man –Narrativ- erscheinen mag, ist eine wirkmächtige Kraft. Wir alle haben doch die wunderschönen Dokumentationen gesehen, die die Glaubensinhalte und Antriebe uns vollkommen fremder Völker darstellen. Da sind doch, wie im Voodoo zum Beispiel, keine Spinnereien am Werk, sondern Kräfte, die mächtige Wirkungen entfachen. Dass sie bei dem einen wirken, beim anderen aber nicht, ist nicht Zufall, sondern beruht auf der Erzählung, nach der im Einzelnen gelebt wird. Und so belegt sich auch die Wirkkraft jeder Erzählung, im kleinen (Familie) wie im großen (Volk, Religion) Zusammenhang.

Kommen wir zurück zur Spiritualität, und fragen, was ist das überhaupt? Begrenzt sich das wirklich auf das Tragen von bunten Klamotten, symbolischen Zeichen, einer bestimmter Ernährung, des Ausübens besonderer Praktiken, der Durchführung und Beiwohnung von Ritualen, dem Singen von Liedern und Mantras und des jeweiligen Bekennens dazu? Oder ist das nicht doch etwas ganz anderes? Wie kommt es eigentlich dazu, sich zu spiritueller Überlegung aufzuraffen, und wohin soll denn die Überlegung in ihrer Erfüllung eigentlich hinführen? Die meisten spirituell aktiven Menschen treibt entweder eine Sehnsucht oder eine Notlage (auch mentale Probleme können Notlagen sein...) zur spirituellen Überlegung. Und oftmals werden darin nicht konkret nach Ursache

und Lösung geforscht, sondern die Überlegung führt meist zu einer Hinterfragung des Narratives, das gerade mal wieder versagt hat. Man kann sagen, dass hier eine Wahl stattgefunden hat, die Wahl nämlich, statt durch sein Versagen in der Gemeinschaft mit Hass und Ablehnung zu reagieren, das Narrativ dieser Gemeinschaft in Frage gestellt wird. Oder um es treffender auszudrücken: Nicht ich habe versagt in der Gemeinschaft, sondern das Narrativ der Gemeinschaft ist falsch und wird jetzt von mir angezweifelt oder sogar abgelehnt. Auch die Sehnsucht nach Veränderung, nach einer anderen Welt(sicht), ist ein vor die Wahl gestellt sein, nur mit einer, zumindest für den betrachtenden Außenstehenden, geringer empfundenen Wucht.

Was in der Spiritualität immer in Frage steht ist das Narrativ des vergangenen und des künftigen Lebens aus heutiger Sicht. Es geht um die Fragen, „wie will ich leben...“, „wie gestalten sich meine Tage...“, „wie vermeide ich in mir Schmerz, Unheil, Hass und Angst“ und „wie komme ich zu einem glücklichen, erfüllten Leben...“? Dazu gehören, wie in allen spirituellen Traditionen zu finden, Praxis, Studium, Erfahrung und eine tiefgreifende Wandlung in Bezug zu gesellschaftlichen Regeln, Gewohnheiten, Ansichten und Bildern, mit anderen Worten eine Veränderung des gelebten Narratives. Und gleich, ob Zen, Yoga, Thai Chi, Schamanismus oder religiöse Anschauung, immer hat diese Wandlung eine Veränderung des Alltäglichen zur Folge. Nur Veränderung kann Sehnsucht stillen, nur Veränderung kann Hass, Gier und Verstrickung auflösen, nur Veränderung kann die Verblendung besiegen. Neue Perspektiven erfordern andere Standorte. Das gilt im körperlichen, im geistigen und auch im gesellschaftlichen Kontext. Der Glaube, sich nicht (mehr) verändern zu können, ist mit gelebter Spiritualität nicht vereinbar.



Vedanta vs. Buddhismus?

Ist Vedanta wirklich das Ende des Denkens? Nicht wenige auf dieser Welt sind ja der Ansicht, dass der Materialismus mit seiner Gewohnheit, alles zu differenzieren

und zu zerteilen die Grundlage allen Übels sei. Diesen gibt und gab es nicht nur in Europa, sondern auch und schon sehr früh auch im asiatischen Raum.

Und so wird proklamiert, dass die Aufhebung der Vielheit und die Rückkehr zum Einen die Lösung aller Probleme darstellt. Erst verschleppten Mönche ihr neues Wissen in die Wälder, dann versuchten Buddha und Shankara diese Denkweise wieder den Menschen nahe zu bringen.[1. *Der Materialismus aber, der vor Buddhas Erscheinen vorherrschte, war eine ganz rohe Art von Materialismus, der lehrte. „Iss, trink und sei fröhlich; es gibt weder Gott, noch Seele, noch Himmel, und Religion ist eine Erfindung verruchter Priester. Versuche glücklich zu leben, so lange du lebst; iss, auch wenn du das Geld dafür borgen musst und mach' dir keine Sorgen wegen des Zurückzahlens.“ Das war die Moral jenes alten Materialismus, und diese Art der Philosophie fand eine solche Verbreitung, dass man sie auch heute noch die „populäre Philosophie“ nennt. (Vivekananda)]*

Sie kann leicht in einen Satz zusammengefasst werden: Alles ist Eines. Und dies mit der Konsequenz, dass es ein Zweites neben dem Einen nicht geben kann.[2. *Die Vedanta-Philosophie betrachtet das empirische Wissen als Nichtwissen. Dem wahren Wissen enthüllt sich die Vielheit der Dinge und Individuen als Schein, als Illusion (Schleier der Maja). In Wahrheit existiert nur das Eine, das göttliche Allwesen, das Brahman. Die Welt ist nichtig, wesenlos (Akosmismus), keinesfalls eine Emanation des Göttlichen. Das Brahman ist ewiges, unwandelbares, reines Sein, übersinnlich, immateriell. Die Körperwelt ist ebenso Schein wie die Welt der einzelnen Ichs, die nur in der Erscheinung verschieden, an sich aber eins, das göttliche Selbst (Atman) sind. Es wird also ein monistischer Pantheismus gelehrt. Höchstes Ziel ist die, alle Seelenwanderung, alle Wiedergeburt (mit den Folgen des früheren Lebens, dem Karma) aufhebende Eins-Werdung mit dem Einen. (Vivekananda)]*

Was aber bedeutet das: Es gibt nur Eines!? Was dir gehört, gehört auch mir. Ich könnte es dir wegnehmen und dabei ein Vedantin sein oder ich könnte zu der Ansicht gelangen, dass das ja nichts nutzt, da dein Schmerz über den Verlust ja auch mein Schmerz sein wird und dabei Vedantin sein. Auch hast du einen Schmerz darüber,

dass ich nicht habe, und daher wirst du mit mir teilen wollen. Ich könnte allerdings auch mein Nicht-Haben als Illusion verklären und mich freuen, das du hast und mir vorstellen, auch zu haben, da du und ich ja Eines sind, und dabei Vedantin sein. Die Schlussfolgerung aus dem Beispiel, so profan wie es auch sein mag, könnte wie folgt aussehen:

Vedanta funktioniert scheinbar nur dann, wenn alle Menschen dem Vedanta-Gedanken angehören. Ein Vedantin in einer Welt voller Materialisten wird wahrscheinlich ein Leidender oder Nur-Gebender sein. Der einzige Ausweg daraus ist das Bilden einer Gruppe Gleichgesinnter, die sich nach außen abschließt und die sich selbst versorgt (Kloster). Selbst in naturwissenschaftlichen Worten erläutert Wissenschaftler wie der Physiker Schrödinger diese Problematik gerne und kommen auch nur zum Schluss, es gäbe nur ein „entweder / oder“.[3. *Der Grund dafür, dass unser fühlendes, wahrnehmendes und denkendes Ich in unserm naturwissenschaftlichen Weltbild nirgends auftritt, kann leicht in fünf Worten ausgedrückt werden: Es ist selbst dieses Weltbild. Es ist mit dem Ganzen identisch und kann deshalb nicht als ein Teil darin enthalten sein. Hierbei stoßen wir freilich auf das arithmetische Paradoxon: Es gibt scheinbar eine sehr große Menge solcher bewussten Iche, aber nur eine einzige Welt. Das beruht auf der Art der Entstehung des Weltbegriffs. Die einzelnen privaten Bewusstseinsbereiche überdecken einander teilweise. Der ihnen allen gemeinsame Inhalt, in dem sie sich sämtlich decken, ist die „reale Außenwelt“. Bei alledem bleibt aber ein unbehagliches Gefühl, das Fragen auslöst wie: Ist meine Welt wirklich die gleiche wie die deine? Gibt es eine reale Welt, verschieden von den Bildern, die auf dem Weg über die Wahrnehmung in einen jeden von uns hineinprojiziert werden? Und wenn es so ist, gleichen diese Bilder der realen Welt, oder ist diese, die Welt „an sich“, vielleicht ganz anders als die Welt, die wir wahrnehmen? Solche Fragen sind sehr geistreich, aber nach meiner Meinung sehr dazu angetan, in die Irre zu führen. Es gibt keine angemessene Antwort auf sie. Sie sind durchweg Antinomien oder führen auf solche, und diese entspringen aus einer Quelle, die ich das arithmetische Paradoxon nenne: den vielen Bewusstseins-Ichen, aus deren sinnlichen Erfahrungen die eine Welt zusammengebraut ist. Die Lösung des Zahlenparadoxons würde alle solche Fragen beiseiteschaffen und sie nach meiner Überzeugung als Scheinprobleme entlarven. Aus*

diesem Zahlenparadoxon gibt es zwei Auswege, die beide vom Standpunkt unsres heutigen naturwissenschaftlichen Denkens (das sich auf altes griechisches Denken gründet, also rein westlich ist) reichlich unsinnig aussehen. Der eine ist die Vervielfachung der Welt in Leibniz' schrecklicher Monadenlehre, in der jede Monade eine Welt für sich ist, es ist keine Verbindung zwischen ihnen. Die Monade „hat keine Fenster“, sie ist „incomunicado“. Dass sie dennoch alle miteinander in Einklang sind, nennt man die „prästabilisierte Harmonie“. Es gibt wohl nur wenige, denen diese Lösung zusagt oder die darin auch nur eine Milderung des Problems der numerischen Antinomie erblicken. Offenbar gibt es nur einen anderen Ausweg: die Vereinigung aller Bewusstseine in eines. Die Vielheit ist bloßer Schein; in Wahrheit gibt es nur ein Bewusstsein. Das ist die Lehre der Upanishaden, und nicht nur der Upanishaden allein. Das mystische Erlebnis der Vereinigung mit Gott führt stets zu dieser Auffassung, wo nicht starke Vorurteile entgegenstehen; und das bedeutet: leichter im Osten als im Westen.]

Können Sie Erläuterungen wie die von Schrödinger verstehen? Viele einzelne Bewusstseine stehen gegen ein einziges Bewusstsein? Ist diese Gegenüberstellung nicht das Gleiche in Grün wie am Ausgangspunkt schon, nur in wissenschaftlichen Zinnober gekleidet, aber doch nicht wirklich beantwortet, nur so undeutlich und überflügelnd formuliert, das man erschrocken und erstaunt erst einmal zustimmt aus Angst, sich durch Unwissenheit und Unverständnis zu blamieren?

Die hier geschilderten Weltbilder (Materialismus, Vedanta) erscheinen zunächst wie unvereinbare Gegensätze. Und doch möchte ich behaupten, dass sie so fremd sich nicht sein können, da sie sich doch in ihrer Lebensweise so ähnlich sind: Beide horten nicht, der eine aus Genussgründen (jetzt genießen, weil morgen könnte es zu spät sein), der andere aus Mitgefühl; da es immer Bedürftige gibt, beide leben das Jetzt und Hier aus selbigen Gründen und beide hängen nicht, zumindest aus der theoretischen Anschauung heraus, am Leben. Warum also ist unvereinbar, was doch in seinem Ergebnis so gleich daherkommt? Stimmt es wirklich, dass jede Handlung sich nur aus ihrem Motiv heraus wertet? Ist Handeln an sich nicht schon egoistisch? Und ist Nicht-Handeln angesichts der Welt nicht auch egoistisch?

Bedingen sich so der beschriebene grobe Materialismus und Vedanta, die zu ihrer Hoch-Zeit ja immer erbitterte Gegner waren, gegenseitig? Bilden sie vielleicht

Pole, in deren Vereinigung sich die Wahrheit des Seins offenbaren kann, so der Sehende zu sehen bereit ist? Könnte so sich eine geschlossene Sichtweise bilden, die Materialismus mit Vedanta vereint? Oder sind all die Fragen, die Ausgangspunkte und die Zielvorstellung nicht schon vollkommen falsch gewählt? Vergleichen wir hier vielleicht Äpfel mit so etwas wie einer Rasierklinge?

Tatsächlich muss doch die Frage heißen und sich mit der noch immer offenen Antwort beschäftigen, wer oder was und wieso wir sind und was wir sind oder zu sein scheinen. Und wir haben bis zum heutigen Tag darüber nur Theorien und Ableitungen zu bieten, die auf irgendeinen Grundstock sich aufbauen, der meist in einer dogmatischen Grundanschauung mündet. Da gibt es dann eine Moral und eine Ethik, da gibt es eine Dogmatik und eine Dialektik, manch krude Theorien und Glaubensvorstellungen, Sichtweisen und Perspektiven und welche anderen Ideen noch genannt werden könnten. Tatsache ist, dass keines dieser durchformten und geadelten Theorien auf lange Sicht hinweg einer Hinterfragung standhalten wird. Und genau das nämlich ist wirklich ein Fakt. Wir wissen es einfach nicht und daher sollten wir auch nicht darauf bestehen, irgendwie Recht haben zu wollen.

Im Gegensatz zum Vedanta und dem asiatischen Materialismus geht der Buddhismus einen anderen und weniger ausgetretenen Weg. In all seinen Formen und Ausschmückungen steht er doch immer auf der Basis des „wir wissen es nicht“, und er gibt daher keine besonderen, keine festen Leit- und Glaubenssätze heraus. Der von Buddha, Nagarjuna und vielen anderen beschriebene Grundstock ruht stets darauf, dass der Mensch wie alle anderen Wesen immer nur seinen eigenen Weg gehen kann, einen Weg, der stets und wieder hinterfragt werden muss. Glaube nicht, wisse nicht, sondern gehen deinen Weg, den eigenen Erfahrungen folgend immer weiter und entscheide stets neu, an jedem Tag, in jeder Stunde, das ist die Grundlage des Buddhismus. Sie nannten das daher den mittleren Weg, dessen konträre Eigenschaften nicht „richtig oder falsch“, sondern „heilsam oder unheilsam“ sind. Vermeide das Unheilsame, suche das Heilsame und folge dem sich daraus abzeichnenden Weg. Dazu gehört, das Öfteren mal stehen zu bleiben und zu schauen, sich so selbst und die Welt drum herum wahrzunehmen und dann neu zu entscheiden. Buddhismus ist daher von der Grundidee her keine Religion, keine Wissenschaft und keine Philosophie, da diese immer entweder feste Dogmen oder feste Grundannahmen voraussetzen. Buddhismus in seiner Grundidee ist einfach nur das Zeigen eines Weges aus dem Leiden heraus, das immer aus der Unsicherheit des Lebens entsteht, wenn dieses sich nicht weiter entfalten kann. Die Lehre der Entfaltung, des Wachstums im Geiste, der Evolution des Lebens, welche sich ungehindert in den leeren Raum ergießen, sich öffnen, sich weiten und zu dem Licht entwickeln, aus dem Sehen und Wissen und in der Folge große Sicherheit wachsen können, das ist die Grundidee des Buddhismus, und dabei es ist gleich, welche Prägung [4.

Theravada, Mahayana, Hinayama, Tibetisch] dieser sich auch gibt. Beten kann heilsam sein, ein Opfer gestalten kann heilsam sein, glauben kann heilsam sein, singen, tanzen können heilsam sein und selbst dem Zweifel kann noch eine heilsame Wirkung innewohnen. Die Frage ist doch, ist es jetzt und hier und für mich heilsam, ist das, was ich jetzt will und jetzt tun werde, für andere heilsam, und nicht, „ist es für alle Zeit richtig oder falsch“. Auch das Heilsame verändert sich, wächst und entwickelt sich, ist einer Evolution unterworfen, kann morgen schon ganz anders sich gestalten wie heute noch. Was einzig unveränderlich sich zeigt ist der leere Raum, in den jedes Leben und Gestalten sich ergießt. Die Religionen nannten es Schöpfung und schrieben das einem außenstehenden, übermenschlichen Wesen zu. Im Buddhismus würde es anders heißen: schöpfen (unendlich und unbegrenzt). Wir Menschen sollten das begreifen lernen und die Chance sehen, mit der Entfaltung der Welt auch sich selbst zu befreien. Freiheit im Geiste ist, ohne Grenzen und ohne Halt zu sein, und diese Bedingung erfüllt einzig der leere, unendliche Raum, in dem es weder ich noch du noch Welt zu geben braucht.

Sind wir, fragt der Buddhismus, also in der Lage, freien Geistes im Körper eines Menschen zu sein und dabei das Leben sich immer weiter schöpfen zu lassen und dabei dieser Entfaltung nicht immerzu im Wege zu stehen? Sind wir in der Lage, das bereits Geschöpfte zu lassen wie es ist und das noch Ungeschöpfte bedingungslos sich entfalten zu lassen? Können wir die Kontrolle aufgeben, die Angst überwinden, den Stolz zurückfahren und uns weiten, um uns über alle Grenzen hinaus ins unendlich Ungewisse vorzuwagen?



Zeit und spirituelle Praxis

Das Wort Zeit ist heute in aller Munde. Nicht nur der fast schon antiquarische Spruch „Zeit ist Geld“ ist damit angesprochen, sondern Zeit wird heute gemanagt, entschleunigt, Prozesse werden effizient gestaltet, Abläufe werden optimiert, die Zahl der Mitarbeiter wird entsprechend angepasst und es werden die schlanke Produktion, der effiziente Geschäftsprozess und vielfältige Feedbackprozesse

eingeführt.

Und all das bedeutet was genau? Es bedeutet, dass Menschen in Zeit-Rhythmen gepresst werden, die mit deren Natürlichkeit, deren Bedürfnissen, Erfordernissen und Notwendigkeiten nichts mehr zu tun haben. Vielmehr bestimmen der Güterausstoß, die Stoppuhr und der unbedingte Wille zur Gewinnsteigerung das Leben der Menschen, die diesen Prozessen unterliegen. Kurz gesagt ermöglicht unser Gesellschaftssystem, das Menschen ihre Mitmenschen in mannigfaltiger Weise ausbeuten, und zwar sowohl in wirtschaftlicher Sicht als auch aus gesundheitlicher Sicht. Und Zeit spielt in dieser Ausbeutung eine entscheidende Rolle!

Betrachtet man das Zeit-Phänomen von Anbeginn an, stellt sich schnell heraus, dass es die eine wirkliche Zeit gar nicht gibt. Zeit, wie wir sie kennen, ist ein Kunstprodukt und kommt so in der Natur gar nicht vor. Natürliche Prozesse orientieren sich an anderen Parametern als der Zeit. Da ist bei nahezu allen Lebewesen zunächst einmal die Verdauung, die eine Aktivitätsbereitschaft herstellt oder verwehrt. Dann sind da noch die Jahreszeiten und die Hell-Dunkelphasen der Tage, an denen sich ein Leben orientiert. Essen verdaut sich unterschiedlich schnell oder langsam, die Jahreszeiten halten sich nicht an Regeln und selbst die Lichtzeit der Tage sind länger oder kürzer und in manchen Gegenden der Welt auch gar nicht so vorhanden. Wir sollten, so hatte die Natur es mal eingerichtet. essen, wenn wir hungrig sind, schlafen, wenn Müdigkeit sich einstellt und sollten die Lichtzeiten nutzen, um uns in der Welt zu orientieren. Die Zeit, in der wir als Menschen uns noch nach diesen uralten Regeln richten mussten, ist so lange noch gar nicht her, und der Körper, also das lebendige in uns, hatte noch wenig Zeit seither, sich umzugewöhnen. Richtiges Licht für die Nacht gibt es zum Beispiel erst 200 Jahre lang.

Eine spirituelle Praxis richtet sich immer an die Gestaltung des Lebens, richtet sich immer auf die Bewältigung der zu lösenden Aufgaben und wendet sich immer gegen die Zustände, die Krankheit [1. Die Abwesenheit von Gesundheit] verursachen. In Fall der westlich zivilisierten Welt ist einer der Hauptverursacher von Krankheit die falsche Auslegung und missbräuchliche Verwendung des Begriffes der Zeit. „Zeit ist Geld“ ist eine dumme Ansicht, denn Zeit ist eine künstlich und für die Wissenschaften geschaffene Einteilung von Erlebensmomenten und Geld ist ein gesellschaftlich begründeter Schuldschein. Die beiden haben nichts miteinander gemein. Mensch sein benötigt immer einen Rahmen, der eine ausgeglichene Einteilung des Lebens in Phasen der Aktivität und der Ruhe bereitstellt. Ausgeglichen sein bedeutet auch, dann die Ruhe zu finden, wenn sie benötigt wird, dann die Aktivität zu erzeugen, wenn es passt und alles zur Verfügung steht, was dazu benötigt wird und darüber hinaus verlangt Ausgeglichenheit die Fähigkeit, reagieren zu können/dürfen, wenn eine Veränderungen der Befindlichkeit sich einstellt. Feste

Arbeitszeiten, feste Termine, geplante Tätigkeiten, vorgegebene Prozesse und strikt zu befolgende Befehlsketten sind das Gegenteil dieser Bedingungen. Doch leider ist das gelebter Alltag heute. Und so ohne weiteres kommt auch der spirituell Übende nicht aus diesem Umfeld heraus. Muss man also aussteigen, kündigen, nur noch als Yoga- oder Meditationslehrer sein Leben gestalten und dafür auf das übliche gesellschaftliche Leben verzichten? Ist das wirklich so, oder eröffnet uns Spiritualität nicht andere Möglichkeiten, und wenn ja, welche sind das gerade auch in Bezug zur Ursache Zeit?

Was wir heute in der Arbeitswelt erleben und was viele Menschen krank macht ist ein falsches Verständnis dessen, was Spiritualität bewirkt. Diese Praxis führt uns nicht in ferne Welten mit großen und alles überragenden Fähigkeiten und Potentialen, sondern führt zuerst einmal zurück zu uns selbst, zur Wahrnehmung unseres Selbst, um genau zu sein. Und wir selbst sind ein ungeteiltes Ganzes, bestehend aus der polaren Beziehung von Geist und Körper. Und was als erstes geschehen und zugelassen werden muss in einer spirituellen Praxis, ist diese beiden wieder in Beziehung zueinander zu bringen, sie miteinander kommunizieren, miteinander sein zu lassen. Bereits in der Sprache trennt hier „mein Körper“ sich vom Ich ab. Das ist im Grunde genommen schon falsch, denn ein Ich besteht aus Ich in Symbiose mit diesem Körper, der selbst ebenfalls Ich ist. Ich bin ein Körper und ich bin ein Geist und auch die Beziehung der beiden zueinander ist Ich. Da ist keine Trennung. Da ist nur ICH.

Wenn ein Geist mit seinem Körper kommuniziert, wird er verstehen, dass ohne sein „Gegenüber“ nichts geht. Und daher wird er, der ständig denkt, zuhören lernen müssen, was sein Körper ihm erzählt. Und wenn diese Erzählung von Müdigkeit spricht, von Hunger, von Überforderung, mangelnder Ruhe und manch anderen Missständen dann wäre es angebracht, darauf auch zu reagieren und um Abhilfe bemüht zu sein. Und genau da setzt, richtig verstanden, eine spirituelle Praxis wie Yoga und Meditation auch an. Der Geist muss zuhören lernen, und dafür braucht er Zeit ohne Aktivität, chillen, gammeln, vor sich hin sinnieren, herumsitzen und Zeit vergeuden. Wenn man sich einen Meditierenden anschaut sieht man genau das: Das sitzt ein Mensch nichts tuend herum und hört in seinen Körper hinein, und er wird sogar von Lehrern angewiesen, das auch noch vollständig zuzulassen.

Mit und in seinen Körper zu leben heißt nicht, diesen zu verwöhnen und zu beschützen oder jeden Wunsch aus dem Befinden auszulesen. Ein Körper ist eine systemisch funktionierende Einheit aus lebenden Zellen, die automatisch auf Umweltreize reagiert, sich anpasst auf die Gegebenheiten des Moments, in dem wir uns gerade befinden. Der Körper plant nicht in die Zukunft, aber er reagiert auf die Vergangenheit, was nichts anderes heißt, als das er beständig bekannt schöne Umstände sucht und schlechte Umstände zu meiden versucht. Und bei letzteren wird

er Widerstände aufbauen, die Kraft und Energie einsetzen, um etwas Ungewolltes zu verhindern. Diese Widerstände zeigen sich in Form von Unwohlsein bis hin zu kleinen als auch großen körperlichen Reaktionen, was wir schlicht und einfach dann Krankheit nennen. Auch schöne Momente des Lebens äußern sich körperlich, und das geht vom einfachen erröten bis zu euphorischen Wohlgefühlen, die fast schon einer Trance nahestehen. Nun ist es so, das zum Beispiel Yoga nach Patanjali sagt, das beide genannte Formen, Widerstand als auch Euphorie, zu meiden sein. Das erklärt sich bei der Euphorie aus der einfachen Tatsache, dass sie immer nur ein vorübergehendes Phänomen sein kann, daher nicht anhalten wird und in der Folge zu einer Stimmungslage führen muss, in dem deren Abwesenheit als Verlust erlebt werden wird. Der einfache Widerstand erklärt sich eigentlich von selbst. Wer hat schon gerne Ungewolltes? Ein ausgeglichenes, von Höhen und Tiefen verschontes Alltagserleben ist somit ein erklärtes Ziel des Yoga. Nun werden einige erschrocken fragen: Ist das nicht langweilig? Die Antwort ist einfach: Nein, definitiv: nein!

Wenn wir Yoga üben, Meditation üben und uns mit Spiritualität auseinandersetzen, müssen wir die bereits erwähnten Phänomene in unserer Lebensführung berücksichtigen. Ausreichende Zeit für Erholung, Zeiten des Nachdenkens und Sinnierens, auf den Körper und seine Bedürfnisse reagieren zu dürfen und entsprechend zu agieren sind Teil einer spirituellen Praxis. Diese findet sich nicht nur in den Zeiten des Übens, sondern findet sich in jedem Moment eines Lebens wieder, 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr, ein Leben lang. Alles andere nenne ich nur ein nettes Alibi auf die Frage, die sich irgendwann einmal jedem stellen wird: Habe ich genug, habe ich das Richtige getan in meinem Leben bisher? Und die Antwort wird bitter sein, wenn sie mit „nein“ beginnt. Richtige und erfolgreiche spirituelle Praxis erkennt man daran, dass sich diese Frage entweder nicht mehr stellt oder eindeutig nur mit „ja“ zu beantworten ist. Und diese Sachlage ist beileibe nicht so heftig, wie sie sich zunächst anhören mag, denn: Die Zeit zu einer Umkehr oder zu einer Änderung ist immer gegeben, ist jederzeit, mit jedem Alter und in jeder Konfiguration, denn was mich davon abhalten könnte ist nur, keine Zeit dazu zu finden, und diese Zeit, wir erinnern uns, gibt es so gar nicht. Es ist immer Zeit!

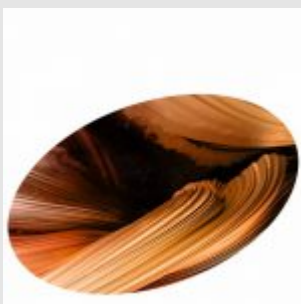
Meditation ist zum Beispiel aus der Erholungssichtweise eine vollständige Ruhezeit, das heißt nach einer Eingewöhnungsphase wird der Körper weniger Schlaf einfordern. Außerdem sorgt dieses Sitzen für einen ruhigeren Schlaf, so dass diese Phase deutlich erholsamer sein wird. In der Praxis der Meditation wird die benötigte Zeit praktisch mitgeliefert. Verspannte Schultern wiederum sorgen sehr oft für unruhigen Schlaf, für häufiges Aufwachen und lassen uns morgens daher schlecht in die Gänge kommen. Weiterhin behindert sie in der Bewegungsfreiheit und

kostet bei nahezu allen Tätigkeiten zusätzliche Zeit, da sich der schmerzzerfüllte Mensch deutlich schlechter konzentrieren kann. Da werden 10 bis 15 Minuten Yoga am Morgen, die bei guter Ausführung die Verspannungen dauerhaft lösen können, leicht wieder einzuholen sein. Und vielleicht ist hier auch der gute Tipp aus den Erfahrungen von 2000 Jahren Klosterleben als Beispiel zu nennen, der aussagt, dass ein gut geplanter Tag viele Arbeiten zügig und schnell abzuarbeiten vermag. Also wäre es doch sinnvoll, dass der Tag auch mit Planung beginnen sollte. Planung aber braucht Klarheit und Ruhe in der Ausführung. Hier ist das hastige Drängen, das Wiederholen der immer gleichen Struktur vollkommen fehl am Platze. Zu Planung gehört Priorisierung, Wichtiges vom Unwichtigen zu trennen, hierhin gehört Delegation, das Berücksichtigen von Zusammenarbeit mit anderen und all die vielen Motive, die Tätigkeiten zum Fließen bringen können. Und natürlich sind Pausenzeiten und Erholungsphasen zu berücksichtigen, und diese sind nicht nur pünktlich von 9 bis 9:15 Uhr und von 12:00 bis 12:45 Uhr, sondern sollten mitten im Geschehen machbar sein. Wenn ich eine Pause brauche, dann muss ich auch eine bekommen, und dafür ist im Plan bereits genügend Luft zu lassen.

Schmerz ist der Anzeiger von Überforderung des Körpers, Müdigkeit zeigt gleiches aus der Sicht des Geistes. Aktive und weniger aktive Phasen sind menschlich vollkommen normal. Weiterhin sind Routinen in täglichen Leben alles andere als langweilig. Ich zum Beispiel freue mich auf meine Morgenpraxis jeden Tag (1:10 Std), freue mich auch auf die Tagesabschlussmeditation (25 Min), die mir einen ruhigen und erholsamen Schlaf beschert, auf meine Montagsyogastunde freue ich mich regelmäßig seit 12 Jahren, und auch die lästigen die Routinen des Alltags wie die Fahrt zur Arbeit, der Einkaufsmarathon am Samstag, das ständige Checken der Mails und anderer Nachrichten, dann das Bestücken meiner Blogs nach Fertigstellen der Artikel und all die vielen sich ständig wiederholenden Tätigkeiten, die seit Jahren fast ohne Nachdenken so nebenbei mitlaufen, belasten mich daher nicht viel mehr als der Toilettengang am Morgen. Darüber muss ich nicht mehr nachdenken, das geht somit in einer Phase der gedanklichen Stille und in vollkommener Ruhe vonstatten. Das ist nicht anstrengend, sondern erholsam. Gedankliche Stille ist immer erholsam. Wir nannten es früher Langeweile und fanden es schlecht, aber diese Zeiten werden gebraucht, heute mehr denn je, um Mensch zu sein und zu bleiben. Menschen sind selbstbestimmte Wesen, Menschen sind frei, und das gilt immer und überall und in allen Lebensphasen. Keine Zeit zu haben gibt es nur als Antwort für manch lästige Mitmenschen, die das Prinzip Zeit noch nicht richtig verstanden haben. Für Freunde und Wissende sollte es dieses „keine Zeit haben“ nicht geben.

Zeit heute zeigt sich zerstückelt und fern jeder Strukturierung. Zeit war einmal eine lineare Bewegung aus der Vergangenheit, die uns die Erfahrung mitteilte, über

das Erleben der Gegenwart in die unbekannte, aber immer auch zu einem Bruchteil planbare Zukunft. Es gab in nahezu allen Zeiten der Geschichte eine Lebensleistung, eine Geschichte des Lebens eines einzelnen Menschen. Diese gab und gäbe auch heute noch dem werdenden Menschen in einer Gesellschaft einen Platz, eine Teilhabe und eine psychische Heimat. Diese Form der Zeit verschwindet leider mehr und mehr zugunsten einer Fragmentierung, die keine Chronologie mehr zulässt und die Han [1. Byung-Chul Han, Der Duft der Zeit] Dyschronie nennt, eine stupide Abfolge von visuellen Eindrücken, die keine Dauer mehr verleiht und daher als unbefriedigend empfunden wird. Als Ausweg aus dieser Falle sieht Han die Wiedererweckung der „vita contemplativa“, die Fähigkeit, kurz gesagt zu verweilen oder anders ausgedrückt: Die Meditation. Meditation bedeutet in Stille verweilen zu können, der Psyche Zeit zur Verarbeitung des Erlebten zu geben und den Körper dabei in Ruhe zu lassen, mit anderen Worten gesagt den Körper aus der Gewalt der Psyche mal kurzfristig befreien und sich selbst sein zu lassen. Und damit der Körper dabei wohl geformt und gut eingerichtet, also sich wohl fühlend und gelassen sein lassen kann, können Yoga und andere Körperarbeitsformen ihn die dazu notwendige Energie geben. Nur ein sich wohlfühlender Körper, schmerzfrei und energetisch gut versorgt (Kraft), hält die Stille für einen wirkungsvollen Zeitraum auch aus. Somit ergänzen sich Körperarbeitsformen wie Yoga und Qi Gong einerseits und die Meditation in Stille (vita contemplativa) andererseits auch auf optimale Weise. Und was dann in der Stille der Übung erfahren wird, setzt sich Stück für Stück ins Alltagsleben fort. Auf diese Weise wird Zeit wieder als Zeit erfahren, aus der Perspektive der Gegenwart sowohl in Richtung Zukunft als auch als Rückblick in die Vergangenheit blickend. Und so wird die Zeit wieder zu einem Weg durch das Chaos und eine Orientierungshilfe für das Leben als Mensch.



Der Karma-Gedanke in der Verdrängung

Die Idee vom Karma, wie sie allgemein üblich vertreten wird, ist etwa folgende: Wenn du im Leben gutes tust, dann wirst du dafür belohnt, wenn du böses tust, dann wirst du dafür bestraft. Und damit all das auch in aller Gerechtigkeit von statten geht, sitzt da irgendwo ein allmächtiger Buchhalter und macht Kreuze und Stiche, führt also ein Konto über seine Schäfchen.

Nun ist das ja alles schön und gut, aber ... ich bin ein Vedantin, das heißt, ich glaube nicht an einen von mir getrennten Gott irgendwo, sondern... und da fängt es schon an, schwierig zu werden. Und bei aller Suche im Innen und Außen habe ich den Buchhalter noch immer nicht gefunden. Irgendetwas an dieser einfachen Sichtweise ist falsch, und ich möchte in ein paar Beispielen zu begründen versuchen, warum das so nicht stimmen kann:

- Wenn es einen allmächtigen Gott gibt, warum degradiert er/sie/es sich zu einem Buchhalter. Warum führt er Buch über Gut und Schlecht, wo er doch bestimmen könnte, was geschieht. Warum gestattet er seinen Schäfchen Sünden, um sie dann zu bestrafen. Ist er vielleicht doch ein Sadist?
- Warum darf Arjuna in der Gita morden, ohne schlechtes Karma aufzubauen, während seine Gegner in der gleichen Schlacht verdammt werden? Warum macht der allmächtige Krishna dem grausamen Spiel nicht gleich ein Ende?
- Wie kommt es, das Gut und Schlecht sich im Laufe der letzten tausend Jahren immer wieder wandeln konnten. Was heute Gut ist, kann morgen schlecht sein und der Erfolg: heute gutes Karma, morgen schlechtes? Und das soll ein kosmisches Gesetz sein?
- Wie wir aus den Yoga-Sutren lesen können, sind Zuneigung und Abneigung gleichermaßen zu meiden. Sind wir also dem Guten zugeneigt, ist das Schlecht, sind wir dem Schlechten zugeneigt, ist das auch schlecht. Was nun?

Die Liste dieser Fragestellungen könnte noch viele Seiten füllen. Aber es sollte klar geworden sein, das sich etwas in dieser Denke einfach nicht zusammen reimt.

Ich möchte hier einen anderen Ansatz vorstellen. Dieser Ansatz ist ein bisschen weniger einfach, aber doch etwas weniger mit Fragen behaftet. Zunächst sind ein paar Leitgedanken festzuhalten, die mittlerweile, wo die Kulturen sich vermischen und berühren, allgemein anerkannt sind:

Gut und schlecht sind festgefügte Formen der Konvention.

Das bedeutet, das in der einer Konvention (Kultur) etwas gut sein kann, was in einer anderen als schlecht betrachtet wird. Und Konventionen sind überwiegend unbewusste Steuerungsmechanismen, Bedingtheiten, über die wir selten reflektieren.

Der Mensch ist ein psychologisch bedingtes Wesen

Der Mensch unserer Zeit ist viel mehr als bedingt anzusehen, als dies je in einer Zeit zu Bewusstsein gekommen sein kann. Und Bewusstsein, so wie wir es üblicherweise verstehen, ist nur ein kleiner Teil unseres Wesens, der über einem riesigen unbewussten Eisberg herausragt. Regiert wird der Mensch aber vom Ganzen,

und so weiß er nur wenig über seine wahren Motive und Hintergründe.

Der Mensch ist eine Einheit aus Körper, Geist und Seele

Wir mögen es nicht wahrhaben, aber der Mensch ist Mensch nur als Ganzes. Wir essen nicht mit dem Körper, denken mit dem Geist und lieben aus unserer Seele heraus, sondern alle drei, die niemals getrennt waren, essen, denken und lieben gleichermaßen. Sie sind eins, nicht drei!

Alles ist Energie und gehorcht daher energetischen Prinzipien

Gleichgültig, ob Gedanke, Handlung, Gefühl, Wahrnehmung oder Stimmung, alles das ist Energie und gehorcht daher auch den Prinzipien, die für Energie allgemein gefunden werden können.

Wenn wir diese vier Sätze akzeptieren, und das sollte uns nicht schwer fallen, dann kann ein Karma-Gedanken geformt werden, der sehr viel klarer und genauer beschreibt, wie Karma wirkt und existiert.

Mit einem Beispiel lässt sich dies sehr anschaulich beschreiben:

Einem Bekannten geschieht ein Missgeschick, und durch dieses werde ich verletzt, gekränkt oder beleidigt und in mir baut sich eine Energie auf, die wir als Wut bezeichnen und die gegen den vermeintlichen Verursacher der Kränkung gerichtet ist, der damit in mir diese Wut provoziert hat. Er trägt damit Schuld und baut schlechtes Karma für sich auf. Aber auch ich baue schlechtes Karma auf, denn ich fröne einer Wut, die gesellschaftlich verpönt ist. Dumm gelaufen, sagt man dann dazu. Aber dieser allgemein anerkannte Gedanke ist falsch! Nachfolgend will ich versuchen, dies zu erläutern:

Das Missgeschick: Missgeschicke durchziehen unser tägliches Leben wie die Luft, die wir zum Atmen brauchen. Aus ihnen entsteht Kummer und Leid ebenso wie manche Freude und Glück. Es ist eine Frage des Bewusstseins, dies zu erkennen und zu akzeptieren. Es hätte besser laufen können, ja, ist es aber nicht. Ist der, dem daher ein Missgeschick geschieht, schuldig? In aller Regel kennt die Konvention dafür eine einfache Regelung: Man entschuldigt sich und gut ist es!

Die Kränkung: Eine Kränkung wird uns nicht von außen zugeführt, sondern sie entsteht in uns selbst. Sie ist damit eine Energie, die aus uns selbst entsteht, in uns wirkt und in uns vergeht. Sie ist also salopp gesagt etwas „was uns gehört“, von uns gebildet wird, gelebt wird und auch wieder abgetragen wird. Kein Außenstehender vermag uns dieses an zu tun, wenn wir es nicht selbst wollten oder

unbewusst vollziehen. Eine wahrgenommene Kränkung, einmal genauer betrachtet, ist eine Differenz zwischen unserem Selbstbild und einer Wahrnehmung, die diesem widerspricht. Sie ist damit etwas eigenes. Fügt mir also jemand eine Kränkung zu, so ist der Ausdruck oder Handlung des Anderen mit unserem Selbstbild nicht vereinbar. Das könnte uns kalt lassen, nicht bewegen oder aber zu Erläuterung und Öffnung einladen, aber kränken?

Die Wut: Mit der Wut verhält es sich wie mit der Kränkung, sie ist eine eigene Energie und dies sogar vollkommen. Und sie nur ist eine der möglichen Ausdrucksformen einer Kränkung (ist etwas, was krank macht!). Auch Trauer, Depression oder Zorn könnte Kränkung ausdrücken. Sie ist eine Energie, die Raum braucht und gelebt werden will. Sie muss nicht zwangsläufig ausgedrückt werden oder in Handlung münden. Ob und wie dies geschieht, ist eine Frage der Bewusstheit und Selbstanschauung!

Setzt ich diese Beschreibungen klar und präzise um, so entsteht aus der kränkenden Situation folgendes reales Bild:

Da gibt es einen Menschen, der mich anders sieht, als ich dies wünsche, und ich sollte mich jetzt fragen, welches dieser beiden Bilder denn der Wirklichkeit näher steht. Um dies heraus zu finden, bedarf es der Kommunikation mit dem Anderen. Geschieht dieses, so kann die Situation nicht nur gerettet werden, sondern durch die Auseinandersetzung erreiche ich einen Zuwachs an Erkenntnis.

Ist dies allerdings nicht möglich (auch andere Menschen sind manchmal gekränkt!) und Wut steigt in mir auf, erkenne ich diese Energie als meine eigene und gebe ihr Raum, ohne sie mehr als notwendig auszudrücken oder in Handlung fließen zu lassen. Die dazu notwendige Aufmerksamkeit muss ich einbringen. Sie ist notwendig, um den Automatismus des „in Handlung fliesen“ zu steuern. Alles weitere regelt sich! So baue ich auch kein schlechtes Karma auf, denn die Energie lebt und verwandelt sich durch unsere Aufmerksamkeit in Lebensenergie, die uns eher bereichert als beengt! Unterdrückte Energie jedoch würde im Geheimen ihre Kraft entfalten, die nur durch weitere Energie (Lebensenergie) gebunden werden kann. Ich habe nicht nur den schlechten Einfluss zu kompensieren, sondern muss auch noch einen zusätzlichen Bedarf decken. Schlechtes Karma baut sich ebenfalls auf, wenn in dieser Situation projiziert wird (der Andere ist schuld...), die Situation eskaliert und ich mir einen neuen Feind schaffe, der sich revanchieren wird. So fiele die Aggression meinerseits auch wieder auf mich zurück!

Der Versuch einer allgemein gültigen Formulierung?

Karma ist nicht die sehr einfache und logische Funktion des „wenn..., dann...“,

sondern ein lebendiger Begriff von tiefer psychologischer Bedeutung. Es ist nicht etwas, was von außen mir aufgezwungen ist und damit unabwendbar erscheint, sondern eine tief in mir wurzelnde und mit meinem „in der Welt sein“ verbundene lebendige Fähigkeit des eigenen Wesens. Von daher ist es beeinflussbar, steuerbar und folglich auch vermeidbar. Einzige Bedingungen dafür ist sind Verstehen ihres Wirkens, der Einblick in die Natur ihrer Vernetzungseigenschaften und die Fähigkeiten, bewusst mit all diesem umzugehen. Das hört sich einfach an, ist es aber nicht wirklich!

Der Schlüsselbegriff der Fähigkeit, mit Karma umzugehen, ist Bewusstheit! Dieses bedeutet zu wissen, was in mir vorgeht, warum dies geschieht und wie ich das Geschehen beeinflussen kann oder zumindest könnte. Dazu gehört weiterhin, meine Grenzen zu kennen und diese zu beachten. Bewusst zu sein ist keine dem Willensakt unterworfenen Fähigkeit, sondern ein lebendiger und vitaler Wesenszug, der gepflegt und zugelassen sein muss. Das heißt zurückzugehen zu den Wurzeln des Lebensbaumes, ohne die frischen Triebe in der Baumspitze zu verlieren, also ein Spagat der besonderen Art.

Ein weiterer Schlüssel zum Karma ist die Kenntnis um die Art und Weise seines Wirkens. Dies ist umso wichtiger, als das Karma nicht diesen gradlinigen, linearen Denkweisen folgt, die wir ihm gewöhnlich zugrunde legen. Legen wir eine energetische Auffassung als Grund unter die Begrifflichkeit, so ist Karma der Ausdruck eines inneren Prozesses, der je nach Verfassung des tragenden Menschen bewusst oder unbewusst abläuft und der wie ein Energieanstieg betrachtet werden kann. Energie ist die sowohl die Fähigkeit zu handeln als auch die Fähigkeit wahrzunehmen. Sie ist unspezifisch und nicht vorgeprägt als Wut, Trauer oder Zorn, sondern ist neutral und weder gut noch schlecht, sondern kann einfach als Ausdruck des Lebendigen betrachtet werden. Wie eine sich aufbauende Energie sich ausdrückt, ist abhängig von der Art unserer Konditionierung, also Konvention, Erfahrung und Kultur. Diese drei sind gegenüber der aktiven Willensäußerung eines bewussten Menschen formbar und daher auch veränderbar.

Wer nicht fragt,
kommt keine Antwort,
wer schnell antwortet,
hat Fragen nicht verstanden.

Philosophie in der spirituellen Praxis

Wir alle kennen, zumindest aus der Begrifflichkeit, die Philosophie als eine Geisteswissenschaft, die sich überwiegend mit sich selbst beschäftigt. Trotzdem waren einige großen Philosophen nicht nur gut in Disput und der Technik des Hinterfragens (was eigentlich die Grundaufgabe der Philosophie ist), sondern begründeten auch bedeutende spirituelle Traditionen oder trugen maßgebliche Teile dazu bei. Nimmt man Nagarjuna als Beispiel, lassen seine philosophischen und seine spirituellen Arbeiten den Schluss zu, hier würde es sich um zwei Menschen gleichen Namens handeln. Einerseits versuchte er, die sich in seiner Zeit zersplitternden Schulen des Buddhismus mit sich zum Teil konträr widersprechenden Lehrmeinungen zurück auf den mittleren Weg zu führen, auf der anderen Seite benutzte er dazu knallhart philosophische Werkzeuge und Hinterfragungstechniken, um in den in seiner Zeit beliebten Disputen die Lehrgebäuden seiner Gegner zum Einsturz zu bringen.

Exkurs zu Nagarjuna: Die buddhistische Lehre geht grundsätzlich davon aus, dass nichts Absolutes, Ewiges, Endgültiges sowohl innerhalb als auch außerhalb des Selbst-/Nicht-Selbst-Gedankens wie die Seele, Gott oder Atman existiert. Jede Aussage also, die sich auf etwas Ewiges bezieht, muss daher falsch sein ebenso wie ihr Gegenteil, das ja das Gegenüber „Ewig“ einfordern würde. Ewig und Nicht-Ewig sowie deren „sowohl als auch“ und deren „weder noch“ sind daher fehlerhaft und angreifbar. Diese als Urteilsvierkant bezeichnete Argumentationsform deckt schnell die Lücken einer Argumentation auf. Nagarjuna verstand diese meisterhaft zu nutzen. In der Lehre der zwei Wahrheiten Buddhas heißt es, dass man die Wahrheit nicht beschreiben kann, wenn man sie nicht erreicht hat. Zur Wahrheit vorgestoßen zu sein bedeutet aber selbst schon die Wahrheit zu sein, was sich dann nicht mehr als wie von außerhalb sehend beschreiben lässt. Es bleibt somit nur die Wirklichkeit selbst zu erfahren. Damit sind alle Aussagen zur Wahrheit, zur letzten Wirklichkeit nur Perspektiven, relative Sichtweisen, die keine absolute Gültigkeit besitzen können. Um ein Urteil zu finden bleibt daher nur der Weg, mögliche Aussagen, denen zu folgen ich aufgefordert werde, auf ihre Heilsamkeit zu überprüfen. Alles entsteht in gegenseitiger Abhängigkeit, ist also weder ewig noch nicht-ewig. Das ist es, was wir nach Nagarjuna Leerheit nennen. Leerheit ist nur ein Begriff, gibt dem Unbegreiflichen einen Namen und hilft dem Denken, ohne schon selbst die Wahrheit sein zu müssen. Das ist der mittlere Weg Buddhas, auf den Nagarjuna zurückgehen wollte. Nichts existiert aus sich selbst heraus. Alles ist abhängig von etwas und daher veränderbar. Daher sind die Dinge und Erscheinungen leer, und es kann keine letztgültigen Aussagen geben. Nach diesem Satz durchforstete der Philosoph alle ihm bekannten Lehrmeinungen. Er hat ein vom

Inhalt her gigantisches Werk hinterlassen, das bis heute in der ganzen Welt wirkt.

Wenn also die spirituelle Praxis des Buddhismus von der philosophischen Arbeit des Nagarjuna derart profitiert hat, warum ist die philosophische Hinterfragung nicht auch heute noch ein wirksames Mittel zur Vermittlung der letzten Wahrheit?

Philosophie ist eine fragende Wissenschaft, die sich letztgültige Antworten immer verkneifen muss. Ihre Stärke ist die Formulierung der Fragestellung und der damit verbunden Einsicht des Hörers, so sie sich denn einstellt. Intuition nennt man das gewöhnlich, wenn plötzlich und unvermutet eine Antwort erscheint, die das Bild vollkommener Stimmigkeit vermittelt. Die richtige Frage, daran glaube ich fest, führt (irgendwann) auch zur richtigen Antwort. Das ist heute leider nicht mehr das allgemeine Bild der Philosophie. Aber ist daher das andere, das wie gesehen auch Philosophie sein kann, deshalb nicht mehr gültig, nicht mehr wichtig oder praktikabel. Ich denke nicht.

Philosophie in der benannten Form des Fragens ist eine erprobte und geschätzte Technik, um Wissen und Einsicht erlangen zu können. Sie beruht auf der Idee, alle Antworten, die noch den Keim der Unsicherheit beherbergen zu verneinen und somit zu warten, bis sich die eine Antwort wie schon beschrieben intuitiv einstellt. Diese Methode ist der Meditation sehr ähnlich, denn sie vermeidet unheilvolle Reaktionen, die aufgrund kultureller Konventionen sich aufdrängen und durch Ungeduld umgesetzt werden, obwohl sie nicht zufriedenstellen, obwohl sie nicht Glück und keine Freude vermitteln oder einfach nur unstimmig sind. Sie vermittelt weiterhin die Problematiken, die mit dem Begehen von falschen Wegen verbunden sind, die immer weitere falsche Wege nach sich ziehen müssen, hält den denkenden Menschen an, geduldig zu warten auf die richtige Entscheidung, auf die Öffnung des richtigen Weges und der konsequenten Verfolgung des Heilsamen. Ich finde diese Praxis der Philosophie spannend, hilfreich und vor allem anderen wie schon gesagt auch heilsam. Mehr geht nicht.