

Gebser's Bedeutung für uns heute

Einleitung:

O. P.:

Das Generalthema für die diesjährige Gebser-Tagung „Chaos und Ordnung“ legt zunächst nahe, dass es sich dabei um einen Gegensatz im Sinne von „Unordnung und Ordnung“ handelt. Wie gestern schon gesagt wurde, bedeutet Chaos eigentlich *weiter Raum* oder *Schlund* und ebenso das *Fruchtbare*, aus dem alles hervor geht. Nimmt man diese Bedeutung, so kann man fragen, welcher Stellenwert dann dem Begriff der Ordnung zukommt.

Dazu greife ich auf einen Hinweis Rudolf Hämmerlis zurück, der gestern erzählte, wie Gebser ihm gesagt habe, dass es nicht darauf ankomme, in Ordnung zu sein, sondern *in der* Ordnung zu sein. Dies In-der-Ordnung-Sein, von dem Gebser des Öfteren spricht, lässt sich sinnvoll mit der genannten Bedeutung von Chaos verbinden, während In-Ordnung-Sein viel mit Unordnung zu tun hat. Denn beim In-Ordnung-Sein geht es um In-Ordnung-Bringen in der Welt des Gegenübers bzw. Gegeneinanders – also um Ordnung-Machen –, bei dem sehr viel Unordnung deswegen entsteht, weil unterschiedliche Vorstellungen davon existieren, was die richtige Ordnung ist, ob das nun das Leben des Einzelnen oder das von Gesellschaften betrifft.

Deswegen beschäftigen wir uns in unserem Vortrag in Bezug auf das Gebser'sche Werk nicht mit wissenschaftlichem Ordnung-Machen, sondern damit, wie es uns helfen kann, in der Ordnung zu sein.

Bei unserem Vortrag geht es uns deshalb um die Bedeutung dessen, was Jean Gebser uns in seinem Werk an *Aussagen* für unser Leben gegeben hat, erst in zweiter Linie um eine wissenschaftliche Beschäftigung mit seiner Theorie von Bewusstsein und Evolution des Bewusstseins. Dabei halten wir gleich Folgendes fest, weil die Klarheit der Begriffe eine unabdingbare Voraussetzung dafür ist, Gebser zu verstehen und zu verstehen:

Evolution ist nicht Entwicklung, sondern bedeutet – von seinem lateinischen Ursprung her – ein Sich-heraus-Drehen, -Bewegen, dem – polar gesehen – ein Sich-hinein-Drehen, -Bewegen – Involution – entspricht. Anstelle des wissenschaftlich unsauberen linearen Verständnisses von Evolution mit Anfang und Ende – nach bei dem suchen Wissenschaftler vergebens, weil es beides nicht gibt – finden wir überall dort, wo es um Lebendiges geht, Polarität. Diese wiederum nicht verstanden als Gegensatz, sondern als Ergänzung, als Komplementarität.

Wenn wir zweitens von Aussagen sprechen bzw. uns auf Aussagen beziehen, geht es uns um *Vernehmen*, nicht um *Beweisen*. Gebser hat ja im Zusammenhang mit dem Wirksamwerden der *integralen Bewusstheit* vom Ende der Philosophie gesprochen und seinerseits das Fundament einer Eteologie gelegt, die in der Offensichtlichkeit reiner Aussagen, für die er Beispiele bringt, ihren Kern hat. Es geht dabei um zweifelsfreie Gewissheit, nicht mehr um dem Irrtum ausgesetztes Wissen im Sinne bewiesener Sätze oder Erkenntnisse, das zwar auch im Integralen noch seinen Stellenwert hat, aber nicht mehr dominiert.

Es geht uns in diesem Vortrag darum, inwieweit Gebsters Aussagen in uns Resonanz gefunden haben, die wir wiederum zum Ausdruck bringen, was wiederum bei anderen Resonanz finden kann. Es geht uns nicht um eine Diskussion – also ein Auseinanderschneiden – von Gebsters Werk oder um einen nutzlosen Vergleich mit anderen Theorien.

Gebser stellte 1957 in seinem Radio-Vortrag „Wie lebt der Mensch?“¹ heraus, wie wichtig die von uns persönlich zu treffende Entscheidung ist, *wie* und *was* wir als *Menschen* leben. In der unterscheidenden mental-rationalen Bewusstseinsstruktur wird diese Frage bzw. Aufgabe nicht gestellt: Hier geht es darum, wie Mann oder Frau, Kind oder Erwachsener, Arbeiter oder Angestellter, Katholiken oder Protestanten usw. leben, denken, sich so oder so entscheiden, um die *Unterschiede* zu finden (und um daraus mögliche Forderungen an eine gerechte oder zumindest gerechtere Gesellschaft abzuleiten und sich dafür einzusetzen, wodurch aber der Kampf um die Macht erhalten bleibt und damit die Welt des Gegeneinanders). Die Frage, wie ich *als Mensch* lebe, sieht davon ab. Sie stellt ein Sprungbrett dafür dar, dass sich bei ihrer Beantwortung Möglichkeiten des *Miteinanders* ergeben und damit Chancen für ein wirklich menschliches Leben.

¹ Gebser, Jean: Wie lebt der Mensch?, in: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 6

Für Gebser gibt es die

„... die Menschheit verbindenden Grundgemeinsamkeiten, die ersichtlich machen, daß dort, wo es sich um unser echtestes Menschsein handelt, das Wie, die Art also, in der es sich darstellt und darlebt, immer die gleiche ist.“²

Gleichzeitig gibt es eine Fülle von Lebensweisen, die durchaus verwirren können, gelingt es uns nicht, zu verstehen, was die jeweilige Wirklichkeit der Menschen oder von Gruppen von Menschen ausmacht. Diese Wirklichkeit wiederum, die das *Wie* unseres Lebens und das anderer Menschen oder Menschengruppen bestimmt, ist durch die Art unseres Bewusstseins bestimmt, dadurch, was wir aufgrund unseres Bewusstseins als Wirklichkeit und damit als bedeutsam ansehen.³

Denn:

„Von der Art unseres Bewusstseins hängt die Art dessen ab, was wir Wirklichkeit nennen.“⁴

Diese zentrale Aussage ist Grundlage für das *Verständnis* des *Wie* unseres Lebens, und auch dafür, dass wir das *Wie* unseres Lebens voll und ganz *verantworten*. Darin liegt für uns – an seinem 100. Geburtstag – Gebsters Aktualität.

S. B.:

Wir werden in diesem Vortrag einige Aussagen von Jean Gebster herausnehmen, die für unser Miteinander und unsere Arbeit wichtig geworden sind. Anhand dieser Aussagen wird Gebsters Aktualität konkret werden, denn wichtig ist, *wie* wir leben, nicht, was wir *möchten*.

All unseren Handlungen, unserer Sprache und unserem Denken liegt unsere Entscheidung für einen Seinszustand zugrunde. Ich kann bspw. den Seinszustand „glücklich“ wählen oder „ärgerlich“ oder „friedlich“. Je nachdem, für welchen Seinszustand ich mich entscheide, denke, spreche und handle ich.

² Gebster, Jean: *Wie lebt der Mensch?* in: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 6, S. 354

³ Gebster, Jean: *Wie lebt der Mensch?* in: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 6, S. 355

⁴ Gebster, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 5/2, S. 64

Habe ich – bewusst oder weniger bewusst – entschieden, für mein Leben nicht verantwortlich zu sein, wird auch meine Sprache immer so sein, dass sie das ausdrückt: „Ich kann nicht“, „ich muss noch“. Oder folgender Satz eines Verwandten: „Wer hat die Blumenvase so blöd hingestellt, dass ich dagegen rennen musste? Wenn man die so hinstellt, muss da ja einer gegen laufen und sie runter werfen!“

Entscheiden wir uns nicht bewusst für unseren Seinszustand, erscheint uns möglicherweise alles als Zufall und wir haben keinen Einfluss darauf, wie es uns geht. „Ich muss mich doch ärgern, wenn ich angegriffen werde“, oder aber: „Der hat doch angefangen, was soll ich denn da machen, ich muss doch reagieren.“ Oder: „Ich konnte doch gar nicht anders als ..“, „Ich kann Ihnen das nicht ersparen.“, „Wir sehen uns gezwungen, ...“, „Ich muss doch bitten!“, „Ich war so aggressiv, ich konnte gar nicht anders ...“, „Du bringst mich zur Weißglut.“, „Sie hat mich ja förmlich dazu getrieben!“ oder „Die Wut hat mich gepackt.“ usw. In solchen Aussagen haben wir uns dafür entschieden, auch wenn es uns nicht wach bewusst ist, Opfer der anderen oder der Umstände sein.

Anders sieht es aus, wenn wir uns dessen bewusst sind, dass wir unser Sein tatsächlich wählen. Wenn ich mich heute entscheide, friedlich zu sein, kann mich nichts und niemand aus der Ruhe bringen, wenn ich es nicht mitmache. Da gibt es dann keine Ausreden mehr wie: „Mir ist halt der Geduldsfaden gerissen, ich konnte nicht anders.“

Die Kernaussage ist, dass unserem Denken, Sprechen und Handeln *immer* die Entscheidung vorausgeht, *wie* wir denken, sprechen und handeln wollen. In diesem Wissen liegt die Chance selbstbestimmten freien Lebens.

Wenn ich weiß, dass ich meinen Seinszustand erschaffe, bin ich nicht mehr identifiziert mit einem Ich, sondern erfahre mich als Schöpfer meiner Wirklichkeit. Ich wähle dann bewusst, ob ich eifersüchtig, friedlich, liebevoll oder was auch immer bin.

In dem Moment, in dem ich das nicht kann bzw. meine, nicht frei wählen zu können, bin ich identifiziert mit meinem Ich und nicht, wie Gebser es nennt, ichfrei.

Identifiziert sein können wir mit allem Möglichen, mit Meinungen, Gefühlen, Gegenständen und Menschen. Und immer dann, wenn wir glauben, aus einem Gefühl nicht heraus zu können, hat die Identifikationsfalle wieder zugeschlagen, mit der wir uns begrenzen und wodurch wir nicht mehr erfahren, wer wir wirklich sind.

Wir brauchen uns aber nicht mehr zu identifizieren mit Gefühlen, da wir diese selbst erschaffen, besser noch: Wir fühlen, aber: Wir *haben* kein Gefühl. Wenn wir dies wissen, erkennen wir auch, dass wir nicht unser Körper sind. Der Körper kann krank sein, doch wie mein Sein sich anfühlt und für mich *ist*, wähle ich.

O. P.:

Diese Erkenntnis ermöglicht es uns auch, ichfrei mit dem Tod bzw. dem Sterben umzugehen. LEBEN, d. h. das, was wir sind, kann mit Worten nicht beschrieben, aber sicher gewusst werden. Es äußert sich u. a. in dem, was wir Geburt und Tod, Leben und Sterben nennen. Gebser drückt es so aus:

„Den Tod zu verwirklichen, bevor man starb, ohne deshalb dem Leben verlorenzugehen: das ist Wissen.“⁵

In den drei Bewusstseinsstrukturen – der magischen, mythischen und mental-rationalen – gibt es die Schwierigkeit, zu *erklären*, was Leben, Sterben und Tod sind. Dies geschieht auf sehr unterschiedliche Weise, aber, wie wir alle wissen, immer auf der Basis von Angst, weshalb es dann bei Katastrophen jeder Art oft nur die ohnmächtige Aussage gibt, dass wir uns Gottes unerforschlichem Ratschluss ergeben müssten. Eine solche Aussage kann aber nur dann gegeben und als ohnmächtig empfunden werden, wenn wir den Durchbruch in die integrale Bewusstheit nicht schaffen. Geburt, Leben, Sterben, Tod, Diesseits, Jenseits, magische Punktualität, mythische Polarität und mentale Linearität sind Konstrukte dieser drei Bewusstseinsstrukturen. Und es kann schon hilfreich sein, für sein eigenes Leben statt an eine Anfang-Ende-Linearität an eine hoffnungsvolle Diesseits-Jenseits-Polarität mit oder ohne Wiedergeburt und Karma zu glauben. Aber Glaube ist noch von Zweifel und Hoffnung von Angst bestimmt. Dies ist noch nicht Wissen, von dem Gebser spricht. Robert Adams drückt es so aus, wenn er auf die Frage, was beim Sterben geschieht, antwortet:

„Was geschieht beim Sterben? Was möchtest du, dass geschieht? Wer stirbt? Das Ego stirbt. Der Körper stirbt, aber du stirbst nie. Du wirst für immer leben. Nichts geschieht wirklich. Ich weiß, ihr habt alle möglichen Geschichten von verschiedenen Bereichen und Ebenen der Existenz ge-

⁵ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 7, S. 299

*hört. Das ist alles Teil des Traums. Du selbst erschaffst diese Dinge. Du erschaffst all diese verschiedenen Ebenen. Die subtile Ebene, die mentale Ebene, die Kausalebene. All diese Dinge, über die du in Yogatexten gelesen hast, stammen aus dem Verstand. Sie alle gehören zum Verstand. Und du glaubst an diese Dinge. Das, was du glaubst, bestimmt, wie du gehst. Du erschaffst die Welt nach deinem Tod.*⁶

Den Tod zu verwirklichen, bedeutet, dies einzusehen, und auch, dass mein Körper in jedem Augenblick neu geschaffen wird, weil er in jedem Augenblick zerfällt, stirbt. Schöpfung und Auflösung/Tod finden in jedem Moment statt. Für den punktuell erlebenden Menschen in der magischen Bewusstseinsstruktur ist das noch kein Problem. Er lebt und stirbt – auch als Opfer für die anderen. Zum Problem wird es erst, wenn es zum Erfahren der kreisenden Zeit in der mythischen und zur vorgestellten und geräumlichten Linearzeit der mental-rationalen Bewusstseinsstruktur kommt, die sich über das Ich mit dem Körper oder der Person bzw. dem Charakter identifiziert. Aber es gibt so wenig *den* Körper wie es *die* Person oder *den* Charakter gibt. Es gibt nur das Sich, von dem Gebser spricht, das ohne Zeit und ohne Raum existiert, das nicht geboren wird und auch nicht stirbt.

Weiß ich das im Sinne von Gewissheit, dann ist, so Gebser, meine

*„Existenz ... kein Sein zum Tode, sondern ein im Ganzen geborgenes Leben und Sterben in einer offenen Welt.“*⁷

S. B.:

Ich führe diesen Punkt noch etwas weiter aus: Wir waren bei einem Satsang mit Karl Renz. Das Thema dieses Satsangs war: „Es ist nie etwas passiert.“

Er sagte zu einem ehemals Süchtigen, dass nicht *er* von der Sucht gelassen habe, sondern die Sucht von *ihm*. Der junge Mann erwiderte dann, er habe doch mit seinem Willen etwas getan, nämlich aufgehört, Drogen zu nehmen.

⁶ Adams, Robert: Stille des Herzens. Dialoge mit Robert Adams, Teil 1, Bielefeld 2001, S. 187

⁷ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1985, Bd. 5/1, S. 167

Wenn wir nur die eine Seite nehmen und sagen: Es ist nie etwas passiert, dann bedeutet das, ich brauche nichts zu tun, alles passiert sowieso, wie es passieren soll. Wenn ich süchtig bin, brauche ich keine Hilfe, entweder bleibe ich halt süchtig oder die Sucht lässt von mir. Und süchtig im Sinne der eigentlichen Bedeutung des Wortes scheinen viele von uns zu sein, nach einem Ich, nach Freizeit, nach was weiß ich, alles, worüber wir uns definieren, ist schon eine Sucht, eine Suche. Karl erklärte, dass unsere wahre Sucht die nach einer Identifikation mit irgendetwas ist. Wir können jedoch erkennen, dass es keinen Süchtigen gibt, weil alles Bewusstsein⁸ ist und niemand je geboren wurde oder gestorben ist.

Interessant ist, dass es heißt „Ich werde geboren“, aber „ich sterbe“, und nicht: „Ich werde gestorben.“ Wir kommen passiv, werden geboren, aber wir sterben aktiv: *Wir* sterben, das tut keiner mit uns.

Doch zurück: Wichtig ist, hier zwei Welten zu unterscheiden, die absolute und die relative. Aus Sicht der absoluten Welt ist alles, was ist, Bewusstsein, oder, um in der Gebsterschen Terminologie zu sprechen: *Bewusstheit*, was den qualitativen Unterschied zum *Bewusstsein* der drei Bewusstseinsstrukturen deutlicher ausdrückt. Die relative Welt ist die Welt der materiellen und immateriellen Erscheinungsformen.

Einerseits stimmt es, dass, wenn das Schicksal dieses oder jenes vorhat, Bewusstheit sich so oder so erfahren will, alles eben so geschieht, wie es geschieht. Aber: Bewusstheit hat keinen Willen und keine Vorlieben. Bewusstheit ist es egal, ob jemand süchtig ist oder ichfrei. Was wir tun und sind, tun und sind wir nicht für Gott oder für die Bewusstheit, sondern für uns als Menschen in der relativen Welt.

Wir brauchen nichts zu tun, um ein besseres Karma zu haben, und auch nichts, um in den Himmel zu kommen. Bewusstheit ist alle Erscheinungsformen ohne Bewertung. Wenn Bewusstheit einen Willen hätte, wäre es nicht Bewusstheit.

Wir brauchen nicht hart an uns zu arbeiten, um ein besserer Mensch zu werden. Wir können an uns arbeiten, wenn wir eine Idee davon haben, *wie* wir leben wollen. Und da sind wir wieder bei der Ausgangsfrage: *Wie* wollen wir als Menschen leben?

Wir sind die Schöpfer, was erschaffen wir?

⁸ Besser: Bewusstheit

O. P.:

Wenn Süchtige dann entscheiden, nicht mehr süchtig zu sein, ist das eine reaktive Orientierung. Dann richten sie die Energien nur darauf, etwas nicht mehr zu tun oder zu sein – und das, was ich nicht mehr sein will, bleibt erhalten, weil alle Energie darauf gelenkt wird. Ähnlich ist es, wenn ich etwas bekämpfen will. Wenn Süchtige aber entscheiden, so oder so zu leben, und dann eine Vision entwerfen, was in ihr Leben gehört und was nicht, ist das eine schöpferische Bestimmung des eigenen Seins.

Vor dem Hintergrund, dass wir alle dieselbe göttlich-geistige Bewusstheit sind, treffen wir andere Entscheidungen als wenn wir glauben, wir wären voneinander getrennt, also in einer der teilenden Bewusstseinsstrukturen.

In diesem Zusammenhang hat Gebser, wenn er sich mit dem In-Erscheinung-Treten der integralen Bewusstheit in den Wissenschaften beschäftigt, folgende Aussage formuliert:

„Ein Grundfehler aller heutigen Soziologie ist, dass sie als selbstverständlich annimmt, es gäbe gültige Beziehungen von Mensch zu Mensch, die von verlässlichem Bestande wären, seien sie nun sozialer, affektiver oder anderer Art. Die echte Bindung von Mensch zu Mitmensch geht jedoch immer, mental gesprochen, über Gott.“⁹

Gebser macht diese Aussage im Zusammenhang mit seinen Ausführungen über die Manifestationen der aperspektivischen Welt zu den Bereichen Soziologie und Ökonomie, in denen – mental-rational betrachtet – die anthropologische Fragestellung nach dem Verhältnis von Mensch zu Mensch in den Vordergrund rückt.

Dadurch wird erst eine Wissenschaft wie die der Soziologie möglich, weil nicht mehr – wie vorher – die Beziehung von Mensch zu Gott vorrangig ist, sondern weil Gott totgesagt wurde. Damit wurde aber nicht das Gottheitlich-Geistige getötet, sondern die Vorherrschaft des Vaters, besser: des Väterlichen, und damit die *Vorstellung* von Gott. Wie im alten Testament gefordert worden ist, sich kein – mythisches – *Bild* von Gott zu machen, kommt es jetzt, so Gebser, darauf an, sich keine *Vorstellung* von ihm zu machen, sondern darauf, dass der Mensch „das unverstellt Göttliche in seiner Diaphanität wahrnehmen solle“¹⁰. Was nichts anderes bedeutet als dass jeder ande-

⁹ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 3, S. 572

¹⁰ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 3, S. 571

re *Sich* ist und damit ich das bin. Eine solche paradoxe Aussage entspricht der integralen Bewusstheit. Sie ist nicht mehr verstehbar, aber vernehmbar. Wir drücken solche Sachverhalte manchmal so aus: Ich verstehe es nicht, ich kann es nicht erklären, auch nicht beweisen, aber ich weiß, dass es stimmt. Deswegen gilt auch die Aussage:

S. B.:

„Solange man von Beziehungen spricht, hat man noch nicht den Menschen erreicht.“¹¹

Jean Gebser sprach immer vom neuen Miteinander. Wo Menschen dieses Miteinander verwirklichen, erkennt sich Bewusstsein als Bewusstheit: Ich bin der andere. Es geht nicht mehr um Beziehungen, in denen noch immer – weil Trennung da ist – gezogen wird und in denen deswegen noch immer Machtkämpfe stattfinden, sondern um ein liebevolles Füreinander-Da-Sein. Gebser nennt den Menschen den Träger des *geistigen Prinzips*. Das geistige Prinzip ist Bewusstheit. Und Bewusstheit ist alles, was ist, und das, was alles erschafft.

Nur im Zustand der Identifikation sprechen wir von Beziehungen, denn in diesem Zustand sind wir getrennt, der andere ist *mein* Partner, *mein* Kind und alles zusammen ist *meine* Familie. In diesem Zustand sehe ich mich *in Beziehung zu ...*

Der Zustand der Identifikation ist wiederum ein Seinszustand, ich habe, meist weniger bewusst, entschieden, identifiziert zu sein. An dieser Stelle ist es schwierig. Denn es scheint so zu sein, dass es Menschen gibt, die uns mehr bedeuten als andere.

Warum also sollte ich entscheiden: Wir sind alle Bewusstheit und in diesem Sinne alle Brüder und Schwestern? Otmar Preuß und ich haben über diesen Punkt schon lange Gespräche geführt, und das immer und immer wieder. Wenn ich keine Beziehung mehr habe, bedeutet das dann, dass es **egal** ist, mit wem ich meine Zeit verbringe? Bedeutet das, dass mir alle Menschen gleich wichtig sein sollten?

¹¹ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 7, S. 326

Ich habe das vor langer Zeit einmal ausprobiert. Wir hatten einen Nachbarn, der dauernd betrunken war und mit seinen Sauffreunden jeden Tag Gelage machte. Das gesamte Treppenhaus stank nach Alkohol, er urinierte in den Vorgarten, kam mit halb heruntergelassener Hose die Treppe hoch, fand das Schlüsselloch nicht, schlug gegen die Tür, lärmte und und und.

Ich dachte damals: „Ich bin einfach freundlich zu ihm.“ Aus dem Haus sprach sowieso keiner mit ihm.

Wir begegneten uns im Treppenhaus. Ich grüßte ihn freundlich. Er fragte: „Hast du jemanden gesehen?“

„Nein.“

„Du musst jemand gesehen haben.“

„Nein.“

Das ging ein paar Mal so hin- und her, da er lallte, verstand ich ihn nicht einmal richtig, und bei meinem dritten Nein setzte es eine Ohrfeige und er drohte, er würde mich verprügeln.

Das Resultat meiner oberflächlichen und egoistischen Entscheidung, freundlich zu sein, war also, dass ich eine Ohrfeige von ihm bekam.

Denn zu entscheiden, liebevoll zu sein, geht nicht über eine Vorstellung des Verstandes oder über Konzepte. Den eigenen Seinszustand zu wählen, funktioniert oft auch nicht von jetzt auf gleich. Innerlich war ich in diesem Moment nämlich nicht freundlich, sondern angewidert, und war daher, weil ich trotzdem liebevoll handeln wollte, eher in dem trotzigem Seinszustand: „Ich beweise mir, was für ein freundlicher Mensch ich bin“, also in einer Identifikationsfalle.

Und das, was wir wirklich sind, kommt an – und oft ganz schnell zu uns zurück.

Oder, um bei Gebsters Worten zu bleiben:

„Alles, was uns zustößt, geht von uns aus.“¹²

Das neue Miteinander beinhaltet für uns Qualitäten wie „authentisch sein“, „klar sein“, „ehrlich sein“, „achtsam und liebend sein“ und „nicht wertend sein“.

¹² Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 7, S. 279

Hermann Hesse hat das wunderbar ausgedrückt:

„In einer Sache schweigen, über die alles klatscht, ist schon etwas. Über Menschen und Einrichtungen ohne Feindschaft lächeln, das Minus an Liebe in der Welt durch ein kleines Plus an Liebe im Kleinen und Privaten bekämpfen: durch vermehrte Treue in der Arbeit, durch größere Geduld, durch Verzicht auf manche billige Rache des Spotts und der Kritik: das sind allerlei kleine Wege, die man gehen kann ...“¹³

Ich habe vorhin von zwei Welten gesprochen. Bin ich ichfrei und nicht identifiziert, so erkenne und weiß ich tatsächlich in allen Menschen mich, weiß, dass wir nicht getrennt sind.

In der anderen Welt, in der wir entscheiden, *wie* wir als Mensch leben, entscheide ich: Kaufe ich den blauen oder den roten Pulli? Verbringe ich meine Zeit mit diesem oder jenem Menschen?

In der relativen Welt habe ich *immer* zu entscheiden, ich komme nicht darum herum. Auch ist es notwendig, klar zu sein und „nein“ zu sagen, wenn etwas nicht dem entspricht, wie ich als Mensch leben möchte.

Alle diese Entscheidungen brauchen dann aber nicht mehr auf der Basis von Verurteilungen und Bewertungen zu geschehen, auch nicht aus der Angst heraus, den anderen zu verlieren, sondern sie geschehen frei.

In Beziehungen besitzen Menschen noch immer einander. Im neuen Miteinander ist das nicht der Fall. Für diese Entscheidungen sind keine Urteile notwendig und auch keine Identifikationen mehr, die oft mit Macht verbunden sind.

O. P.:

Deshalb gilt die Maxime:

„Wer den Machtanspruch zurückstellt, entgeht der Ohnmacht.“¹⁴

Und findet seine Stärke, fügen wir hinzu. Denn um die eigene innere Stärke oder Kraft und um Vertrauen geht es. Leben in den drei Bewusstseinsstrukturen – magisch, mythisch und mental – wird, wie Gebser es formuliert, vom „tragischen Zwang

¹³ Hesse, Hermann: Ausgewählte Briefe, Frankfurt/Main 1981, S. 91

¹⁴ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 3, S. 391

zur Macht¹⁵ bestimmt. Sie sind alle machtorientiert. Dies kommt auch in der Sprache zum Ausdruck: *Machen* und *müssen*¹⁶ sind die beiden Worte, die es in unseren alltäglichen Gesprächen – öffentlich und privat – repräsentieren.

„Make love not war“ ist zwar gut gemeint, aber funktioniert nicht. Denn alles, was auf Macht beruht und mit Macht erreicht wird, ist – so Gebser – nicht von Dauer, zerbricht. Dieser Zwang ermöglicht es dem Menschen zwar, sich einerseits gegen die bindende Macht des Eingeflochtenseins in die Natur zu stellen – und damit beginnt Bewusstwerdung und das, was wir Kultur nennen –, andererseits schafft er die Voraussetzung zur bis heute wirkenden Tendenz, alles – auch die anderen Menschen – beherrschen zu müssen.

Dies ist der von Gebser so genannte „nicht mehr endenwollende Kampf um die Macht“.¹⁷ Verzicht auf Macht und Vertrauen in die eigene Kraft ist der Sprung aus *Bewusstsein* in – die integrale – *Bewusstheit*, die das Geistige, das im Magischen, Mythischen und Mentalen nur angenähert realisierbar war und ist, wahrnehmbar und wahrgebbar werden lässt.

Eine der zentralen Botschaften Gebasers für uns ist also: Verzicht auf Macht. Wie entsprechen wir ihr?

In seinem letzten Vortrag „Urangst und Urvertrauen“ weist er auf den unseres Erachtens zentralen Punkt hin, dass es nämlich sowohl um die eigene innere Haltung als auch um das Vertrauen in das Gehaltenwerden geht:

„Urvertrauen ist Teilhabe, bewusste Teilhabe am Geistigen und unverbrüchliches, unlösbares Gehaltenwerden im Geistigen.“¹⁸

Damit bringt Gebser bereits 1972 in Europa öffentlich zum Ausdruck, was schon lange in der indischen Advaita-Tradition gilt, aber sich erst heute durch diese in Europa zu verbreiten beginnt. Bei Robert Adams, der in dieser Tradition steht, liest es sich z. B. so:

„Kümmere dich nicht um die Welt. Glaube nicht, dass du Frieden in diese Welt bringen musst. Es gibt eine größere Kraft, die den Weg kennt ...“¹⁹

¹⁵ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 1, S. 95/96

¹⁶ Wir weisen im Zusammenhang mit der außerordentlichen Bedeutung der Sprache auf unser Buch hin: Das Kato-Prinzip. Spielend leben, Bremen 2005, in dem es um machtfreie und achtsame Kommunikation geht.

¹⁷ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 2, S. 89/90

¹⁸ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 5/2, S. 124

Nur wer dieser „größeren Kraft“ oder des Geistigen gewiss ist, kann auf Macht verzichten: Er wird nicht mehr konkurrieren, führen, herrschen, erziehen, strafen, erpressen, befehlen, urteilen, werten, vergleichen, loben, tadeln, ermahnen, sorgen, ängstigen, also nahezu auf alles verzichten, was täglich gedacht, gesagt, geschrieben und getan wird. Schon das Urteil: „Heute ist aber scheußliches Wetter“, verdunkelt Bewusstheit und lässt die Identifikationsfalle zuschnappen.²⁰

Gebser formuliert es allgemeiner u. a. so:

„Anstelle der Hektik tritt die Stille und das Schweigenkönnen; anstelle des ausschließlichen Zweck- und Zieldenkens tritt die Absichtslosigkeit; anstelle des Machtstrebens tritt echte Liebesfähigkeit; ... anstelle der Manipulation tritt das geduldige Gewährenlassen der fügenden Kräfte ...“²¹

Das ist das Wu-Wei der Chinesen, das Handeln, ohne zu handeln. Für diesen Seinszustand, aus dem dann unser Handeln folgt, können wir uns jetzt und sofort entscheiden.

S. B.:

In diesem vertrauenden Seinszustand sind wir klar und offen zueinander. Gebser sagte:

„Wo man beginnt Rücksicht zu nehmen, beginnt die Lüge.“²²

Wenn wir so klar miteinander leben und reden, frei von Macht- und Besitzdenken, erschaffen wir Vertrauen in unserem Leben. Auf dieser Basis sind wir ehrlich zueinander, auch, wenn es hart kommt.

Immer wieder treffen wir die Entscheidung: *Wie* lebe ich als Mensch? Und um diese Entscheidung kommt niemand herum. Wir treffen selbst dann eine Entscheidung, wenn wir entscheiden, **nichts zu entscheiden** und den Dingen ihren Lauf zu lassen.

¹⁹ Adams, Robert: Stille des Herzens. Dialoge mit Robert Adams, Teil 2, Bielefeld 2001, S. 80

²⁰ Wir weisen in diesem Zusammenhang auf das Buch von Jacques Lusseyran hin: Das wiedergefundene Licht, Frankfurt/Main, Berlin 1986

²¹ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 5/2, S. 62

²² Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 7, S. 279

Deswegen ist es für uns wichtig geworden, auf den Seinszustand, aus dem heraus wir leben, zu achten, und uns gewahr zu sein, in welchem Sein wir sind. Und: uns zu fragen, ob wir in diesem Seinszustand sein oder bleiben wollen. Wir erschaffen unsere relative Wirklichkeit.

Gebser sagt:

„Wer mit ungetrübtem Herzen denkt, gestaltet die Wirklichkeit.“²³

Nicht wir als Iche gestalten die Wirklichkeit, wohl aber wir als Menschen im eigentlichen Sinne, als Träger des geistigen Prinzips.

Das ungetrübte Herz, von dem Gebser spricht, interpretieren wir als frei von Identifikationen, als vernehmendes Denken, als Wahrnehmen und Wahren dessen, was ist. Frei von Identifikationen erst können wir alles wahren und schließlich wahrgeben. Wenn wir dann zu etwas „nein“ sagen, geschieht dies nicht aus einer Ichverhaftung heraus oder gar aus dem Gefühl, angegriffen worden zu sein und ICH verteidigen zu müssen, sondern aus dem Einblick in unsere wahre Natur. Und diese ist geistiger Art. Auf diese Weise handeln wir *in* dieser Welt, ohne uns deswegen als *von* dieser Welt, also identifiziert, zu denken.

O. P.:

Wir haben vorhin im Bild von den zwei Welten gesprochen, in denen wir leben, wovon uns jedoch meist nur die eine – und davon auch nur ihr einer Pol, nämlich die hiesige Welt – als die wirkliche erscheint: die „Welt“ des *Sich* und die Welt des *Ich*. Da wir in dieser Welt des Ich leben, sozusagen den Ich-Mantel angezogen haben, um einzukaufen, zu kochen, uns zu unterhalten, etwas gemeinsam zu tun oder hier Vorträge zu halten usw., ist die Haltung bzw. der Seinszustand wichtig, aus dem heraus das alles geschieht. Nicht-Anhaften ist oft die Formulierung dafür.

Für uns bedeutet das beispielsweise: Wenn ich entschieden habe, etwas Bestimmtes zu tun, dann mit ganzem Herzen und vollem Einsatz und – dies ist das Entscheidende – ohne zu erwarten, darauf zu hoffen oder damit zu rechnen, dass dies zu einem

²³ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 7, S. 287

gewünschten Ergebnis führt bzw. führen muss. Wenn wir davon absehen können, sind wir ichfrei, haften wir nicht mehr an.

Wir haben unsere Gedanken als Antworten, die wir gefunden haben, vor Sie hin getragen. Vielleicht finden sie Resonanz, vielleicht nicht, vielleicht heute, vielleicht später.

Im Hintergrund lauert das Ich mit Erwartungen, Hoffnungen, Wünschen und Bedürfnissen auf Beifall und mit Angst vor Buhrufen. Es will uns verhaften. Aber wir entscheiden darüber, ob es ihm gelingt.

Unsere Entscheidung sieht z. B. so aus, dass uns jede Antwort, jede Kritik, jede Anregung von Ihnen nun gleich gültig ist, die gleiche Gültigkeit besitzt. Wir ziehen unsere Schlüsse daraus und bleiben im Seinszustand des Friedens, den wir wählen, vertrauend auf das Gehaltensein im Geistigen.

Robert Adams bemerkt dazu:

„Einige von euch mögen sagen: ‚Aber was ist mit meiner Arbeit? Ich muss an meine Zukunft denken. Ich muss an die Gegenwart denken. Ich muss an meine Rechnungen denken. Ich muss an meine Familie denken. Ich muss an dies und das denken.‘ Da ist eine Kraft, die den Weg kennt. Wenn du dich dieser Kraft ganz hingibst, werden all deine Bedürfnisse von innen befriedigt. Aber wenn du dasitzt und urteilst, sagst, du kannst Frieden und Glück finden indem du bestimmte Dinge tust, dann wird es nie geschehen.“²⁴

²⁴ Stille des Herzens. Dialoge mit Robert Adams, Bielefeld 2001, Teil 2, S. 132

Wir haben eine Art Leitfaden zur Orientierung gefunden, den wir Ihnen zum Schluss noch vorstellen:

1. Der Frage folgen: Wie will ich leben? – und zwar ohne Zweck, ohne, dass dies ein Mittel zum Zweck ist
2. Die höchste Vision des eigenen Lebens entwerfen
3. Unser Sein bewusst wählen, z. B. mit den Lebenskarten²⁵
4. Nichts mit Macht erreichen wollen, sondern den Dingen ihren Lauf lassen, dabei jedoch im gewählten Seinszustand bleiben und vertrauen
5. Jeden Tag mehrmals daran denken, dass nichts von Bedeutung ist, dass wir nicht geboren sind und auch nicht sterben werden
6. Eine Liste anlegen und schauen, wo die Identifikationsfallen liegen. Und dann entscheiden, wer und wie wir sein wollen.
7. Immer wieder über *ich* selbst lachen und keine Praktiken absichtsvoll anwenden. Entweder wir sind gewahr oder nicht, erreichen oder erzwingen lässt sich das nicht. Denn der Ursprung ist immer gegenwärtig, also gibt es keinen Weg zu ihm und auch keine Methode, ihn zu erreichen. Paradox ausgedrückt: Sein, wer und was wir sind.

Oder, um mit Jean Gebser zu enden:

„Zukunft ist nicht etwas, das auf uns zukommt; Zukunft ist, was uns zukommt, schon heute; und das uns Zukommende ist stets Gegenwart.“²⁶

²⁵ Bergold, Stephanie, Preuß, Otmar & Rieken, Anne: Lebenskarten, Bremen 2004 (bestellbar unter www.shop.montaurum.de)

²⁶ Gebser, Jean: Gesamtausgabe, Schaffhausen 1986, Bd. 7, S. 326