

Konrad Pfaff

Reisen ins Niemandsland:

Herzreisen, Schmerzreisen, Nervreisen:

die Eroberung des Reflexiven

Bei der inneren Reise zur Selbsterfassung geht es nicht um das letzte Aufzucken eines spätbürgerlichen Individualismus. Dieser veranstaltet Phantomreisen, entweder in eine Fantasiewelt oder in eine Bildungswelt oder in ein pseudoreligiöses, esoterisches Reich.

Sie entsprechen weder dem sokratischen Dialog, noch der reflexiven Fähigkeit einer kritischen Vernunft. Seine individuelle und gesellschaftliche Wirksamkeit geht auf null zu.

Diese Erfahrung einer vergrübelten, analysierenden Pseudopsychologie glaubt insgeheim an das Individuum in der bizarren Eigen-Welt einer Unverbundenheit.

Man legt sich hin, man nimmt etwas ein und wartet auf irgendetwas "Erleuchtungsähnliches", "weil ja das einfach in jedem Menschen ist".

Dem ist nicht so. Selbsterkenntnis ist gesucht und findet sich auch unter klaren Bedingungen der großen Evolution und Geistesgeschichte.

Kein Mensch ist allein zu sich selbst in eine Selbsterkenntnis gelangt. Dieser Weg ist ein dialogischer und solidarischer. Dieser Weg ist einer, der die Evolution wiederholt und den Geist der Meister.

Diese Meister sind die, die das reflexive Bewusstsein, seinen Innenblick und seinen mannigfaltigen Ausdruck beherrschen. Es sind keine Gurus, sondern die Weisen, die Künstler und Propheten in der Wüste der Zivilisation. Nur in dieser Vermittlung kannst du dich erfahren.

Das Selbst ist keine Substanz in dir, das du finden könntest. Es beginnt mit dem Abrufen des Bewusstseins deines Bewusstseins und endet als recht eigenartiges Integral vieler unpassender Teile des Un- und Be-wussten. Es ist das Ergebnis einer Tätigkeit, einer Konstruktion. Es braucht zu seiner Aktualisierung alle elementaren Prozesse einer kritischen Vernunft.

Einige dieser sind: Lernen als Offensein für Neues, auch wenn es in die Quere kommt. Ein Reflektieren, Spiegeln des Inneren mit Sondierung, Differenzierungen, geduldigerem Ansehen dessen, was das erste, das Welt-Ich-Bewusstsein alles in sich hat. Dann braucht das Denken des

Denkens und das Fühlen des Fühlens und das Entscheiden des Entscheidens die Schritte des Zweifels, der Prüfung und der Hypothesenbildung.

Das Selbst-Bewusstsein ist die Prüfungsstelle des Welt-Ich-Bewusstseins. Als flotierendes, situatives, konstruiertes, experimentierendes Gewissen wird es durch Reflexion Welt- und Ego-Prüfstelle.

Diese „Sorge um sich selbst“ in den Akten der Differenzierungen, Prüfungen und Relativierung stellt sich als Basis und Krönung des Menschen, der ohne Mitte "exzentrisch" lebt.

Die Schritte des Zweifels und der Entrümpelung des vorurteilshaften dogmatischen, wissenden Glaubens werden nötig.

Dieser "Entrümpelungsprozess" muss stets mit einem Anderen und dessen Beistand geführt werden. Er ist ohne Verbundenheit mit dem Anderen kaum durchführbar. Allein ist er eine Überforderung und endet im Selbstbetrug. Im Vertrauen auf das Welt-Ich-Bewusstsein der Mehrheit wird er unterdrückt.

Die wahre Gestalt des „Anfängers“ ist mit der eines aufzubauenden „Nichtwissens“ gepaart. Ich führe ein Gespräch. Schon die Einsicht in meine Innenwelt ist ein Dialog zwischen Welt-Ich und reflexivem Selbst. Alle Versenkung ist schon Dialog.

Dies jedoch darf und muss ausgedrückt werden. Es muss ausgesprochen, ausgeformt werden. Der Ausdruck ist die notwendige Stabilisierung, Distanzierung und Prüfung des inneren Drucks. Eine Selbstreflexion ohne Ausdruck ist so unmöglich wie eine ohne Verbundenheit mit anderen. Der sprachlich-ästhetische, spielerische Ausdruck ist und soll erlernte Selbstentfaltung sein.

Es ist ein anstrengender, ein dialektischer Weg. Er pendelt in den Gegensätzen von Zweifel und Verzweiflung, Hoffnung wider alle Hoffnung, von Loslassen und Ergreifen, Ordnen und Entordnen, Beziehen

und Entziehen und schafft die Konstruktion eines Integrals. Es ist stets eine Synthese für eine Weile, für authentisches Verweilen, für die Begrenztheit, Relativität und Vergänglichkeit. Es ist jedenfalls stets das Aufbegehren gegen die Illusion des Absoluten, Unendlich-Unsterblichen, das absolute Meinen und Glauben, ja auch Wissen äußert sich im Dogma. Dies ist der Feind aller Tätigkeiten des selbstreflexiven Bewusstseins. Meine Selbsterkenntnis ist das bescheidene Maß wider die Hybris des Bösen. Meine Vergänglichkeit ist die zarte Geburt des Schönen. Meine Begrenztheit und die Kraft der Grenzen ist die Geburtsstätte der Wissenschaft. Meine unfixierte Möglichkeitsform ist die Geburt der Hypothesen und das Gewissen der kritischen Vernunft.

So ist Selbsterkenntnis nicht Ruhestätte oder das Erreichen eines Paradieses, eines Himmels oder einer Wahrheit. Selbsterleben ist Leben des Mängelwesens Mensch, das sich akzeptiert. Der sich nicht akzeptierende Mensch wird Idealist, Dogmatiker und Fantastiker. Er lebt sein Konzept und lebt dabei nicht. Er verachtet das Unsichere, selbstreflexive Leben und gelangt ins Unmaß der Macht, der Gier, der Ego manie. Die Maßlosigkeit institutioneller Gewalt der Macht ist das realisierte Dogma des Absolutheitswollens. Wir jedoch bejahen den Weg der Relativität im Maß, die kurze Weile Vergänglichkeit, die Begrenzung in der nötigen Relativierung. Der Ausdruck dieses reflexiven Bewusstseins ist zuerst die Schönheit, dann ein verbundenenes gutes Tun und dann der authentische Ausdruck der Selbstreflexion. Die Anstrengungen dieses Lernens mögen weggenossenschaftlich (methodisch) und verstehend (hermeneutisch) in der Unsicherheit des Zweifelnden und Prüfenden (relativierend) verlaufen.

Der Weg der "Selbsterfahrung" verläuft entgegengesetzt der Absolutierung, des Dogmatischen und des Glaubens- und Wis-

senssicheren. Er verläuft mit viel Ungewissheit und Unsicherheit ins Glück der Person. Person ist immer eine soziale Gestalt des Verbundenen. Personale Prozesse sind stets Intentionen und Wechselseitigkeiten mit dem Anderen, dem Du und dem Fremden.

Offensein hat nur Sinn in der Sprache des Dialogs. Wenn wir uns öffnen können, also unsere Fixierungen zum Teil sprengen, dann immer in eine Weite der Verbundenheit mit alldem - was wir durch Evolution und Geschichte geworden sind.

Ich bin verbunden mit den elementaren Teilchen des "Sternenstaubs"
das gehört zu meiner Selbsterkenntnis.

Ich bin verbunden mit Wasser, Luft, Stein, Erde und Feuer -
das gehört zu meiner Selbsterfassung.

Ich bin verbunden mit aller Materie, Energie und Licht -
das ist meine Selbstklarheit.

Ich bin verbunden mit allem Leben -
das bin ich.

Ich bin verbunden mit Werden und Vergehen -
das bin ich.

So ist die Reise ins Innere eine nüchterne Bestandsaufnahme, und ich werde doch berauscht von dem wunderlichen Vorgang der Reflexion und Spiegelung meiner Innenwelt, die ja eine Unmenge Außenwelt enthält. Wenn ich meine Gefühle befühle auf ihre Echtheit, mein Denken bedenke auf seine verarbeitende logische Kraft, wenn ich mir meine Vorstellungen vorstelle, meine Erlebnisse widerspiegele, meine Entscheidungen nochmals entscheide oder wenn ich mein Handeln bestätige und korrigiere und belohne, dann ist diese Form von Selbstsammlung und Selbstprüfung ein Zustand, der mich herrscherlich würdevoll erfüllt. Ich sammle mich gegen alle Welt-Zerstreuung und prüfe mich in meinem Manipuliertwerden durch verschiedene Welt-Medien.

Ich bewerte, beurteile mich, bedeute mich neu und füge mich akzeptierend in neue Möglichkeiten des Kampfes ein.

Der nüchternen Rausch der "Selbstumsorge" ist ein Strom von Reflexion, ein Spiegelland des Gehirns. Es entsteht ein Bewusstsein meines Weltbewusstseins, das mich leitet, prüft, neu be-deutet. Der Kampf mit sich selber um seine eigene Authentizität darf in Sprache und Dialog geführt werden.

Die Versunkenheit darf keine Stummheit gebären, sonst ist sie diffus und morastig. Die Erfassung der körperlichen Phänomene, Kreislauf, Herz, Glieder, Nerven und Muskeln schafft eine Versammlung der Basis meiner Selbsterfassung, die im Gehirn gemeldet und bewusst wird und sich mit meinem Geist: Gefühl, Verstand, Verstehen, Fantasie, Entscheidung vereinigt. Diese These ist die Basis des Wunders der Selbsterkenntnis.

Dieses neue Bewusstsein ist das der Verbundenheit, der Liebe und des Friedens. Wir versichern uns von Anfang; wenn wir uns mit Liebe, Akzeptanz und Prüfwillen anschauen, das dies nicht ohne Zähneknirschen, Demaskierung und Feuersbrunst geht. Denn die Reflexion der Liebe hat einen scharfen genauen Blick. So ist auf der ganzen "Reise" nichts gefragter als Mut. Mut ist wichtiger als alles andere. Bekenner-Großmut, Nachfolge-Großmut Lern-Mut, Erzähl- und Ausdrucks-Mut, Dialog-Mut, Fantasie-Utopien-Mut, Mitteilungs-, Vergessens-Mut, Erkenntnis-Mut sind sie angefragten Facetten. Es bedarf einer Anfänger-Tapferkeit, eines Kampfeswillens, einer Selbstdisziplin und eines Lebens- und Liebes-Muts. Er siegt gegen Angst und Selbstbetrug.

Was wichtig ist, dass wir das Konkrete nicht auslassen, die realen Phänomene, die Frage nach der Energie und ihren Quellen, nach der Materie und den Elementen, nach Raum und Zeit. Selbsterkenntnis hat mit diesen Erkenntnissen und Vorstellungen zu tun. Da drückt uns der Schuh, da werden wir eingeeengt in Hast und Hetze, Stress und

Manipulation, da verlieren wir den Boden unter den Füßen. Es ist nicht ein Himmel, der uns Probleme macht, sondern Erde, Leben, Tierheit und Bewusstheit. Hier zerfließen die Raum-, Zeit- und Kraftstrukturen, hier reißen Sie uns in den Strudel der Unbedachtheit und Unbestimmtheit. Erdrückt von der Welt, steigern wir uns in Pflichten und Verantwortung, Opferwillen und Zerstreungen und sehen diese als eine unbedingte Notwendigkeit an. Diese fragwürdige Gewissheit reißt uns in einen Strudel, in Krankheit und Tod, und unsere Reise der Selbsterfahrung ist in erster Linie eine Ernüchterung der Seele, eine Aufrüttelung des Geistes, ist Einbruch, Durchbruch und Aufbruch: es geht um Brüche, Wunden und Feuerstellen. Oh, dass wir nicht auf dem Weg allein ruhend eingelullt werden. Dass wir nicht durch heuchlerische Gebete, Meditationen und Rituale der Absolutheit versichert werden. Dass wir doch nicht durch falsche Beweglichkeit, Bewegung im Geiste getrübt werden. Es geht nicht um eine Beruhigungspille und nicht um eine Tablette, die aufhellt und auch nicht um die „Droge Gott“. Es geht um Selbsterfahrung, Gotteserfahrung. Die erstere, um die es geht, gibt dir auch Hoffnung und Vertrauglauben. Das ist schon viel!