

## Ich und Selbst

"Die klare Schau der Wirklichkeit enthüllt sich unseren Augen nur, wenn diese sich der geistigen Einsicht öffnen, nicht aber durch die Augen eines anderen Sehers. Mit unseren Augen sehen wir, wie der Mond aussieht. Wie können wir dies durch die Augen eines anderen erfahren." (aus: Das Kleinod der Unterscheidungen, Shankara, S. 19)

So kann uns zwar mittels eines Buches ein Eindruck von etwas, das wir nicht kennen, vermittelt werden. Aber es bedeutet immer auch etwas anderes, diese Erfahrung selbst gemacht zu haben.

Wir sehen, was in unserer fortschrittlichen Zeit um uns Schreckliches passiert, und jeder Mensch sieht dieses mit anderen Augen, hinter denen auch ureigenste Erlebnisse stehen, die seinen Erlebnishorizont bilden. Jeder sieht diese Dinge auf seine Weise. Es gibt solche, die in ihrer Satttheit und Bequemlichkeit nicht aufgeschreckt werden wollen und über die Ungerechtigkeiten in dieser Welt erst gar nicht nachdenken wollen, die diese Ungerechtigkeiten deswegen nicht in Frage stellen. Der andere erklärt diese Dinge durch Antworten, die durch bequeme Schlagworte geprägt sind. Ursprüngliches Denken ist sicher immer seltener gewesen, als der Neigung der sturen Wiederholung überkommener Meinungen und Verhaltensmuster nachzugehen. Doch es gibt wohl auch viele, die ihre Augen aus reiner Hilflosigkeit vor der Lösung der Frage "was kann ich dagegen tun?" verschließen. Sieht dann nicht die Suche nach dem "Selbst" wie eine weitere Flucht vor der Wirklichkeit aus? Eine Flucht vor den Dingen, die sich scheinbar verselbstständigt haben, und die uns die Realität so schrecklich erscheinen lassen und uns unsere eigene Hilflosigkeit deutlich spürbar machen.

Oder ist diese Suche nach dem Selbst ein Weg, das Leben um uns herum zu verstehen, indem wir unser eigentliches Inneres zu erkennen versuchen? Ist für dieses Verstehen erst eine Selbstfindung als Weg nötig? Selbstfindung ist ein Prozeß, den man nur selber machen kann, denn das tatsächliche Erkennen findet nur in uns selber statt. Zwar ist hierfür auch ein Lernprozeß notwendig, doch in diesem Lernprozeß ist man bereit, den Dingen und sich selbst ins Auge und dahinter zu schauen, bereit, alle Erlebnisse zur bewußten Erfahrung des Lebens machen zu wollen.

Eine Erkenntnis, die diesen Prozeß nicht durchlaufen hat, bleibt ein Wissen und Erkennen aus zweiter Hand. Es gibt also einen Unterschied zwischen Wissen und Erkennen.

Wann beginnt dieses wahre Erkennen? Ist es in uns nicht auch ein ständiges Auf- und Zudecken, ein Festhalten an verstaubten Traditionen und Klischees, ein Festhängen an dem Äußeren, das uns scheinbare Sicherheit bietet, das ich als Ich-Bewußtsein bezeichnen würde? "Die Halbwahrheiten und bloßen Meinungen, mit denen wir täglich konfrontiert werden," heißt es in dem Vorwort zu dem Buch von Heinrich Zimmer, "haben uns die Last der Schlagworte aufgeladen und unsere Gedanken mit vordergründigen Stereotypen durchsetzt. Nur wer bereit ist, das alles beiseite zu schieben, der ist fähig, den Weg zum Selbst zu gehen, den Hermann Hesse den Weg

nach Innen nannte, und den jeder für sich gehen muß. Das Selbst aber ist der Ort, an dem der Widerspruch zwischen Schicksal und personaler Freiheit aufgehoben ist. Denn das Selbst ist beider Erscheinungen Wurzel." (Heinrich Zimmer, Der Weg zum Selbst, 1991, S. 8

Diese Aussage besagt, daß die Art und Weise, wie jemand das Leben und die Erlebnisse seines Lebens als Erfahrungen umsetzt, auch auf sein folgendes Leben quasi als selbstprophezeiende Erfüllung wirken.

Daß es also keinen Widerspruch zwischen dem Schicksal und der personalen Freiheit gibt, daß jeder in der Weise eingeschränkt ist, in der er sich selbst einschränkt, indem er entweder bewußt oder "unbewußt", sozusagen "bewußt-los" den Dingen ins Auge sieht und lebt. Auf gewöhnlicher und weltlicher Ebene gibt diese Aussage dem Sprichwort recht, das da lautet: Jeder ist seines Glückes Schmied".

Aber wie, wenn immer wieder das Feuer des Schmieds von allen Seiten ausgelöscht wird. Ich

denke dabei an die Lebensbedingungen der Ärmsten der Armen, zum Beispiel an die besitzlosen Waisenkinder Brasiliens, an die Kriege in Jugoslawien, an die skrupellose Ausrottung anderer Lebewesen, die Zerstörung der Natur, usw. usw. . Die Liste läßt sich fast endlos fortsetzen. Wie sollen Menschen zu ihrem Selbst finden, wenn sie nicht einmal genug zu essen haben und würdelos behandelt werden? Ist es nicht so, daß das Ich-Bewußtsein der Menschen reicher Länder und die Befriedigung ihrer (unserer) Scheinbedürfnisse die Lebensgrundlage anderer Länder und Kulturen und die Natur zerstört?

Auf welche Weise ist es für uns möglich, den Weg nach innen zu gehen und die Halbwahrheiten unseres Alltags zu durchschauen? Wie stark ist unser Ich-Bewußtsein in uns verwurzelt?

Das Ich verstehe ich als eine Instanz in uns, mit deren Hilfe Erwartungen, die von außen an uns heran getragen werden, erfüllt werden. Rollen, die wir spielen sollen, Verhaltensmuster, die uns als Norm auferlegt werden, Strukturen also, mit denen sich das Ich identifiziert, aber aus denen es sich heraus bewegen kann.

In dem Maße, in dem ich diese vorgegebenen Strukturen kritisch hinterfrage - oder - und - ich mich von ihnen löse, durchlebe ich einen Prozeß der Selbstfindung. "Tue ich das, was von mir erwartet wird, oder tue ich das, was ich vor mir selbst verantworten kann und will?" Dieser Prozeß der Selbstfindung ist jedoch nicht das wahrhafte "Selbst". Selbstfindung kann der Weg zum Selbst sein, aber auf diesem Weg kann man auch Täuschungen erliegen, wenn man sich an gewisse Vorstellungen bindet, denn: "wenn Du eher darüber nachdenkst, was Du tun solltest, anstatt dabei zu bleiben, was Du tust, entfernst Du Dich von Dir selbst", sagt Ram Dass in einem Interview mit Roger Houston, das den Titel Karma Yoga trägt mit dem Untertitel: "Hilf dadurch, wie Du bist, nicht was Du tust". "Das persönliche Selbst ist nichts anderes als das Gemüt: als solches hat es seine Einheit mit dem wahren Selbst verloren und hat sich im eigenen Netz verstrickt. Daher ist sein Suchen nach dem Selbst als einem eigenen ewigen und ursprüngliches Wesen, wie wenn ein Schäfer ein Lamm sucht, das er verloren wähnt, und er trägt es dabei auf seinen Schultern. Aber das Ich, das so sein Selbst vergessen hat, gelangt nicht gleich zur Befreiung, nämlich zum wirklichen Erlebnis des Selbst, wenn es das Selbst einmal gewahr wird; da stehen lang angesammelte Neigungen und Gewohnheiten des Gemütes hemmend im Wege, und häufig bringt es den Leib und das Selbst durcheinander und vergißt, daß es in Wahrheit das Selbst ist." (Heinrich Zimmer, Der Weg zum Selbst, S. 171)

Ist das ursprüngliche "Selbst" in uns verloren gegangen? Oder ist es unsere abendländische Kultur, die uns so stark geprägt hat, der Wohlstand mit seinen Bequemlichkeiten oder die kirchlichen Traditionen, die bedingungslosen Gehorsam forderten, die uns den Weg zum Selbst verbaut haben?

Wie Zimmer sagte, selbst wenn wir zum wirklichen Erleben des Selbst kommen könnten und damit unser "Selbst" einmal erlebt haben, ist es noch ein langer Weg oder vielleicht sogar ein nicht erreichbares Ziel, sagen zu können: "Ich bin das "Selbst". "Lang gehegte Neigungen und Triebe wollen entwurzelt sein, das kann nur durch lange fortgesetzte Meditation geschehen: "Ich bin nicht der Leib, ich bin nicht die Sinne, nicht das Gemüt... - ich bin das Selbst." (ebenda S. 171)

Durch diese Worte kann das Bild entstehen, das Leben eines Asketen führen zu müssen, um den Zustand des Selbst-seins erlangen zu können. Gibt es nicht auch einen Weg, der im Einklang mit dem Alltag zu gehen ist, der keinen Rückzug vom alltäglichen Leben fordert, auf dem dennoch Wandlung möglich ist? Der Heilige Sri Ramana, dessen Lehren Heinrich Zimmer in seinem Buch auch Europäern nahe bringen wollte, sagte: ...das Ich müsse durch beständige Übungen aufgelöst werden, damit das Selbst des Menschen hervortreten könne. Wurde er gefragt, ob man sich zu diesen Übungen aus der Welt zurückziehen müsse, so wies er stets darauf hin, daß auch die Unterscheidung von Weltlichem und Überweltlichem verschwinden müsse. Wer den Weg vom Ich zum Selbst geht, geht ihn in sich, gleichviel, wo er sich befindet." (Heinrich Zimmer, Der Weg zum Selbst, 1991 S. 7/8) Heinrich Zimmer

beschreibt diesen Weg mit bewußter Distanz. "Der Leser soll sich nicht kritiklos in eine ihm fremde Welt stürzen, wie es manche Theosophen und Neobuddhisten tun. Der Leser soll die östliche Weisheit, die er hier vorfindet, selbst in den Zusammenhang eigener Erlebnisweise, eigener Denkgewohnheiten einbauen, also geistig assimilieren." (ebenda S. 8)

Auf diesem Weg vom Ich zum Selbst wird uns auch mehr und mehr deutlich, welche unserer menschlichen Bedürfnisse nur Scheinbedürfnisse sind, deren Befriedigung auch anteilmäßig zur Ausbeutung anderer führt.

Ram Dass sagt hierzu: " Ich glaube, daß Menschen, die sich entwickelt haben, sich in soziale Situationen begeben können, in denen alles den tieferen Wahrheiten feindlich gesonnen scheint. Allein durch die Qualität ihres Seins, ohne je über Metaphysik zu reden, können sie so handeln, daß die Menschen dem Geist näherkommen. Sie können das in Krankenhäusern tun, in der Geschäftswelt, wo auch immer. Eines der Hauptthemen meines Lebens ist Ghandis Ausspruch : "Mein Leben ist meine Botschaft". Die Idee, daß die Weise, *wie* du durch die Straßen gehst oder deine Mahlzeit einnimmst, Anteil hat an dem, was die Menschen um dich herum verändert." (aus der Zeitschrift

Connection, 7/8 1989), Gespräch zwischen Ram Dass und Roger Housden)

Der Weg zum Selbst, wie ihn Heinrich Zimmer in seinem Buch über das Leben des Sri Ramana beschreibt, gibt also auch uns Europäern die Möglichkeit, einen neuen Anfang zu wagen, den Weg der Wandlung zu unserem Selbst zu erleben.

#### Erfahrung und Intuition

Wie schon bekannt, wollte Heinrich Zimmer dem Europäer durch sein Buch, das 1944, ein Jahr nach seinem Tod, erschien, die Mythologie und Philosophie Indiens näherbringen. "...also - wie es in Indien seit eh und je ausschließlich Übung ist - das Heilige durch einen Heiligen" (H:Zimmer, S. 7). Anders als in der christlich-kirchlichen Tradition, wo die Autoritäten immer den größten Wert auf den blinden Gehorsam des Volkes gelegt haben, und die Kirchenfürsten die einzigen Belesenen waren, also die, denen das Wort Gottes, die Bibel, in Wort und Schrift zugänglich war, war die indische Philosophie und das religiöse Leben nie von dem ursprünglichen eigentlichen Leben der Menschen getrennt. Weisheit war und ist dort nicht zu toten Buchstaben erstarrt, und die Liebe zur Weisheit ist nicht Sache von Schulen und Hochschulen, sondern in Indien sind die heiligen Männer lebendiges Beispiel für das Volk. Der Weg zur Weisheit ist hier ein Weg der beständigen Übung, von dem niemand ausgeschlossen ist. Die heiligen Männer sind dem Volke heilig, weil es von ihnen durch Beispiel und Lehre lernt. (vgl.: H. Zimmer, Der Weg zum Selbst, S. 7) Beispiel und Lehre der Heiligen bedeuten in ihrer Konsequenz für den Menschen, daß das Lernen selbst den Schlüssel zum Weg zur Weisheit in sich birgt. "Die Wege der Erfahrung sind in der christlichen Tradition und anderswo nicht einfach und selbstverständlich gewesen und sind es bis heute nicht. Viele große Mystiker hatten mit der Institution und dem Lehramt der Kirche zu kämpfen. Eckhardts Lehre wurde kirchlich nicht anerkannt. Vielen herausragenden Geistern blieb die offizielle Anerkennung verwehrt.

Denn Erfahrung hat in gewisser Weise einen anarchistischen Zug: Wer eine Erfahrung macht, wird selber zu einer Autorität. Und damit kann er bedrohlich werden für Amtsautoritäten, vor allem, wenn diese ihre Autorität, die ihnen übertragen wurde, nicht auch in ihrer persönlichen Erfahrung Wirklichkeit werden lassen." (H. Walach, ...so wird Gott in dir geboren, 1990, S. 38)

Dieses Zitat verdeutlicht unsere europäische, geistige Lebenssituation, zeigt, wessen Geistes Kinder wir Europäer sind. Dieser Geist, der uns über Jahrhunderte prägte, gekoppelt mit der puritanischen Ideologie von Arbeitsamkeit, Bescheidenheit und Gehorsam, ermöglichte auch den Kapitalismus und eine gewisse Ignoranz allem Lebendigen gegenüber. Der Geist, die Suche nach dem Sein, die Suche nach dem Sinn unseres Lebens ist dem privaten Vergnügen vorbehalten und darf dem reibungslosen Ablauf innerhalb unserer Konsumgesellschaft nicht im Wege stehen. Damit sind wir von dem lebendigen Wesen unseren Seins jedoch

abgeschnitten, leben von ihm getrennt, weil wir uns zu stark den gegebenen Normen anpassen müssen. Jeder der den Anspruch erhebt, seinen Lebensweg selber gestalten zu wollen, sich nicht irgendwelchen vorgegebenen Ideologien zu unterwerfen, und das Denken und das Gewissen anderen zu überlassen, also die Unterscheidung für das, was richtig und gerecht oder was falsch ist, ist nicht mehr faßbar und läuft Gefahr, als Chaot innerhalb der sicheren gesellschaftlichen Ordnung zu gelten. Chaoten sind Anarchisten, und diese bilden eine Gefahr für das gesellschaftliche Regelsystem. Aus diesem Grunde fürchten viele Menschen, Erfahrungen außerhalb der Normen zu machen. Sie wollen nicht von den vorgegebenen Wegen abweichen, und fürchten sich deshalb vor allem Fremden und Unbekannten.

Trotzdem bleibt bei jedem die stille Sehnsucht nach einer Freiheit, die sie nicht näher beschreiben können, nach einer inneren Lebendigkeit, die ihnen das Leben glücklich spürbar macht.

"Wie kann das natürliche Individuum, die spontane Masse, in Ordnungen der Institutionen zum eigenen Verstand kommen? Der allseitig despossedierte Mensch macht seinen ersten Schritt im unbewußten Anarchismus mit Gefühlen und der Bejahung der Gefühle. Im zweiten Schritt sucht er die Reflexionen und die Bedeutung der Gefühle. Der dritte Schritt aber bringt die Frage nach dem Denken, das ihm nützt, das ihm dient und nicht der Systemordnung. Er fühlt seine Nöte, Träume, Wünsche und beginnt darüber zu denken" (Pfaff, 1984 S. 83) Die einen erleben ihr Leben wieder neu durch lebendige Erfahrung, oder machen sich langsam auf den Weg, da die Widersprüche zwischen dem inneren Sehnen und der äußerlich existenten Welt für sie zu offensichtlich scheinen, die anderen beschneiden sich und andere um die Lebendigkeit der persönlichen Erfahrung, vielleicht aus Furcht vor dem Schmerz der Erkenntnis, daß das Für-Wahr-Gehaltene der wahrhaftigen Wirklichkeit nicht standhält, vielleicht aus Furcht, den Druck nicht aushalten zu können, wenn sie in Opposition zu der allgemein anerkannten Meinung stehen müssen. Östliche Weisheit, wie sie der Heilige Sri Ramana lehrte, in die eigenen Denkgewohnheiten einzubauen und zu assimilieren, fällt uns westlich orientierten Menschen immer schwerer. Wir leben in einem wissenschaftlichen Zeitalter, im Zeitalter der Technologie und des ständigen Fortschrittes.

Die Wissenschaft zielt auf Präzision, die Emotionen ausschließt. Es scheint lediglich Künstlern und Schriftstellern vorbehalten zu sein, die menschlichen Gefühle auszudrücken. Es gibt so etwas wie einen poetischen Gedanken, eine Art fühlenden Gedanken über den Robert Graves einmal sagte: "Ein Dichter fühlt sich von verwirrenden emotionalen Problemen gefangen, dessen Intensität ihn in eine Art Trancezustand versetzt. Und in diesem Zustand arbeitet sein Geist mit erstaunlich vielen Vorstellungsebenen gleichzeitig". Dieser Zustand der Berausung ist vielleicht ein Augenblick, indem der Künstler einen Eindruck von der Fülle des Seins erlebt, ein Augenblick, indem er sein Selbst berührt hat.

"In unserer Seele gibt es einen höheren Teil, einen Seelenfunken, die Spitze des Geistes, der unmittelbar göttlicher Herkunft ist, ja in welchem Gott in uns gegenwärtig ist. Die innere Sammlung und methodische Hinwendung zu diesem Seelenfunken macht eine Erfahrung des inneren Einswerdens mit Gott möglich. In dieser Erfahrung findet Umwandlung des Menschen statt. Diese Umwandlung hat zur Folge, daß das, was einer dann tut, seiner innersten Natur gemäß ist und also dem Willen Gottes entspricht. Dies ist gleichbedeutend mit "Heil". Voraussetzung für diese Erfahrung ist die entschiedene Hinwendung oder das inneren Sehnen." (Walach, 1990, S. 38)

Dieses innere Sehnen ist in uns Menschen und wirkt in uns, darum werden immer mehr Erfahrungen außerhalb der Kirche gesucht. Es ist auch die dominierende Form ihrer Institution und ihrer Vertreter, die uns immer ein bedingungsloses Gehorchen auferlegt und oft auch Angst- und Schuldgefühle eingeflößt hat. Niemals haben sie uns den Weg gewiesen, Gott in uns selbst zu suchen und zu sehen. "Dies ist vielleicht die Ursache, warum in der christlichen Tradition den mystischen Wegen oder den Wegen der Erfahrung im Vergleich zur rechten Lehre und dem rechten Handeln relativ wenig Bedeutung beigemessen wurde.

Es ist fast so, als würden immer zwei Stränge durch die Geschichte laufen: Menschen, die aus ihrer Erfahrung heraus wirksam geworden sind, stehen solchen gegenüber oder zur Seite, die sich hauptsächlich oder eher auf die Lehre, die Theorie stützten. Den einen ist Glaube lebendiges Wissen, den anderen ist es ein Für-wahr-halten von Sätzen." (ebenda, S. 39) Es scheint, als sei die Bereitschaft, lebendiges Wissen zu erleben, das aus der Gewißheit der Erfahrung resultiert, im christlichen Raum und auch in anderen Religionsgemeinschaften verloren gegangen. Das hatte zur Folge, daß viele Menschen, die in westlichen Traditionen groß geworden sind, sich der östlichen Weisheitslehre zuwandten. Einer, der den Weg der Weisheitslehre nach Indien ging war Richard Alpert, der sich später Ram Dass nannte. Während der sechziger Jahre waren wir verwirrt in bezug auf innere Freiheit und äußere Freiheit, bezug auf Revolution und Evolution, denn wir hatten in unseren Köpfen keine Vorstellungen, die es uns erlaubt hätten, die Grandiosität der Veränderungen zu würdigen, die mit uns geschahen. So reduzierten wir ständig deren Bedeutung und betrachteten diese Veränderungen eher in sozialer, psychologischer oder politischer Hinsicht." (Ram Dass, Schrot für die Mühle, 1979, S. 37)

In den sechziger Jahren zeigte sich ein neuer "Zeitgeist".

Wurde dieses neue, spirituelle Bewußtsein durch das spirituelle Heimweh nach dem inneren Seelenfunken in jedem Menschen verursacht? In diese Richtung weiterdenkend hieße das, daß es eine geistige Evolution im Menschen gibt? "Evolution ist nicht ein statischer Zufall, sie ist ein mühsames Ringen um Annäherung an den Geist. Darum schreitet die Evolution ständig voran, darum tut sie es in einem Tempo, das alle statischen Wahrscheinlichkeiten weit hinter sich läßt." (Wilbert)

Die Evolution als Entwicklungskette besagt, daß das Alte überdauert und nicht mehr haltbar ist und sich deshalb etwas Neues entwickelt. Auf geistiger und gesellschaftlicher Ebene bedeutet dies, daß die alten, repressiven Normen und Lebensleitlinien von menschlichem Zusammenleben, die durch zweckrationale Formen wie Leistung, Besitz Ordnung und Karriere geprägt sind, die den Einzelnen in Streß und Überforderung treiben und ihn an seiner freien Entfaltung hindern, das Leben behindern, statt das Dasein zu fördern. (vergl.: Norbert Spiegler, Das Leben spielen, 1978, S. 57)

Der Zeitgeist der sechziger Jahre machte sich auch als Revolution in vielen Familien bemerkbar, zum Beispiel waren die Geschlechterrollen nicht mehr deutlich voneinander abgegrenzt: Jungen trugen lange Haare, Mädchen trugen Hosen oder kurze Röcke. Paare lebten ohne Trauschein in einer Lebensgemeinschaft, Kommunen oder Wohngemeinschaften entstanden. Es war ein Schritt in die Freiheit, heraus aus Bevormundungen durch die Institutionen, ausgelöst durch das scheinbar unstillbare Bedürfnis der Jugend nach Freiheit und Freude am Dasein. "Make love and peace" war die Lebensleitlinie vieler junger Menschen. In ihre Sehnsucht nach Ekstase, Glück und innerem Frieden nahmen viele Drogen und drangen in noch nicht gekannte Gefühlswelten ein. Ihre Sehnsucht nach einer heilsbringenden Lehre, auf die sie sich stützen könnten, wuchs in dem Maße, wie die Bewegung in Gewalt und Gegengewalt eskalierte, ihre Musik und individuelle Selbstdarstellung, zum Beispiel ihre Kleidung, kommerzialisiert wurde. Der fröhliche, spielerische Protest gegen bestehende Normen und unterdrückende Institutionen, ihre Darstellung der Lust am Dasein wurde zusehends entfremdet und verwässert. Bei vielen wuchs dabei jedoch die Sehnsucht nach dem geistig spirituellen Zuhause, was viele in die Mythologie des Ostens, dem Buddhismus, zu finden glaubten.

Konrad Pfaff