

## Vorschläge für das Glück und die persönliche und soziale Befreiung

### 4. Tagung der Psychologie des Neuen Humanismus - Universitäts--Akademie des christlichen Humanismus

Ich werde mich auf das Buch „der innere Blick“ von Silo beziehen um diese Vorschläge vorzustellen. Silo ist jemand der zu tief liegenden Räumen den Bewusstseins gelangt ist und hier für die Menschen von verschiedenen Kulturen und Glaubensrichtungen einen Weg aufzeigt, wie sie ebenfalls Zugang zu diesen bekommen können.

Lasst uns erstmal unsere Situation vergegenwärtigen und vertiefen. Führen wir uns den Zustand der Sinnlosigkeit in dem wir leben vor Augen. Der erste Schritt zum Glücklichen ist es sich über unser Unglücklich sein bewusst zu werden. Wir sehen unser Leben vorbeiziehen, all unsere Kämpfe, alles was wir machen, nichts von dem erfüllt uns völlig. Nichts davon hat etwas mit unserer Suche zu tun. Viele unserer Aktivitäten erfüllen uns provisorisch aber keine davon hat einen tieferen Sinn. Alles in mir ist veränderlich und provisorisch, manchmal fühle ich etwas und ein anders Mal fühle ich das Gegenteil. Manchmal bin ich mir einer Sache sicher und ein anderes Mal ist alles unsicher. Ich werde sterben. Alle Leute die ich liebe, die die ich am meisten liebe und die die ich überhaupt nicht mag, sie werden sterben und schlussendlich was war der Sinn dieser inneren Unruhe oder des Momentes des Genusses der sich im Nebel des Vergessen verliert? Ein Beweggrund ersetzt den anderen, eine Liebe eine andere, ein Wunsch löst den anderen ab. Sie tanzen vor meinen Augen, ohne dass ich sie jemals einfangen kann, wie die Spiegelungen meiner Einsamkeit.

Was wir den Sinn unseres Lebens nennen, ist in Wirklichkeit der Bewusstseinszustand der Illusionen. Das Bewusstsein ist im Zustand der Illusion wegen eines Projektes, eines Wunsches und darum eingenebelt. In Wirklichkeit ist das der normale Zustand des Bewusstseins, die gewöhnliche Weise des Bewusstseins. Wir leben in einem illusioniertem Zustand des Bewusstseins und glauben, dass es einen Sinn hat und nicht stirbt. Wenn wir illusioniert sind, gibt es keine Möglichkeit zu erwachen um den Sinn zu suchen. Das Bewusstsein glaubt, dass sein Sinn darin liegt in den Besitz der Illusion die es gefangen hält zu kommen. Die Suche hat sich in der Illusion erfüllt. Bald kommt die Desillusion und eine neue Illusion wird die Gescheiterte ersetzen. Das wiederholt sich bis zu meinem Tod.

Außerdem sind diese Illusionen kurioserweise nicht sehr originell. Oft sind sie Vorschläge aus der Erziehung die wir in der Schule bekommen haben, Sachen uns durch die Familien Tradition weitergegeben wurden. Viele von ihnen haben wir aus der Werbung entnommen, aus dem Fernsehen, dem was die uns sagen, die im Fernsehen erscheinen. In anderen Worten, ich lebe nicht nur in der Sinnlosigkeit die ich mit den Vorspiegelungen der Realität verwechsle. Es ist außerdem so, dass alles was mir einfällt nicht mir selbst einfällt, sondern es ist das was mir vom Fernsehen, der Familie und der Epoche geliehen wurde.

Wenn wir glücklich werden wollen, müssen wir das Unglücklich sein erkennen und das mit viel Ehrlichkeit. Wenn wir die Freiheit wollen, müssen wir unsere Abhängigkeit sehen. Es handelt sich nicht um etwas natürliches. Natürlicherweise sollte der Mensch glücklich und frei sein. Wegen eines psychologischen Irrtums bin ich das nicht. Ich suche nach Vorschlägen um diesen Fehler nicht zu wiederholen. Nein hier sprechen wir von einer Struktur des Bewusstseins, die von der Sinn leere, von der Illusion und deshalb vom Leiden befreit ist. Wir schlagen eine geistige Handlung vor, die nicht natürlich, sondern

absichtlich ist. Man muss auf eine einfache Art und Weise die eigene Sinn leere erkennen und sie sich vor Augen führen. Nicht die mechanische, sondern die absichtliche Handlung ist eine rein menschliche Handlung. Wir können das erkennen, wenn wir ein paar Million Jahre zurückblicken, als wir uns dem Feuer näherten. Es gab eine einzige Spezies, die den natürlichen Impuls vor dem Feuer zu fliehen überwunden hat und die auf diesem Planeten den Funken des menschlichen erweckt hat. Lasst uns für das Scheitern dankbar sein, das uns desillusioniert und die Illusion im Kopf klärt.

Kommen wir zum zweiten Vorschlag. Wohin wir auch schauen treffen wir auf die Illusion und den Unsinn den wir machen. Gibt es etwas mehr oder ist das alles? Könnten wir andere Arten von Erfahrungen machen, die uns einen anderen Weg zum Erkunden aufzeigen?

Gelegentlich haben wir alle ohne einen offensichtlichen Grund Erfahrungen gemacht, die aus dem gewöhnlichen herausragen. Manchmal fühle ich mich für einen kurzen Moment verbunden, vereint mit allem was um mich herum geschieht. Ich betrachte eine Sternennacht oder einen besonderen Sonnenaufgang, auf einmal erscheint es mir als würde ich alles verstehen, das Licht, das Universum alles. Manchmal erschien es mir als würde sich der Raum erweitern, leuchtender werden oder in eine andere Zeit eintreten. Unverständliche Erfahrungen, die von sehr kurzer Dauer sind. Manchmal sehe ich alles als würde ich es zum ersten Mal sehen. Es dauert einen kurzen Moment und danach wird wieder alles normal und ich vergesse diese Erfahrung oder ich denke es ist ein Zufall oder etwas, das ich mir eingebildet habe. Für einen kurzen Moment hat sich mein Bewusstsein erleuchtet, es hat meine gewöhnliche Zeitwahrnehmung gebrochen. Am Ende kann ich nicht mit Klarheit erklären, was geschehen ist. Meine Vernunft findet keine Erklärung. Oft finde ich nicht mal die Worte um zu beschreiben, was ich erlebt habe. Oft schenken wir diesen Erfahrungen keine Beachtung aber wenn wir gut hinschauen, haben wir hier für einen kurzen Moment eine 1000stel Sekunde etwas sehr wichtiges erlebt. Es erschien mir sehr lang, sehr vollständig. Ich habe die Realität auf eine neue Weise gesehen, als wenn ich in eine andere Zeit und in einen anderen Raum getreten wäre. Wir haben alle diese Erfahrungen gemacht aber wir erinnern uns nicht leicht an sie, weil sie uns in diesem Moment erschrecken oder wir sie als Zustände von geistiger Verwirrung betrachten und wir sie abwerten. Aber da sind sie. Wie Leuchttürme die uns den Weg des Sinns erhellen.

Diese offenbarenden Erfahrungen zu denen ich zufällig Zugang bekomme, ohne dass ich sie gewollt hätte, sind sehr selten. Diese Erfahrungen machen uns andere Bewusstseinszustände gegenwärtig, sie ändern unsere Wahrnehmung der Realität, der Zeit und des Raumes. Sie ändern unsere Art zu fühlen und zu werten. Das was uns wichtig erschien, erweist sich als bedeutungslos. Jenes was uns einfach und alltäglich erschien erlangt an Bedeutung. Diese Erfahrungen bringen uns in Gegenwart der Existenz und des Lebens. Wir erfahren eine andere Art der Beziehung mit anderen Menschen, mit der Natur, mit der Welt und dem Universum.

Also, wenn wir das mit dem Glück und der Freiheit wollen, dann sollten wir analysieren, wie wir den gewöhnlichen Bewusstseinszustand verlassen können und in einen neuen Modus der Strukturierung der Welt eintreten können. Wir sprechen nicht davon eine Depression oder ein Scheitern zu überwinden, um eine Illusion mit einer anderen zu ersetzen. Wir sprechen davon die Weise zu verändern, wie wir die Welt strukturieren. Wir sprechen von einem Bewusstsein, das aus der Illusion erwacht.

Wie Wege sind zahlreich die zu einem Bruch des gewöhnlichen Bewusstseinszustand und zu mystischen, Sinn gebenden, verändernden und befreienden Erfahrungen führen.

Verschiedene Schulen in verschiedenen Kulturen haben ihre Studien um diese Erfahrungen zugänglich zu machen. Unser Thema ist nicht nur wie man Zugang zu diesen Erfahrungen bekommt, sondern wie man sie ausbaut. Es handelt sich nicht nur um einen Ausbruch und danach ist alles wieder wie vorher. Es handelt sich darum die Erfahrung ausbauen zu können, damit sie mein Bewusstsein verändert und über mich in die Welt kommt und damit diese verändert.

Der äußere Raum stellt sich uns als dreidimensionale Leere da in welchen die Objekte platziert sind. Die Zeit präsentiert sich uns als eine Abfolge von hinten nach vorne, in welcher die Ereignisse platziert sind. In der inneren Welt ist das völlig anders. Der innere Raum ist auch ein leerer Raum in dem nicht die Objekte, sondern die Vorstellungen platziert sind. Diese haben totale Bewegungsfreiheit in diesem Raum, im Gegensatz zu dem was mit dem äußeren Raum geschieht. Die innere Zeit präsentiert sich uns wie eine Struktur der Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft und die Ereignisse haben auch Beweglichkeit um sich in der inneren Zeit anderswo zu platzieren, ohne den starren Ablauf zu respektieren, wie sich die Zeit außen darstellt. Diese außerordentlichen Erfahrungen ergeben sich in einer Tiefe des Inneren Raumes und an einem Punkt der inneren Zeit in welchem sich die Struktur Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft auflöst und man sie außerhalb der zeit erfährt, wie die Ewigkeit. Diese Art von Erfahrungen erzeugen Veränderungen im gesamten inneren Raum und der inneren Zeit. Sie sind so intensiv, dass sie auch die Art verändern können, wie wir den äußeren Raum und die äußere Zeit wahrnehmen.

Es existiert eine Art psychophysische Energie, die es uns erlaubt, in diese neuen Bewusstseinsweisen einzutreten. Es ist die Energie, die für die Vorstellung benützt wird, die Energie die die visuellen, auditativen und synestetischen Bilder benützen. Die geistige Energie die man braucht, um sich eine Wiesenblume, ihren herben Duft und die Brise die sie streichelt vorzustellen. Diese Energie die wir brauchen, um uns dies vorzustellen ist die Energie der Vorstellung und wir nennen sie „die Kraft“. Die Mobilisierung dieser Energie ist die „Erfahrung mit der Kraft“.

Die Kraft zirkuliert im Körper aber sie kann mobilisiert und geleitet werden um Zugang zu anderen Bewusstseinszuständen zu bekommen.

Die Kraft kann in unserem Inneren gesammelt werden, um in Momenten wo es nötig ist, mit präzisen Vorgehensweisen wie „die Bitte“ und das „Innere Danken“, auf sie zurückzugreifen.

Die Kraft die Energie der Vorstellung ist, kann sich in einer Vorstellung konzentrieren als ob es ein energetisches Doppel wäre. Dieses Bild kann seine Konzentration vermehren oder sich auflösen, abhängig von der inneren Einheit die man hat.

Die Kraft kann mit einer einfachen Vorgehensweise mobilisiert werden aber um ihr eine Richtung zu geben, brauchen wir innere Einheit. Das Erreichen der inneren Einheit oder das Überwinden der inneren Widersprüche erleichtert das Konzentrieren und die Orientierung der Kraft um diese neuen geistigen Zustände zu erreichen. Genauso wie man die Kraft in wachen Zuständen des Bewusstseins orientieren kann, so führt der Verlust ihrer Kontrolle zu verdunkelten Bewusstseinszuständen, welche der Trance und den medialen Zuständen eigen sind.

Was geschieht mit dieser Energie wenn der physische Körper stirbt? Wird er sich auflösen oder kann er sich weiterentwickeln? Für diese Antwort muss man die Gegenwart der Kraft feststellen, ihre Natur in der Energie der Vorstellung begreifen und die Erfahrungen und

die Kontrolle vertiefen.

Die Kraft zu mobilisieren ist ein recht einfacher Vorgang. Diese zu konzentrieren und zu orientieren ist nicht so einfach, denn dazu braucht man innere Einheit. So ist das Thema innere Einheit zu erreichen der Schlüssel für das Glück und die Freiheit. Allerdings nicht wegen der inneren Einheit selbst, sondern weil diese es ermöglicht die Energie zu konzentrieren die es mir erlauben wird, den normalen Bewusstseinszustand zu modifizieren – der sich durch die Illusion und das Leiden charakterisiert. Die innere Einheit oder wenn ihr das bevorzugt ein Bewusstsein ohne Widersprüche, erreicht man nicht als isoliertes Bewusstsein, sondern als ein Bewusstsein in der Welt das in Beziehung zu anderen steht. Es ist das was ich mit den anderen mache, was in mir Einheit oder Widerspruch erzeugt. Ich möchte darauf hinweisen, dass es nicht wichtig ist, was man mit MIR gemacht hat, das Leiden das andere, eine Gruppe oder die ganze Gesellschaft in MIR erzeugt haben, ist nicht wichtig. Es geht um die Art von Antworten, die ich in diesen Situationen gebe, die die innere Einheit ermöglichen, oder verhindern.

Wir befinden uns vor dem Paradox, das wir für unsere innere Einheit die anderen brauchen. So hängt unser Glück und unsere Freiheit von dem Glück und der Freiheit der anderen ab. Wir hätten diese Rede auf eine Minute verkürzen können und sagen können: „um ihr Glück und ihre Freiheit zu erreichen, kümmern sie sich um das Glück und die Freiheit der andern!“. Aber wenn man das so darstellt, dann hört es sich nach einer Pflicht an, nach einer Moral, sogar nach Manipulation, die weit entfernt ist von der eigenen Erfahrung. Denn diese Art von Sachen haben die gesagt die die Menschheit vergewaltigt haben. So ist es sehr gut einen Umweg zu gehen und die Bedeutung dieses Vorschlags wiederzufinden.

Wir können noch einen Schritt weitergehen um das Projekt der Vermenschlichung der Welt zu verstehen. Es ist keines von vielen unter denen man auswählen kann, sondern ein sehr grundlegendes Projekt, das sich auf meine eigene Notwendigkeit der Befreiung bezieht, das sich auf meine eigene Notwendigkeit der Entwicklung bezieht.

Fassen wir diesen Vorschlag zusammen. Sich die Sinnlosigkeit unseres Lebens so ehrlich wie möglich vor Augen, vor unseren inneren Blick führen. Beobachten wie unser Leben geschieht, angetrieben von Illusionen, die sich eine durch die andere ersetzt, wahren unser Leben sich dem Ende neigt. Das wird unserem Akt der Suche Intensität verleihen. Man darf die Sinnlosigkeit nicht verwechseln, es ist nicht der Zustand der Depression, der Unruhe oder der Angst, zu welchen man gelangt, durch Widerstände das Scheitern der Illusion dieses Moments zu erkennen. Persönliche Erfahrungen erkennen, die jede rationale Logik brechen, die allumfassend sind. Man kann sie nicht mit irgendeiner Erfahrung des täglichen Lebens vergleichen. Sie sind von der Art: Für einen Moment habe ich alles verstanden, für einen Instant habe ich mich zutiefst bewegt gefühlt. Die Kraft zu mobilisieren und sie zu orientieren um zu neuen Bewusstseinszuständen zu gelangen. An innerer Einheit zu gewinnen und die Widersprüche zu überwinden um die Konzentration und die Orientierung der kraft zu erleichtern. Die „Innere Einheit“ erreicht man, indem man anderen hilft ihr Glück und ihre Freiheit zu erreichen. Das verbindet uns mit einem

menschlichen Projekt und das ist die „Vermenschlichung der Welt“.