

Glück und Gesundheit im Lichte alternativer Heilkunst

Glück und Gesundheit

*O Fortuna,
velut luna
statu variabilis*

Oh Fortuna, wie der Mond so veränderlich.

Doch genau so veränderlich und glücklich scheint es mit unserer Gesundheit bestellt zu sein.

Wenn wir vor uns hinvegetieren wie ein Neugeborenes, dann ist Gesundheit sicherlich ein sehr glückhafter, zufälliger Zustand.

Doch es gibt Abhilfe dafür. Wir können diesen Zustand stabilisieren. Wodurch?

Durch den Geist

Die **heutige Wissenschaft** zeigt:

- Die Wirklichkeit als solches existiert nicht, wir schaffen uns ständig unsere Wirklichkeit neu.

Ein **Experiment mit Mäusen** zeigt das deutlich: (nach Hartmut Gröbel)

- Einer Gruppe von Mäusen wird ein immunstärkendes Mittel gespritzt.
- Der anderen Gruppe von Mäusen wird ein immunschwächendes Mittel gespritzt.
- Gleichzeitig lässt man beide Gruppen an Kampfer riechen.
- Das Immunsystem der Gruppe mit immunstärkender Injektion wird gestärkt.
- Das Immunsystem der Gruppe mit immunschwächender Injektion wird geschwächt.

Nach einer Weile werden die Spritzen in beiden Gruppen abgesetzt.

Aber beide Mäusegruppen riechen immer noch an Kampfer.

- Jedes Riechen an Kampfer stärkt nun das Immunsystem der Gruppe, die früher immunstärkende Injektionen erhielt.
- Jedes Riechen an Kampfer schwächt nun das Immunsystem der Gruppe, die früher immunschwächende Injektionen erhielt.

Was heisst eigentlich „Geistheilen“

Geist: Schöpferkraft; Lebenskraft; Energie, aus der wir alle leben.

Heilen: engl. „whole“, ganz; völlig; vollständig; gesund, heil; heil = gesund, unversehrt, gerettet ≈ heilig

Sich mit diesem Geist wieder in Verbindung setzen und dadurch zurückfinden in einen ganzheitlichen Zustand, in einen Zustand der Unversehrtheit, wo völlige Harmonie herrscht, eins mit den höheren Gesetzmässigkeiten, die zugrunde liegen. Umwandlung von disharmonischen in harmonische Zustände.

Jeder von uns ist ein Heiler/eine Heilerin. Aber wie viel er/sie zum Ausdruck bringt davon, ist abhängig von gewissen Bedingungen, die ich erläutern möchte.

Auch hier gilt: Übung macht den Meister!

Wer es weiss, der sagt es nicht, wer es sagt, der weiss es nicht.

(Laotse)

Anders ausgedrückt: wir können uns nur unterhalten über die Ebene des Geschöpfes. Über die Ebene des Schöpfers können wir keine Aussagen machen. Ich werde also nur Aussagen machen können über das, was in unser Bewusstsein hineinragt.

Umfassende Verbindung im Hintergrund

- Die Ordnung, die im Universum herrscht, muss auch im kleinsten seiner Teile herrschen. (cf. auch Lehre der Fraktale)
- Annahme eines gemeinsamen Hintergrundes (Kollektives Unbewusstes, C.G. Jung)
- Rupert Sheldrake: morphische Felder: eine Art telepathischer Verbindung zwischen Lebewesen.
- Spiegelneurone, eine neurobiologische Entdeckung, versorgen uns mit intuitivem Wissen über Absichten von Menschen in unserer Nähe. (Joachim Bauer: Das Gedächtnis des Körpers).
- All diese Phänomene zeigen, dass wir im Hintergrund unbewusst miteinander in Verbindung stehen. So können wir uns auch unbewusst und bewusst gegenseitig beeinflussen.
- Es geht nun beim Geistesheilen darum, bewusster gegenseitig aufeinander einzuwirken, und die Grundgesetzmässigkeit der Harmonie im Hintergrund wiederherzustellen.
- Wer sich mit dem hinter allem waltenden Geist in Verbindung setzen kann und ihn durch sich wirken lassen kann, der heilt geistig.

Krankheit

Was ist überhaupt Krankheit? (2 Ebenen: physisch materielle, und geistige Disposition)

Durch falsche Ansichten/Gewohnheiten entstehen Barrieren und Fehlleistungen in unserem Körper, die verhindern, dass sich die Grundgesetzmässigkeiten in perfekter Harmonie auswirken.

Meist unbewusste, unterschwellige Ursachen.

Das Erkennen der verborgenen Ursache ist wesentlich. Erkenntnis führt aber noch nicht zu Heilung, erst Änderung des Fehlverhaltens.

Geistiges Heilen detaillierter

Durch Leo Tolstoi, den russischen Schriftsteller, ist uns eine hübsche Erzählung überliefert über 3 heilige Brüder. Hier sei sie kurz erzählt.

Die Legende von den 3 Brüdern

«Es waren einmal drei alte Einsiedler, die auf einer einsamen Insel lebten. Sie waren so einfach, dass sie immer nur dasselbe Gebet sprachen, nämlich: <Wir sind drei - Du bist drei; erbarme Dich unser!> Und dennoch geschahen oft grosse Wunder aufgrund dieses naiven Gebets.

Als der zuständige Bischof von diesen drei Einsiedlern und ihrem unstatthaften Gebet erfuhr, entschloss er sich, sie aufzusuchen, um sie die kanonischen Anrufungen zu lehren. Er landete also auf der Insel, erklärte den Einsiedlern, dass ihr an den Himmel gerichtetes Gebet jeder Würde entbehre und lehrte sie viele herkömmliche Invokationen. Danach bestieg er wieder sein Schiff und verliess das Eiland. Doch plötzlich bemerkte er ein strahlendes Licht, das dem Schiff nachfolgte. Als es sich näherte, erkannte er die drei Einsiedler, die sich an den Händen hielten und eilig über die Wellen liefen, um das Fahrzeug einzuholen.

<Wir haben die Gebete vergessen, die Ihr uns gelehrt habt>, riefen sie, als sie den Bischof erreicht hatten. <Darum sind wir Euch nachgelaufen; könnt Ihr sie uns bitte wiederholen?> Doch der Bischof schüttelte ehrfürchtig sein Haupt.

<Liebe Brüder, erwiderte er demütig, <sprecht euer altes Gebet weiter!>>

Einfachheit als Grundprinzip

Diese Erzählung lehrt uns verschiedene Aspekte, allem voran den Aspekt der Einfachheit, die alles in sich beinhaltet.

Wie oft werden wir heute, im Zeitalter des «Esoteriktourismus», wo viele Leute von einer esoterischen Veranstaltung zur ändern rennen, mit allen möglichen -Ismen und zum Teil komplizierten Systemen konfrontiert. Es ist im Normalfall gar nicht viel auszusetzen an diesen Systemen, die wahrscheinlich alle einen möglichen Weg zum Heil enthalten. Aber warum diese ganze Komplizierung, wo doch die Grundwahrheiten so einfach und für jedermann zugänglich sind. Es geht ja immer darum, das Wesentliche in diesen Systemen zu erfassen. Wenn wir dies tun, nehmen wir den Standpunkt der 3 Brüder ein, die intuitiv erfassten, worum es geht, und die dadurch dem Heiligen so unglaublich nahe kamen, dass sie spontan und ohne grosses Brimborium ein Wunder (über das Wasser laufen) vollbringen konnten, während der Bischof mit all seinen komplizierten Anrufungen und seinem Zeremoniell wohl eher nur leere Luft bewegte, ohne etwas zu vollbringen. Der Bischof bewegte sich in alten Traditionen, die aber fern von ihm waren, die er nie selbst erlebt hatte. Wäre er innerlich dabei gewesen mit Leib und Seele, hätten auch seine komplizierten Anrufungen gefruchtet.

Im Herzen die Gesetzmässigkeiten intuitiv zu erfassen und mit seinem ganzen Sein und totaler Hingabe sich in diese Gesetzmässigkeit hineinzustellen, das ist das, was etwas bewirken kann, nicht aber intellektuelles Analysieren und Unterteilen der einen grossen Wahrheit in kleine Nuancen und komplizierte Systeme. Das letztere bringt nur Verwirrung und Unsicherheit, aber keine Realisation.

So sehen wir auch immer wieder Heiler am Werk, die mit grossem äusserlichen Aufwand und Zeremoniell arbeiten. Nur wenn sie innerlich völlig dabei sind und von der Wirksamkeit ihres Zeremoniells restlos überzeugt sind, werden sie Erfolg haben. Hüten wir uns also vor dem äusseren Schein, und urteilen wir nicht über das, was wir nur augenfällig sehen. Die innere Einstellung ist wesentlich, sie entscheidet über Gelingen oder Fehlschlag.

Licht als Grundprinzip aller Materie und allen Seins

Das zweite interessante Detail an der Geschichte ist die Tatsache, dass die 3 Brüder in einem strahlenden Licht erschienen. In dieser Geschichte, so gut wie in anderen Legenden um Heilige, erscheint immer wieder dieses intensive Lichtphänomen, wie wir es ja z.B. auch aus der Bibel von der Auferstehung Christi kennen. Da waren die Soldaten geblendet von strahlendem Licht, heller als die Sonne, welches die Gestalt des auferstandenen Meisters umfloss. Auch auf alten Darstellungen von Heiligen sind diese immer mit einem Lichtschein um ihr Haupt dargestellt, dem so genannten Heiligenschein. Es ist also offensichtlich, dass solche «übermenschlichen» Fähigkeiten begleitet sind von Licht. Auch die moderne Forschung zeigt, dass Licht eigentlich die Grundsubstanz der Schöpfung ist.

Alle Naturgesetze sind Gesetze einer dualen Welt, die immer aus Pol und Gegenpol besteht. Elektrizität ist ein Vorgang der Abstossung und Anziehung. Newtons Bewegungsgesetz sagt aus, dass jede Kraft eine Gegenkraft erzeugt, die gleich gross und entgegengesetzt gerichtet ist. Das Atom wird in seinem inneren Gleichgewicht gehalten durch die entgegengesetzten Kräfte von Elektronen und Protonen. Andere Bereiche des Lebens zeigen diese Polarität ebenso: Mann und Frau, Tag und Nacht, gut und böse, süss und sauer, Säure und Lauge, Ebbe und Flut, Aufstieg und Verfall, Lust und Schmerz, Geburt und Tod usw. Es gibt kein physikalisches, chemisches oder anderes wissenschaftliches Gesetz, das nicht vom Prinzip der Gegensätzlichkeit beherrscht wird. Eine einzelne Kraft gibt es nicht. Die ganze Welt der Erscheinungen steht unter der unabänderlichen Gewalt der Polarität. Die alten Weisen des Ostens, die Rischis, die hinter den vedischen Schriften stehen, nannten dieses Prinzip «Maya», bei uns auch Dualitäts- und Relativitätsprinzip genannt.

Das Licht nun ist in seiner Art einzigartig und von den Myriaden Geheimnissen des Kosmos eines der erstaunlichsten. Es braucht zum Beispiel für seine Ausbreitung kein Trägermedium. Einsteins Nachweis, dass die geometrischen Eigenschaften des Raumes eine Äthertheorie überflüssig machen, lässt den hypothetischen Äther der Wellenmechanik als überholt

erscheinen. Nach Einsteins Erkenntnissen ist die Lichtgeschwindigkeit - vom menschlichen Standpunkt aus gesehen - die einzige Konstante in einem sich ständig verändernden Universum. Von diesem einzigen «absoluten» Wert der Lichtgeschwindigkeit hängen alle menschlichen Zeit- und Raumbegriffe ab. Zeit und Raum sind relative und begrenzte Faktoren. Ihr bedingter Wert existiert nur im Verhältnis zum absoluten Wert der Lichtgeschwindigkeit. Einstein hat also jede feststehende Wirklichkeit, mit Ausnahme derjenigen des Lichtes, aus dem Universum verbannt. Mit seiner «einheitlichen Feldtheorie» reduzierte Einstein die Struktur des Kosmos auf Variationen des gleichen Grundgesetzes. So gelangte er zum selben Ergebnis wie die Rischis des Altertums, die behaupten, dass das Universum aus einer einzigen Substanz bestehe. (Siehe auch Kapitel XXX «Die Gesetzmässigkeit des Wunders» in «Autobiographie eines Yogi» v. Paramahansa Yogananda.) Oder um das Einsteinsche Grundgesetz $E=mc^2$ mit Worten zu umschreiben: Ein Körper, der sich mit Lichtgeschwindigkeit bewegt, hat unendliche Masse; oder noch anders gesagt: ein Körper, der Lichtgeschwindigkeit erreicht, verwandelt seine Masse in Licht, wird zu Licht. Die moderne Physik zeigt also, dass Licht, Masse, Energie nur verschiedene Erscheinungsformen des einen hinter allem stehenden Grundprinzips sind.

Bezug zwischen Licht und «Wunder»

Unsere so fest und stabil anmutende Materie zeigt sich also im Licht der modernen Physik als höchst trügerisches, sehr wandelbares Gebilde, das bei weitem nicht so fest ist, wie wir es oft annehmen. Materie ist nach den obigen Ausführungen auch nur ein bestimmtes Erscheinungsbild von Energie, genauso wie Bewusstsein auch ein Erscheinungsbild von Energie ist. Dies erklärt, wie «Wunder» zustande kommen können. Wer fähig ist, sein Bewusstsein zu beherrschen, beliebig darüber zu verfügen, der ist fähig, Energiestrukturen in andere wandeln zu können, z. B. Gegenstände materialisieren zu können, Licht in irgendetwas umwandeln zu können. Er ist fähig, sein Bewusstsein nicht mehr mit seinem winzigen Körper zu identifizieren, sondern es zu befreien und den ganzen Kosmos zu umfassen, kraft der Gesetzmässigkeit, dass seine «Masse» unendlich ist. Er kann sich also auch irgendwo im Kosmos materialisieren oder über Gesetze von Schwerkraft usw. befehlen. Heilige und hoch entwickelte Yogis beweisen diese Aussage.

Licht und Heilen

Was hat das Ganze nun mit Heilen zu tun? Auch hier geht es um einen eigentlich ganz einfachen Prozess. Es geht darum, sich mit der Lebenskraft, dem Licht (oder wie immer man diese Energie benennen will) in Verbindung zu setzen. Es muss Harmonie geschaffen werden mit dieser Kraft, der Heilende muss in Übereinstimmung mit dieser Kraft kommen. Er muss sie akzeptieren und sich auswirken lassen, ohne sie durch falsche mentale Vorstellungen zu blockieren.

Wir blockieren diese Kraft selbstverständlich nicht bewusst und willentlich. Aber erziehungsbedingt sind wir wie hypnotisiert auf ganz bestimmte Vorstellungen aus unserem Weltbild, das gewisse Phänomene ablehnt, weil sie nicht ins Denkschema passen, ohne dass gehörige Änderungen im Denken vorgenommen werden. So bleibt man lieber bei alt überlieferten falschen Vorstellungen, als neue zu akzeptieren, die das Überdenken des ganzen bestehenden Systems bedingen würden.

Leider ist die Menschheit in diesem Beharrungsvermögen unheimlich stark. Man erinnere sich nur an Galilei, der mit dem Scheiterhaufen bedroht wurde wegen seiner damals revolutionären Theorie, die besagte, dass die Erde sich um die Sonne dreht und nicht umgekehrt. Es war aber eben diese Theorie, die sich nachher langsam Bahn brach und neue Entwicklungen erst zuließ. So wäre ein Umdenken in Bezug auf die «Lebenskraft» auch dringend notwendig und könnte zu neuen Horizonten führen.

Was ist nun diese «Lebenskraft»? Ist sie etwas Neues, Unbekanntes? Sicher nicht. Wir leben, seit wir existieren, davon. Aber so wie wir unsere Sprache sprechen lernen als Kinder, ohne von der Grammatik eine Ahnung zu haben, so leben wir von dieser Lebenskraft, ohne sie zu kennen. Sie ist aber auch der Wissenschaft nicht neu. Ein gewisser Nicola Tesla hat mit dieser Kraft bereits gearbeitet und in einem speziellen Apparat diese Energie genutzt. Meines Wissens hat er leider sein Geheimnis mit ins Grab genommen. Wilhelm Reich soll sich später auch mit derselben Energie auseinandergesetzt haben, und es

dürfte nicht mehr allzu lange gehen, bis die Wissenschaft diese Kraft neu entdeckt und zu nutzen versteht; d. h. die Wissenschaft müsste nur begreifen, dass Lebenskraft wieder nur eine ganz spezielle Erscheinungsform der Energie ist, wandelbar in alles Mögliche, wie wir oben ausgeführt haben.

Wie gesagt, ist diese Energie ganz wesentlich mit dem Licht in Verbindung. Das Licht ist die höchste Schwingungsform und der Urgrund allen Lebens und aller Materie, wie schon erklärt. Die heutige Wissenschaft arbeitet zwar auch mit dem Licht, je länger je mehr (z.B. Laser usw.), aber sie kann das Licht nur in Modellvorstellungen verstehen und sein ureigenes Wesen nicht als einheitliches Phänomen erfassen. So gibt es das Modell des Lichtes als Schwingung, oder als Korpuskel. Beide Modelle können gewisse Eigenheiten des Lichtes deutlich machen, aber nicht alle miteinander unter einen Hut bringen. Hier versucht also die Wissenschaft, das Urprinzip, das ursprünglich Eine in ein duales System zu bringen, um es begreifen zu können. Damit geht sie aber am Wesentlichsten des Lichtes vorbei, nämlich eben daran, dass das Licht die einzige unwandelbare Konstante eines sich stets wandelnden Universums ist.

Wie geschieht Heilen?

Wie passiert eigentlich Heilen? Heilen hat zu tun mit diesem Licht. Es geht also darum, sich zu fragen, wie es möglich ist, sich mit diesem Licht in Verbindung zu setzen, oder anders gesagt, wie es möglich ist, sein Bewusstsein so zu steuern, dass es sich in Harmonie setzt mit der Lichtenergie, dass die Bewusstseinsenergie eben Lichtenergie wird.

Heilen hat zu tun mit Liebe und mit Mitgefühl. Im Englischen heisst Mitgefühl «compassion», ebenso wie im Französischen. Darin steckt das Wort «passion», was Leidenschaft heisst. Es geht also darum, mitzugehen in Leidenschaft, d. h. mit völligem Dabeisein. Man muss völlig in seinem Wesen miteinbezogen sein mit dem leidenden Menschen, damit man die nötigen Kräfte in Bewegung bringen kann, die zur Heilung führen können. Die Lauen oder Kalten bewirken nichts. Es fehlt dort der nötige Grad der Intensität. Der Heiler muss durch sein völliges sich Hineingeben mit seinem ganzen Wesen in den Zustand des erhabenen Lichtes den unharmonischen Zustand des Patienten umwandeln und wieder hin zur Harmonie bringen. (Anders ausgedrückt: er muss sich mit dem „Höheren Selbst“ in Verbindung bringen). Heilung geschieht nur durch Liebe, Konzentration und Intensität. Dann hat sich der Heilende nicht hinabziehen lassen von den negativen, unharmonischen Schwingungen in einen Zustand, in dem er selbst dann Opfer des Leidens wird (Mit-leiden im wahrsten Sinn des Wortes), weil er sich in die negative, unharmonische Schwingung eingelebt hat, sondern er hat den Leidenden zu sich hinauf gehoben in seine höhere Schwingung, aus der er nie herausgefallen ist. Das ist eben nur zu bewerkstelligen durch die Kraft der Liebe, die immer in Übereinstimmung ist mit der Harmonie hinter allen Dingen. Sie beeinflusst dann die tieferen, unharmonischen Schwingungen. Aber die Leidenschaft dabei ist wichtig, das völlige sich Hineingeben mit seinem ganzen Wesen, sonst wird nichts bewirkt. Man kann dies sicher auch anders ausdrücken und sagen, dass der Heiler in höchster Konzentration arbeiten muss, damit er völlig dabei ist.

Wie haben wir uns diese **Konzentration** vorzustellen? Viele Leute verbinden Konzentration mit Ideen wie «völlig nur auf etwas ausgerichtet sein in einem Zustand höchster Anspannung». Diese Idee ist im ersten Teil richtig, nicht aber im zweiten. Es handelt sich um völliges Gerichtetsein auf etwas, aber im Zustand absoluter Entspannung. Nur in diesem Zustand können die feinen in uns wirksamen Lebenskräfte sich über unseren Körper hinaus manifestieren. Wenn wir völlig angespannt sind, werden diese Kräfte bereits in der Spannung der Muskulatur aufgebraucht.

Man betrachte einmal einen grossen Musiker. Was geschieht bei ihm? Liest er krampfhaft Noten und gibt seinem Körper dann die nötigen Befehle, diese Noten mühsam in die nötigen Bewegungen umzusetzen, damit Musik entsteht? Nein, er lebt in seiner Musik und lässt sie aus ihm herausquellen.

Das absolute Gerichtetsein, ohne sich ablenken zu lassen, kann am besten am Zustand des Verliebtheits gezeitigt werden. Der verliebte Mensch ist sich, egal was auch immer er gerade tut, des geliebten Menschen bewusst. Dieser geliebte Mensch erfüllt sein ganzes Denken und Sein und begleitet ihn, wo auch immer er ist. Das ganze Sein der Verliebten ist in Bann

gezogen durch den geliebten Menschen. Er kann nicht anders, als ständig mental beim Geliebten zu sein.

Wenn wir uns beim Heilen in dieser Art Konzentration auf den Patienten einstellen können, dann geschieht Heilung. Wenn ich sage, wir müssen uns auf den Patienten einstellen, meine ich dabei nicht, sich auf die Krankheit oder auf andere Unvollkommenheiten des Patienten einstellen, sondern im Patienten das erfassen, was ihn zum Menschen macht, nämlich die vollkommene, harmonische Einheit mit seiner Schöpferkraft, die ihn hervorgebracht hat, oder anders ausgedrückt, auf den idealen Menschen in ihm, der Ausdruck der Vollkommenheit ist, jenseits von Krankheit und Gesundheit. Damit stellen wir uns also auf den perfekten Zustand seines Körpers und seines Geistes ein und befassen uns gar nicht mit seiner Krankheit. Wir ziehen damit den vollkommenen Aspekt des Menschen in den Bann unserer Konzentration und geben dieser Kraft Leben, anstatt sich mit der Krankheit auseinanderzusetzen und diese durch Konzentration noch aufzubauen.

Denn das, womit wir uns intensiv und mit unserem ganzen Wesen befassen, zu dem werden wir.

Wenn wir uns also als Heiler in der genannten Intensität mit Gesundheit und Harmonie auseinandersetzen, bewirken wir in uns selbst Heilung und im Patienten damit.

Die Mitarbeit des Patienten

Bis jetzt habe ich von der Arbeit des Heilers gesprochen. Es gibt aber auch die andere Seite. Der Patient muss auch mitmachen bei diesem Heilungsprozess. Der Patient sollte versuchen, sich auf positive Zustände, also auf Gesundheit und nicht auf Krankheit einzustellen. Wenn man Angst hat vor einer Krankheit, konzentriert man sich darauf, ob man will oder nicht. Man führt so der Krankheit ständig Energie zu, anstatt ihr wegzunehmen. Angst ist die höchste negative Konzentration! Sie baut also unweigerlich.

Nicht verdrängen, sondern nicht beachten!

Es geht nun nicht darum, ein negatives Phänomen einfach zu verdrängen, so zu tun, als sei es nicht da, obwohl einen Schmerzen oder ähnliche Dinge ständig daran mahnen, dass es doch da ist. Das wird man gar nicht fertig bringen. Sollte es doch unter Aufbietung höchster Willenskräfte möglich sein, wird bald etwas anderes an seine Stelle treten. Das ist also der falsche Weg. Der richtige hingegen sieht so aus, dass man das Phänomen nicht so beachtet. Wenn es auftritt, sollte man sich sofort auf den positiven Zustand konzentrieren, also auf das Gegenteil dessen, was man spürt, damit dem positiven Zustand Energie zugeführt wird. Hier ein Bild, um deutlich zu machen was ich meine. Wenn ich zu Hause Gäste habe, die ich nicht mag, und ich gebe ihnen nichts zu essen und zu trinken und kümmere mich nicht um sie, werden sie höchstwahrscheinlich wieder verschwinden und auch nicht wieder kommen. Eine Krankheit ist auch ein ungebetener Gast. Ich sollte mich also nicht noch speziell um sein Wohl kümmern, indem ich ihn mit unnötiger, ja schädlicher Aufmerksamkeit verwöhne.

Sich einer Krankheit mit geistigen Mitteln zu entledigen, braucht Zeit. Wir müssen uns vorstellen, dass wir der Krankheit gegenüber schlechte Gewohnheiten angenommen haben. Wir beachten sie z. B. immer, anstatt uns auf den positiven Zustand zu konzentrieren. Diese schlechte Gewohnheit muss umgepolt werden in eine gute, und das braucht Zeit, aber es ist möglich. Es ist wie bei den kleinen Kindern. Jedes gesunde kleine Kind lernt gehen. Es sieht die anderen Menschen gehen und hat daher nicht die geringsten Zweifel, dass es das auch kann. Es denkt schon gar nicht an die Möglichkeit, dass es eventuell nicht gehen lernen könnte. Es stolpert zwar und tut sich weh dabei, aber es kommt deswegen nie auf den Gedanken, das Unterfangen sei zu schwierig. Es steht immer wieder auf und versucht es von neuem. Wir Erwachsenen sind in der Richtung leider sehr viel negativer. Wenn ein Versuch nicht nach zwei drei Anläufen Früchte zeigt, sind wir höchst verunsichert und verzagen und sagen, das ist wahrscheinlich nichts für mich.

Wenn wir uns aber verhalten wie das kleine Kind, dann können wir die Krankheit langsam aber sicher besiegen, aber es braucht Zeit. Stolpern ist erlaubt dazwischen, man muss nur immer wieder aufstehen.

Schlussbemerkungen

Mit dieser Bemerkung über die Kinder schliesst sich der Kreis wieder, denn damit sind wir wieder beim Prinzip der Einfachheit angelangt. Kinder haben diese Einfachheit noch, *sind* noch diese Einheit ohne Zersplitterung. Was für ein Potential und welche Regenerierungsfähigkeit sie damit entwickeln, kann jedermann feststellen, der einem kleinen Kind eine Weile bei seinem Treiben zuschaut. Wir Erwachsenen wären nach kürzester Zeit völlig erschöpft bei ähnlicher Energieentfaltung.

Diese Ausführungen sind ein Versuch, die Einheit zu erklären in einer dualen Welt mit polarer Sichtweise, die ein System braucht, um die Einheit überhaupt erkennen zu können.

Wie entscheidend wesentlich es aber ist, nicht über diese Einheit zu theoretisieren, sondern sie zu *sein*, wird durch die folgende Fabel verdeutlicht.

Die Fabel vom Berg

Ein gelehrter Mann ging zu einem Berg und sagte: «Was für ein Narr du doch bist, o Berg! Du kennst weder deine Grösse, noch deine Höhe, noch dein Gewicht. Ich aber weiss alles über dich!» Der Berg überlegte ein Weilchen und sagte dann: «Es stimmt, dass ich all dies nicht weiss; aber *ich bin* der Berg!»

(Zitiert aus «Indische Fabeln» von S. Yesudian)

Sommer 2009, Dr. phil I André Peter, CH-9034 Eggersriet